

# Pour aller plus loin

Pour les lecteurs qui désirent aller plus loin, nous présentons ici plusieurs ressources que nous recommandons : formations, sites Internet, livres, documents téléchargeables et ressources audiovisuelles.

## Formations

La formation nationale à la prévention du suicide est une bonne façon d’approfondir le sujet, notamment grâce aux jeux de rôle qu’elle propose. Son programme a été mis au point grâce à un partenariat entre la direction générale de la Santé et le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec, avec le concours du GEPS et du Réseau québécois sur le suicide et les troubles de l’humeur associés. Il est piloté depuis 2019 par les agences régionales de santé (ARS). Il succède au programme mis en place en 2000 suite à la conférence de consensus menée par la Haute Autorité de santé. Il associe :

- Une formation à « l’intervention de crise suicidaire » destinée aux professionnels de santé mentale qui ont à intervenir auprès de personnes en crise suicidaire.
  - Une formation à « l’évaluation de la crise suicidaire » qui s’adresse aux professionnels de santé susceptibles d’être confrontés à une crise suicidaire. Ce niveau de formation vise à apprendre à évaluer la sévérité d’une crise en mesurant le degré d’urgence et la dangerosité, et en prenant en compte les facteurs de risque.
  - Une formation « sentinelle » à destination des non-professionnels de santé qui sont disposés à se préoccuper des autres et à repérer et orienter des personnes en souffrance ou en crise suicidaire.
- Les formations sont déployées en région par des formateurs nationaux du GEPS. Pour en bénéficier, il convient de se rapprocher de l’ARS de sa région.

## Sites Internet

- Le site « Intervenir en situation de crise suicidaire », situé à l’adresse <https://crisesuicidaire.ccdmd.qc.ca>, a été conçu par

une équipe québécoise menée par le P<sup>r</sup> Monique Seguin pour favoriser l'apprentissage de l'intervention auprès de personnes en crise suicidaire. Il présente différentes ressources pour améliorer ses compétences pour l'intervention, en particulier des vidéos d'entretien avec des personnes en situation de crise.

– Le Groupement d'études et de prévention du suicide est une association créée en 1969 qui regroupe des professionnels et des intervenants concernés par le problème du suicide. Il s'implique dans la recherche, la formation et la prévention du suicide. Son site, <https://www.geps.asso.fr>, fournit différentes ressources autour de la question du suicide : actualités, offres d'emploi, colloques, formations, documentation et vidéos.

– Le programme Papageno a pour objectif de prévenir la contagion suicidaire et de promouvoir l'entraide et le recours aux soins. Son site, <https://papageno-suicide.com>, aide à mieux comprendre le suicide et sa contagion et à trouver les bons mots pour parler du suicide. Les ressources qu'il présente s'adressent aux acteurs de la prévention du suicide, journalistes, auteurs, acteurs du web...

– Créé en 1998 par le Centre prévention du suicide Paris, le site [www.infosuicide.org](http://www.infosuicide.org) constitue un portail d'informations, d'échanges et de débats autour de la prévention du suicide.

– L'Union nationale pour la prévention du suicide (UNPS) regroupe aujourd'hui une quarantaine d'acteurs de la prévention du suicide. Son objectif est de sensibiliser au suicide, de lutter contre le tabou autour du sujet et d'améliorer la prévention. L'UNPS est à l'origine de la Journée nationale de prévention du suicide qui a lieu le 5 février chaque année. Son site, <https://www.unps.fr>, présente des informations sur le suicide et sa prévention ainsi que les actions menées par l'UNPS.

– Plusieurs portails de prévention du suicide s’adressent aux personnes souhaitant s’informer ou ayant besoin d’aide :

- En France, le site du numéro national de prévention du suicide [www.3114.fr](http://www.3114.fr) donne accès à des conseils et ressources. Il est mis en œuvre par le pôle de coordination du 3114, numéro national de prévention du suicide (voir page 75), situé au CHU de Lille.
- En Belgique, le site [www.preventionsuicide.be](http://www.preventionsuicide.be) est animé par le Centre de prévention du suicide de Bruxelles.
- Au Luxembourg, le site [www.prevention-suicide.lu](http://www.prevention-suicide.lu) est une des actions du Service information et prévention de la Ligue qui intervient en santé mentale.
- En Suisse, le site <https://stopsuicide.ch> est un site dédié à la prévention du suicide, en particulier des jeunes.
- Au Canada, le site <https://suicide.ca> propose des conseils et de l’information pour les personnes en crise, les proches confrontés à une situation de crise ou les personnes endeuillées par suicide.

## Livres professionnels

Les livres ci-dessous regroupent des connaissances sur le suicide et sa prévention.

- *Suicide et tentatives de suicide*, sous la direction de Philippe Courtet, paru chez Médecine Sciences Flammarion, dans la collection Psychiatrie en 2010 (350 pages). Cet ouvrage de référence fait le point sur les connaissances au sujet du suicide. Il est destiné aux psychiatres, psychanalystes, psychologues et personnels soignants confrontés au problème de la prise en charge du suicide et de la tentative de suicide.
- *Le geste suicidaire*, de Vincent Caillard et Françoise Chastang, paru chez Masson éditeur, collection Les âges de la vie en 2010

(353 pages). Cet ouvrage donne des clefs aux praticiens pour mieux comprendre le geste suicidaire chez l'adulte et accompagner les personnes en crise. L'évaluation du risque suicidaire est largement abordée.

– *Intervenir en situation de crise suicidaire : l'entrevue clinique* de Christian Laffleur et Monique Séguin, préfacé par Jean-Louis Terra, coédité par les Presses de l'Université Laval et Chronique sociale, paru en 2008 (122 pages et un CD). Cet ouvrage pratique accompagne l'intervention de crise de manière très didactique.

## Guides disponibles sur Internet

– « Parler du suicide et de la santé mentale sur les réseaux sociaux ». Ce document de 10 pages a été réalisé par l'association Stop suicide fondée en Suisse en 2000 par des étudiants touchés par le suicide de l'un de leurs camarades. Il explique en quoi parler de la santé mentale sur les réseaux est essentiel pour la prévention et donne des indications sur la façon de procéder. Il est disponible à l'adresse : [www.geps.asso.fr/recup.php?nom=STOP\\_SUICIDE\\_guidelines\\_reseaux\\_final.pdf](http://www.geps.asso.fr/recup.php?nom=STOP_SUICIDE_guidelines_reseaux_final.pdf).

– « Prévention primaire du suicide des jeunes – Recommandations pour les actions régionales et locales », sous la direction de la Caisse nationale de l'assurance maladie des travailleurs salariés (CNAMTS), du Comité français d'éducation pour la santé (CFES) et de la Fédération nationale de la mutualité française (FNMF), paru aux éditions du CFES en 2001 (122 pages). Ce guide, disponible sur le site du GEPS, <https://www.geps.asso.fr/recup.php?nom=508.pdf>, présente les bases de la prévention du suicide des jeunes et les recommandations associées.

## Ressources audiovisuelles

– « S.M.S. : solutions modernes contre le suicide », posté en 2017 par le PsyLab, chaîne YouTube animée par une équipe de psychiatres. La vidéo de 13 minutes évoque les solutions et dispositifs de prévention de la récurrence suicidaire, principal facteur de décès par suicide. Elle est disponible à l'adresse : <https://www.youtube.com/watch?v=h0nFYuwolX0>.

– « Prévenir le suicide dans son entourage ». Capsule informative de 3 minutes sur la prévention du suicide avec les principaux signes à connaître réalisée par des collègues québécois à la fin des années 2000, sur la chaîne Canal santé, accessible à l'adresse : <https://www.youtube.com/watch?v=DGM-OkY6Gbo>.

– « Les lundis de la santé : les conduites suicidaires et leur prévention », conférence du Pr Michel Walter, chef du pôle de psychiatrie du CHRU Brest, donnée le 20 mars 2019 à l'occasion de la semaine d'information sur la santé mentale et la semaine du cerveau. Cette conférence de grande qualité reprend le modèle de crise suicidaire ainsi que les stratégies de prévention efficaces qu'elles soient universelles, sélectives ou ciblées. Elle est disponible à l'adresse : <https://www.youtube.com/watch?v=gImaptxnEFQ> (début à partir de 9 minutes et 20 secondes).