

Le suicide

# Catalogue de FORMATION

2009-2010

[www.preventionsuicide.be](http://www.preventionsuicide.be)

Une initiative du Centre de Prévention du Suicide

## **La formation**

Une organisation, une association - ou tout groupe de personnes -, qu'elle ait ou non été confrontée directement à un passage à l'acte suicidaire, peut souhaiter mettre au travail la question du suicide et de sa prévention.

En dehors de tout climat d'urgence ou de tension lié à un événement particulier, le Centre de Prévention du Suicide propose des modules de sensibilisation et de formation, tant dans la gestion de la crise suicidaire proprement dite que dans la gestion de l'après-suicide.

### **Les modules de sensibilisation**

Les modules de sensibilisation ont pour objectif d'amorcer la réflexion sur la place que chacun pourrait prendre dans la prévention du suicide en visitant avec les participants quelques concepts de base et un minimum de repères utiles.

La sensibilisation est une approche généraliste et, de fait, assez succincte mais cependant suffisante pour recadrer certaines représentations tenaces et peu indiquées face à une personne suicidaire (exemple de phrase courante à dénoncer : « surtout ne pas prononcer le mot suicide sous peine de provoquer l'irréversible »).

#### ***Module 1 : La prévention du suicide, quelle place y prendre?***

### **Les modules de formation**

Les modules de formation que nous proposons sont structurés de manière à donner aux participants les moyens de mieux repérer les signes de souffrance, de mieux se situer face à la problématique, de reconnaître les ressources disponibles - personnelles et institutionnelles - et les limites à ne pas dépasser ; à prendre davantage conscience de soi dans la relation.

Nos formations sont des espaces d'échanges à partir de la pratique des participants, au service desquels nous mettons notre expérience. Ensemble, nous construisons une procédure de prévention adaptée à leur champ d'action.

La formation permet de prendre la mesure de la manière dont l'émotionnel interfère et peut faire obstacle à l'écoute et à la parole. Elle permet de clarifier, parmi les prises de position et les représentations les plus courantes à propos du suicide, le fondé et l'infondé et de s'interroger sur les siennes propres.

La formation a pour objectif de donner à chacun des repères dans sa pratique sans pour autant clore la question, une question que nous engageons chacun à remettre sur le métier à la lueur de chaque situation, une réflexion que nous engageons les équipes à poursuivre.

**Module 2 : Oser une prise en charge de la crise suicidaire.**

**Module 3 : Accompagner le jeune qui présente des conduites à risques.**

**Module 4 : Dépression, dépressivité et suicide: les enjeux de l'adolescence au vu des conduites à risques.**

**Module 5 : Après un suicide, comment vivent les proches ?**

**Module 6 : L'intervenant face à la tentation d'en finir des personnes âgées.**

### **Les modules « à la carte »**

Aux institutions ou groupes de personnes qui souhaitent mettre au travail la question du suicide et de sa prévention, le Centre de Prévention du Suicide propose des modules de formation « à la carte », lesquels vont plus loin et s'ajustent aux besoins du public cible : enseignants, gardiens de prison, aide-familiales, travailleurs de services d'aide aux victimes...

Soulignons que l'intitulé « formation » traduit imparfaitement l'esprit dans lequel nous travaillons. Nous privilégions la réflexion et le retour sur soi car une prévention du suicide ne saurait en faire l'économie, elle se pense et se vit d'abord au sein d'une relation et d'un contexte relationnel particulier face à un sujet singulier.

### **Les modules « généralistes »**

A côté des modules spécifiques, liés à la question du suicide, nous proposons également des modules plus généralistes. Ces modules, qui se basent sur notre expérience acquise depuis plus de 30 ans, proposent un contenu plus élargi, non centré spécifiquement sur la question du suicide. Ils s'adressent à tout professionnel du monde psycho-médicosocial.

**Module 7 : Formation à l'écoute.**

**Module 8 : Sensibilisation à l'accompagnement du deuil.**

**Module 1**  
**SENSIBILISATION A LA PREVENTION DU SUICIDE**

*La prévention du suicide, quelle place y prendre ?*

**Public cible : professionnels du monde psycho-médico-social**

**Nombre de participants : 6 à 12 personnes**

**Durée : 1 jour ou ½ journée.**

**Formateurs : 1**

**Objectif global :**

- Sensibiliser les acteurs de terrain à la problématique du suicide.
- Ouvrir un espace de discussion sur les questions rencontrées par les intervenants dans leur pratique.
- Aider à reconnaître et élargir des compétences pour l'accueil d'une personne présentant un comportement suicidaire.

**Contenu :**

**1 journée**

- Mise en commun des questions et réflexions au sujet du suicide.
- Identification des mythes et préjugés entourant le suicide.
- Aperçu des signes précurseurs.
- Partage de réflexions, d'expériences autour du suicide ou de la tentative de suicide, à partir de situations vécues.

**½ journée**

- Mise en commun des questions et réflexions au sujet du suicide.
- Identification des mythes et préjugés entourant le suicide.
- Aperçu des signes précurseurs.

**Outils**

- Questionnaires et travaux écrits individuels.
- Discussion par petits groupes.
- Courts-métrages.

## Module 2

# FORMATION A LA PRISE EN CHARGE DE LA CRISE SUICIDAIRE

### *Oser une prise en charge de la crise suicidaire*

**Public cible : professionnels du monde psycho-médico-social**

**Nombre de participants : 12 à 18 personnes**

**Durée : 3 jours**

**Formateurs : 2**

#### **Objectif global:**

- Sensibilisation à la question du suicide.
- Repérage de la crise suicidaire.
- Intervention en situation de crise.

#### **JOUR 1**

#### **Objectif :**

- Visite de nos représentations par rapport à la mort et au suicide :
  - ⇒ où et comment chacun(e) se situe par rapport à ces sujets ;
  - ⇒ partage des croyances, expériences et vécus personnels.
- Mise en perspective théorique
  - ⇒ Le modèle de crise.

#### **Matinée**

- **Contenu** : Approche de la question de la mort et du suicide.
- **Outils** :
  - Questionnaire individuel.
  - Travail en sous-groupe : construction de sa propre définition de la mort.
  - Sculpture.
  - Identification des mythes et préjugés entourant le suicide.

#### **Après-midi**

- **Contenu** : Le modèle de crise.
- **Outils** :
  - Présentation théorique.
  - Supports papiers.

## JOUR 2

### Objectif :

- Reconnaître la personne suicidaire.
- Rencontrer la personne suicidaire.
- Faire face :
  - ⇒ à la communication d'idées suicidaire ;
  - ⇒ à l'après tentative de suicide (face au suicidant et face à ses proches).

### *Matinée*

- **Contenu :**
  - Facteurs de risque / facteur de protection.
  - Signes précurseurs.
  - Modèles d'intervention en situation de crise.
- **Outils :**
  - Exposés théoriques.
  - Mise en situation.

### *Après-midi*

- **Contenu :**
  - Comment faire face à ces situations avec les acquis engrangés ?
  - Souligner les ressources, mais aussi les limites de tout intervenant.
- **Outils :**
  - Jeux de rôles.

## JOUR 3

### Objectif :

- Retour sur la pratique
- **Contenu :**
  - Comment faire face à ces situations avec les acquis engrangés lors des premières journées ?
  - S'inscrire dans le réseau
- **Outils :**
  - Mise en situation.

## Module 3 FORMATION

### Accompagner le jeune qui présente des conduites à risques

*Idées suicidaires, tentatives de suicide à l'adolescence : quels repères pour les acteurs du monde scolaire*

**Public cible : Agents PMS + membres de l'équipe pédagogique élargie**

**Nombre de participants : 12 à 20 personnes**

**Durée : 2 jours.**

**Formateurs : 2**

#### **Objectif global:**

- Sensibilisation à la question du suicide.
- Repérage et prise en charge de la crise suicidaire.

#### **JOUR 1**

##### **Objectif :**

- Aborder les questions relatives à la mort et au suicide :
- Parcourir les enjeux de l'adolescence et les comportements suicidaires au vu des conduites à risque.
  - ⇒ où et comment chacun(e) se situe par rapport à ces sujets ;
  - ⇒ partage des croyances, expériences et vécus personnels.

##### **Matinée**

- **Contenu :** Approche de la question de la mort et du suicide.
- **Outils :**
  - Questionnaire individuel.
  - Travail en sous-groupe : construction de sa propre définition de la mort.
  - Sculpture.
  - Identification des mythes et préjugés entourant le suicide.

##### **Après-midi**

- **Contenu :** L'adolescence.
  - Les enjeux de l'adolescence et les comportements suicidaires au vu des conduites à risque.
- **Outils :**
  - Présentation théorique.

## JOUR 2

### Objectif :

- Reconnaître l'adolescent en crise.
- Rencontrer le jeune qui va mal.
- Faire face :
  - ⇒ à la communication d'idées suicidaire ;
  - ⇒ à l'après tentative de suicide (face au suicidant et face à ses proches).

### *Matinée*

- **Contenu :**
  - Définition de la crise suicidaire.
  - Facteurs de risque / facteur de protection.
  - Signes précurseurs.
  - Modèle d'intervention en situation de crise.
- **Outils :**
  - Exposés théoriques.
  - Mise en situation.

### *Après-midi*

- **Contenu :**
  - Comment faire face à ces situations avec les acquis engrangés.
  - Souligner les ressources, mais aussi les limites de tout intervenant.
- **Outils :**
  - Jeux de rôles.

**Module 4**  
**FORMATION**  
**Les phénomènes dépressifs**

*Dépression, dépressivité et suicide: les enjeux de l'adolescence au vu des conduites à risques.*

**Public cible : Agents PMS + membres de l'équipe pédagogique élargie**

**Nombre de participants : 12 à 20 personnes**

**Durée : 2 jours.**

**Formateurs : 2**

**Objectif global:**

- Mettre à jour ses connaissances dans le domaine des dépressions et comprendre les comportements tels que automutilations, scarifications, suicides, phobies scolaires, ...
- Identifier les signes précurseurs auxquels être attentif.
- Accompagner le jeune, sa famille et l'équipe éducative.

**JOUR 1**

**Objectif :**

- Aborder les questions relatives à l'adolescence :
- Parcourir les enjeux de l'adolescence et les comportements suicidaires au vu des conduites à risque.
  - ⇒ où et comment chacun(e) se situe par rapport à ces sujets ;
  - ⇒ partage des croyances, expériences et vécus personnels.

***Matinée***

- **Contenu :**

- L'adolescence et ses enjeux
- Les comportements suicidaires au vu des conduites à risque.

- **Outils :**

- Questionnaire individuel.
- Travail en sous-groupe
- Sculpture.

## ***Après-midi***

**Contenu :** Les états dépressifs à l'adolescence

**Outils :**

- Film
- Présentation théorique.

## **JOUR 2**

**Objectif :**

- Identification des mythes et préjugés entourant le suicide.
- Reconnaître l'adolescent en crise.
- Rencontrer le jeune qui va mal.
- Faire face :  
⇒ à la communication d'idées suicidaire ;

- **Contenu :**

- Définition de la crise suicidaire.
- Facteurs de risque / facteur de protection.
- Signes précurseurs.

- **Outils :**

- Questionnaire individuel.
- Exposés théoriques.
- Mise en situation.

## ***Après-midi***

- **Contenu :**

- Comment faire face à ces situations avec les acquis engrangés ?
- Souligner les ressources, mais aussi les limites de tout intervenant.

- **Outils :**

- Jeux de rôles.

**Module 5**  
**SENSIBILISATION**  
**A L'APPROCHE DU DEUIL APRES SUICIDE**

*L'accompagnement des personnes endeuillées après un suicide*  
*Après un suicide, comment vivent les proches ?*

**Public cible : professionnels en lien avec des personnes en deuil**

**Nombre de participants : 10 à 18 personnes**

**Durée : 2 jours.**

**Formateurs : 2**

**Objectif global :**

- Aborder le processus de deuil en général.
- Interroger la question du suicide.
- Appréhender les spécificités du deuil après suicide.

**Jour 1**

- **Contenu :**

- La mort ;
- Le deuil ;

- **Outils :**

- Exposés ;
- Echanges et mise en commun des expériences ;

**Jour 2**

- **Contenu :**

- Le suicide ;
- Spécificité du deuil après suicide.
- En quoi consiste l'accompagnement d'une personne en deuil ?

- **Outils :**

- Exercices pratiques ;
- Mises en situation.

**Module 6**  
**FORMATION**  
**L'INTERVENANT FACE A LA TENTATION D'EN FINIR**  
**DES PERSONNES AGEES**

**Public cible : personnel travaillant auprès de personnes âgées**

**Nombre de participants : 10 à 18 personnes**

**Durée : 2 jours.**

**Formateurs : 2**

**Objectif global:**

- Discerner les réalités des mythes.
- Appréhender le processus suicidaire.
- Reconnaître les ressources et les limites personnelles et institutionnelles.
- Connaître et s'appuyer sur les relais existants.

**JOUR 1**

**Objectif :**

- Aborder les questions relatives à la mort et au suicide.
- Visiter la question du vieillissement.

***Matinée***

- **Contenu :** Approche de la question de la mort et du suicide.
- **Outils :**
  - Questionnaire individuel.
  - Travail en sous-groupe : construction de sa propre définition de la mort.
  - Sculpture.
  - Identification des mythes et préjugés entourant le suicide

***Après-midi***

- **Contenu :** La question du vieillissement.
- **Outils :**
  - Travail en sous-groupe

## JOUR 2

### Objectif :

- Reconnaître la personne suicidaire.
- Rencontrer la personne suicidaire.
- Faire face à la communication d'idées suicidaires.

### *Matinée*

#### - Contenu :

- Définition de la crise suicidaire.
- Le syndrome de glissement.
- Facteurs de risque / facteurs de protection.
- Signes précurseurs.

#### - Outils :

- Exposés théoriques.
- Mise en situation.

### *Après-midi*

#### - Contenu :

- Comment faire face à ces situations avec les acquis engrangés ?
- Souligner les ressources, mais aussi les limites de tout intervenant.

#### - Outils :

- Jeux de rôles.

## Module 7

### FORMATION A L'ECOUTE

#### *J'écoute, tu écoutes, il écoute, nous nous écoutons... ?*

Dans bien des situations, quel que soit notre cadre de travail, nous sommes amenés à pratiquer l'écoute. L'écoute de l'autre, du client, du patient, l'écoute de soi...

La plupart du temps nous écoutons « naturellement » sans trop nous poser de question. Et pourtant l'écoute mérite qu'on s'y attarde.

La formation proposée ici permettra à chacun de clarifier ce qu'est l'écoute. *De quoi parle-t-on quand on parle d'écoute ? Existe-t-il une écoute avec un grand E ? S'agit-il seulement d'une question de communication ?...*

Partant des fondements théoriques qui la balisent, la formation tentera de cerner les réalités multiples que recouvre ce terme. Ensuite, sur base des expériences de chacun, nous analyserons les différentes postures possibles, leurs limites mais aussi leurs effets d'ouvertures à l'autre.

**Public cible : professionnels du monde psycho-médico-social**

**Nombre de participants : 12 à 14 personnes**

**Durée : 2 jours + 3 jours ultérieurement**

**Formateurs : 2**

#### **Objectif global:**

- Mener une réflexion autour de l'écoute.
- Se re-découvrir en situation d'écoute.
- Travailler sa propre écoute.

La formation est pensée comme un double espace. Dans un premier temps il s'agit de s'arrêter sur une série de concepts et d'éléments plus théoriques permettant de mieux comprendre et appréhender le phénomène. Dans un deuxième temps, il s'agit d'ouvrir un espace de mise en commun des réflexions et expériences des participants, en partant du particulier vers le "général" ainsi que des spécificités et limites des fonctions en place.

#### **JOUR 1 :**

#### **Objectif :**

- Visite de nos représentations par rapport à l'écoute :  
⇒ partage des croyances, expériences et vécus personnels.
- Mise en perspective théorique

### ***Matinée***

- **Contenu :** *J'écoute, tu écoutes, il écoute...*
- **Outils :**
  - Questionnaire individuel.
  - Travail en sous-groupe
  - Sculpture.

### ***Après-midi***

- **Contenu :** *Nous nous écoutons.*
- **Outils :**
  - Présentation théorique.
  - Supports papiers.

## **JOUR 2 :**

### **Objectif :**

- Connaître et reconnaître les différentes postures d'écoute.
- L'écoute de soi > < l'écoute de l'autre

### ***Matinée***

- **Contenu :**
  - Comment définit-on une posture d'écoute ?
- **Outils :**
  - Exposés théoriques.
  - Mise en situation.

### ***Après-midi***

- **Contenu :**
  - Comment mettre au travail sa propre posture d'écoute sur base des acquis engrangés ?
- **Outils :**
  - Jeux de rôles.

## JOURS 3-4-5

### Objectif

- L'écoute en chantier ou les chantiers de l'écoute

### Outils :

- Réflexions, échanges, mises en situations autour des réalités professionnelles des participants

Tout en s'appuyant sur des présentations théoriques ainsi que sur des supports différents tels que textes, témoignages, court-métrage et autres, la formation est surtout pensée comme un espace d'échange et de réflexion communes nourries et enrichies des pratiques de chacun.

**Module 8**  
**SENSIBILISATION A L'ACCOMPAGNEMENT**  
**DU DEUIL**

*L'accompagnement des personnes endeuillées*

**Public cible : professionnels en lien avec des personnes en deuil**

**Nombre de participants : 10 à 18 personnes**

**Durée : 2 jours.**

**Formateurs : 2**

**Objectif global :**

- Aborder le processus de deuil en général.
- Visiter les différents deuils d'une vie.
- Proposer un accompagnement spécifique.

**Jour 1**

- **Contenu :**

- La mort ;
- Le deuil ;

- **Outils :**

- Exposés ;
- Echanges et mise en commun des expériences ;

**Jour 2**

- **Contenu :**

- En quoi consiste l'accompagnement d'une personne en deuil ?

- **Outils :**

- Exercices pratiques ;
- Mises en situation.

## Les formateurs



### **Paulette DUHAUT**

Assistante sociale psychiatrique, formée en psychothérapie brève, hypnose et sophrologie, Paulette Duhaut a une expérience de 25 ans dans le domaine psycho-médico-social, dont plusieurs années auprès d'adolescents en difficulté. Au Centre de Prévention du Suicide, elle travaille comme formatrice et intervenante de crise dans le collectif. Elle assure également, au sein de la Cellule d'Intervention Psychologique de Crise, le suivi individuel de personnes, après leur passage par un service d'urgence hospitalier, suite à une tentative de suicide.



### **Axel GEERAERTS**

Assistant social, licencié en sociologie, formé à l'intervention systémique, Axel Geeraerts a une expérience professionnelle de plusieurs années auprès d'adultes en difficulté et travaille actuellement comme directeur du « Centre de Prévention du Suicide ». Dans ce cadre, outre des missions de gestion et de conduite de projets, il est régulièrement amené à collaborer à des programmes de formation auprès d'un public varié. Par ailleurs, il est régulièrement sollicité comme expert auprès de différentes commissions de travail.



### **Béatrix LEKEUX**

Logopède, psychothérapeute formée en gestalt thérapie et à l'intervention systémique, Béatrix Lekeux a une expérience de plus de 20 ans auprès de personnes en crise suicidaire. Formatrice au sein du Centre de Prévention du Suicide, elle assure aussi un accompagnement individuel de personnes endeuillées par suicide, anime des groupes de parole pour ces personnes ainsi que des groupes de parole pour parents d'adolescents. Elle intervient également dans les situations de suicide et tentative de suicide dans des collectivités.



### **Anaïs LENELLE**

Licenciée en psychologie clinique orientation systémique et science de la famille, Anaïs Lenelle a une pratique clinique de plusieurs années auprès d'adultes et d'adolescents en difficultés psychologiques, sociales et relationnelles. Elle travaille actuellement comme formatrice et superviseuse des répondants bénévoles du Centre de Prévention du Suicide.

Pour toute information complémentaire ou demande spécifique,  
prenez contact avec notre secrétariat :

Centre de Prévention du Suicide  
Avenue Winston Churchill, 108  
1180 BRUXELLES

Téléphone : 02.650.08.69

Fax : 02.640.65.92

Courriel : [cps@preventionsuicide.be](mailto:cps@preventionsuicide.be)

Site : [www.preventionsuicide.be](http://www.preventionsuicide.be)