



Médiation

Mediation

PréSuiFri : Prévention Suicide Fribourg "Jeunes"

La rentrée scolaire n'est pas une période facile et joyeuse pour tous. Pour certains apprenants, cette période est un passage difficile et peut provoquer des réactions diverses. Notre rôle d'enseignant comprend aussi un dépistage de l'état de bien-être ou de mal-être de nos apprenants. Quelques rappels des signaux à observer et des démarches à entreprendre en cas de nécessité. Vos médiateurs sont aussi des références pour vous soutenir si une personne vous a choisi comme confident. N'oubliez pas l'aspect confidentiel de ces démarches délicates. Fribourg se mobilise pour la prévention du suicide. Des groupes de travail se sont constitués pour établir des guides d'intervention pour les différents publics-cibles. La médiation de l'Institut Agricole de Grangeneuve a participé au groupe Jeunes.

Que sont des guides d'intervention?

Il s'agit de lignes directrices qui doivent aider les professionnels dans un contexte spécifique (par exemple, dans un home pour personnes âgées, un hôpital, une école) à réagir de manière appropriée dans des contacts avec des personnes à risques et, aussi, à savoir à quels autres soutiens elles peuvent faire appel.

Le guide d'intervention Jeunes

Etape 1 : Etre attentif aux différentes situations à risques et reconnaître les symptômes d'alarme

Les signaux d'alarme à surveiller

- Le jeune se sent rejeté, incompris, se renferme et ne veut plus parler
- Il n'a plus d'idéal, plus de projet
- Il se sent mal dans sa peau
- Il ne veut plus voir ses copains
- Il est tout le temps fatigué, a arrêté son activité préférée
- Il s'est disputé avec sa famille, ses proches
- Il s'absente souvent, sans justification
- Il subit une baisse de résultats scolaires
- Il montre un comportement à risques

Les signaux très alarmants qui doivent être pris en compte immédiatement.

- Mention répétitive de la mort et du suicide
- Réaction d'un désir de suicide
- Désir soudain de mettre de l'ordre dans ses affaires personnelles, de rédiger son testament, de donner ses objets préférés
- Projets concrets de mettre fin à ses jours.

Etape 2: Créer des conditions pour un entretien confidentiel et empathique

Le jeune vous a choisi pour se confier; vous ne pouvez pas refuser.

Choisir un lieu d'entretien calme, confidentiel,

Eviter d'être dérangé

Prendre du temps

Montrer une attitude bienveillante, ouverte, accueillante pour permettre la communication.

Etre à l'écoute sans juger, sans culpabiliser, sans trouver des solutions toutes faites



Etape 3: Ne pas craindre la notion de suicide

Pouvoir en parler peut faire du bien. Ne pas provoquer mais ne pas bloquer l'expression verbale de sentiments négatifs, d'idées suicidaires.

Etape 4 : Evaluer le risque suicidaire

Risque faible: lassitude et ras-le-bol général mais sans plan précis

- Offrir un soutien
- Référer à une personne compétente
- Maintenir le contact

Risque moyen à élevé: plan précis, dans son contenu et délai:

- Ne pas le laisser seul sans aide
- Alerter les proches avec l'accord du jeune s'il est majeur
- Référer en urgence à une structure adéquate
- Prévoir un soutien pour la suite pour l'apprenant et aussi pour la classe

Etape 5 : A qui puis-je m'adresser?

Adressez-vous à:

- Service de médiation de l'institution
- Service de pédopsychiatrie : **026 305 30 50**
- Service de l'enfance et de la jeunesse (pour les mineurs) : **026 305 15 30**
- Service médical de garde: Fribourg, Villars-sur-Glâne, Marly, Granges-Paccot, Corminboeuf, Givisiez : **026 350 11 40**

Lors d'un risque majeur, avec agitation et refus de collaborer : ambulance, tél. **144**

Lors d'un risque majeur avec violence : police, tél. **117**

Exceptionnellement et en cas d'échec des mesures susmentionnées : urgences de l'Hôpital cantonal au **026 426 73 00**

- Site à consulter: WWW.fr-preventionsuicide.ch

Facteurs protecteurs

Les comportements suicidaires apparaissent fréquemment dans des situations particulières de crise. Seule une petite partie des personnes concernées passe à l'acte alors que la grande majorité d'entre elles parvient à faire face à ces "coups du destin".

Voici des facteurs de protection:

L'Organisation Mondiale de la Santé - WHO - énonce 7 conditions de base nécessaires à la santé psychique :

1. une estime de soi stable
2. un comportement positif à l'égard de son corps
3. des amitiés et des relations sociales
4. un environnement intact
5. des connaissances relatives à la santé et un accès au dépistage des maladies
6. un présent avec une qualité de vie
7. un espoir fondé quant à un avenir avec une qualité de vie

Voici quelques réflexions que le Service de médiation vous propose en ce début d'année scolaire. Restons attentifs aux manifestations de détresse des jeunes qui nous sont confiés. Et n'oubliez pas que les médiateurs sont là pour vous soutenir et vous épauler en cas de besoin.

D. Hofstetter pour le Service de médiation