

LA CRISE SUICIDAIRE QUE FAIRE ?

Agir vite !!!

Car souvent le seuil de tolérance à la frustration et à la souffrance est bas et l'impulsivité est grande. Le processus suicidaire peut être court et le passage à l'acte rapide.

- Créer un climat de confiance en clarifiant la situation en et abordant le suicide directement
- Evaluer l'urgence rapidement (accessibilité aux moyens)
- Appréhender le vécu de l'adolescent avec ses yeux. Il est souvent aux prises avec plusieurs problèmes en même temps : parentaux, affectifs, amicaux, scolaires, professionnels, ...
- Cibler le facteur précipitant afin de trouver des alternatives et des pistes d'action rapidement
- Evaluer depuis combien de temps il/elle vit cette situation
- Ne pas tomber dans le piège du secret
- Responsabiliser l'adolescent, l'impliquer dans des démarches et ne pas agir à son insu
- Donner des pistes d'actions concrètes
- Vérifier son estime de soi
- Créer un environnement sécurisé, vérifier l'accessibilité aux moyens
- Donner de l'espoir
- Etablir un contrat de non suicide (de vie) et un plan d'action
- Impliquer le réseau, la famille, d'autres personnes
- Proposer des ressources, elles sont très mal connues des adolescents
- Contribuer à briser l'isolement, encourager à se confier