

SOS Rupture. Projet pilote de prévention du suicide.

Écrit par G. Tremblay, P. Turcotte, J.D. Marois, M. Morales

Réalisée par David Guilmette

Mise en forme par Justin Sirois-Marcil

Référence complète de l'étude

Tremblay, G., Turcotte, P., Marois, J. D. & Morales, M. (2010). Rapport d'évaluation du projet « SOS Rupture » mené par AutonHommie et le Centre de prévention du suicide de Québec. Dans G. Tremblay & J. Y. Desgagnés (dir.), *Résultats de recherche: SOS Rupture. Projet pilote de prévention du suicide*. (pp. 21-44). Québec : Masculinité et Société. Repéré à http://www.criviff.qc.ca/masculinites_societe/upload/rapport_sos_rupture_22012010_131855.pdf

Préliminaire et cadre théorique

Au Québec, comme ailleurs dans plusieurs pays, les taux de suicide sont alarmants et les hommes en sont davantage affectés. En fait, on note que quatre fois plus d'hommes que de femmes mettent volontairement un terme à leur existence (St-Laurent, 2004). Bien qu'on observe une diminution des taux de suicide complétés (Ross & Prévost, s. d.), la situation demeure alarmante. En effet, en 2006, le Québec a connu son plus bas taux de suicide depuis les 25 dernières années soit 14,8 suicides pour 100 000 habitants (Saint-Laurent & Gagné, 2008). Cette diminution est significative chez les hommes, les adolescents de 15-19 ans et les jeunes adultes de 20 à 34 ans. Toutefois, ces chiffres ne doivent pas faire ombre à une triste réalité, le suicide demeure la seconde cause de mortalité chez les 15-19 ans et la première chez les 20 à 34 ans et cette réalité est en augmentation chez les personnes âgées de 50 à 64 ans, hommes et femmes confondus (Institut national de santé publique, 2008).

[...] La séparation conjugale en particulier représente un risque particulier chez les hommes (Rondeau et al., 2004). [...] un sondage auprès des 7 671 hommes ayant eu recours aux services du Centre de prévention du suicide de Québec durant l'année 2006 révélait que 60 % d'entre eux vivaient une rupture conjugale (Centre de prévention du suicide de Québec, 2006). Les recherches réalisées depuis quelques années auprès d'hommes séparés indiquent différentes spécificités quant au processus d'ajustement et au processus de deuil inhérents à la rupture amoureuse. La rupture oblige une réorganisation sur plusieurs plans : la vie quotidienne et les activités domestiques, les ressources financières, le lien avec les enfants et l'exercice du rôle paternel, les relations sociales, la vie sexuelle, etc. [...] D'ailleurs, la rupture est identifiée comme un élément associé à la dépression chez les hommes (Cochrane & Rabinovitz, 2000). Au Canada, les hommes divorcés et âgés de 20 à 64 ans ont six fois plus de probabilité de souffrir de dépression qu'un homme marié (Rotterman, 2007) et les hommes séparés sont davantage à risque de développer des symptômes nécessitant des services psychiatriques comme l'hospitalisation. Plus encore, ils présentent des taux de suicide largement supérieurs, jusqu'à cinq fois plus, aux femmes de même statut marital (Braver & O'Connell, 1998; Perrault, 1990). [...] La période suivant la rupture est identifiée par des auteurs (Allard, Bourret, & Tremblay, 2004; Dulac, 1996) comme un « trou noir », au cours de laquelle plusieurs des hommes interrogés rapportent une période sombre, dépressive, avec idées suicidaires, une sorte de torpeur qu'ils ont tenté d'engourdir, notamment par l'alcool ou l'usage de drogues.

Selon Dulac (2001), la socialisation masculine va à l'encontre de la détection et de l'acceptation des symptômes inhibant ainsi la demande d'aide [...] plusieurs auteurs ont noté l'importance de ne pas attendre une demande d'aide formelle des hommes mais d'avoir une attitude davantage proactive (Dulac, 1997, 2001; Tremblay et L'Heureux, 2002; Tremblay, Cloutier, Antil, Bergeron & Lapointe-Goupil, 2005). Dans son rapport, le Comité de travail en matière de prévention et d'aide aux hommes (Rondeau et al., 2004) recommande notamment l'instauration de programmes préventifs en milieu de travail.

Ainsi, dans un but de prévention et de sensibilisation le centre de ressource pour hommes AutonHommie et le Centre de prévention du suicide de Québec (CPSQ) ont soumis au MSSS un projet et ont réalisé un programme de sensibilisation à la détresse chez les hommes en rupture, projet appelé « SOS Rupture ». Dans le projet soumis, les responsables d'AutonHommie et du CPSQ identifiaient quatre objectifs : promouvoir la demande d'aide des hommes particulièrement à la suite d'une rupture, prévenir le suicide chez les hommes, briser l'isolement des hommes et rejoindre les hommes qui ne consultent pas le réseau de la santé. Plus concrètement, les responsables des deux organismes les ont regroupés autour de deux grands objectifs en fonction de la cible d'intervention à réaliser. Le premier objectif visait une formation clinique interorganisme ayant pour but de sensibiliser les intervenants du CPSQ aux caractéristiques de la demande d'aide chez les hommes et les conséquences possibles que la rupture amoureuse peut entraîner chez eux, et, pour le personnel d'AutonHommie, de développer une meilleure connaissance du risque suicidaire. Le deuxième objectif voulait procéder à une sensibilisation en milieu de travail et en milieu scolaire aux diverses réalités masculines dont la rupture amoureuse et la demande d'aide des hommes et recruter des sentinelles afin de prévenir le suicide.

Méthodologie de l'étude

Description de la ou des méthodes utilisées

L'évaluation réalisée dans le cadre de ce projet est davantage de type participatif selon la méthode élaborée par Santé Canada (1996). Il s'agissait d'avoir diverses mesures tout au long du processus d'action dont certaines permettent de réajuster l'action en cours de route alors que d'autres, en fin de processus, permettent davantage de compiler l'appréciation faite par les répondants concernant les activités auxquelles ils ont participé et de recueillir leurs suggestions quant à des actions futures possibles. Les données en provenance de sources diverses permettent ainsi de trianguler l'information recueillie et ainsi la valider.

Échantillon(s) et période(s) de collecte des données

La collecte de données a été réalisée de septembre 2007 à octobre 2008 à Québec, auprès d'intervenants du Centre de prévention du suicide de Québec (CPSQ), le personnel de l'organisme communautaire AutonHommie ainsi que le personnel de différents milieux scolaires et de milieux de travail de la région de Québec (au total 139 personnes ont assisté aux rencontres de sensibilisation à la détresse des hommes en période de séparation et 31 personnes ont assisté à la formation destinée aux sentinelles).

Principaux résultats

Même si le CPSQ, comme tous les CPS au Québec, accorde une grande importance à la prévention du suicide chez les hommes, le personnel a vite identifié un besoin d'approfondir sa compréhension de la socialisation masculine et d'améliorer l'accueil fait aux hommes et la manière d'intervenir auprès d'eux lors de l'appel de détresse et par la suite.

Commentaires des intervenants des organismes parrains : la formation a été jugée très pertinente parce qu'elle a permis, selon les répondants, de mieux outiller les intervenants pour intervenir avec la clientèle masculine notamment sur la spécificité de la demande d'aide des hommes tout en revoyant

les concepts sur la masculinité. Certains notent qu'elle a permis d'abattre des préjugés et de parler en groupe des problématiques vécues par les hommes, dont une plus grande difficulté pour les hommes plus traditionnels d'exprimer leurs émotions. [...] D'autres rapportent qu'ils auraient aimé avoir plus d'information sur le suivi à faire sur le long terme auprès de la clientèle masculine et que, sur ce volet, des questions demeurent sans réponse. Enfin, certains auraient voulu dans le cadre de la formation sur la rupture amoureuse que l'on parle plus à fond de l'aliénation parentale qui touche, selon eux, beaucoup d'hommes.

Selon les répondants *de l'étude*, l'échange d'informations a été fructueux pour les deux organismes [...] les intervenants oeuvrant à AutonHommie ont noté : l'idée du pacte de non-suicide, l'importance de ne pas nier ou éluder la question du suicide et d'interroger le client directement afin d'évaluer l'urgence suicidaire. Le personnel du CPSQ pour sa part a rapporté : une meilleure compréhension de la problématique du suicide chez les hommes, les perceptions concernant les hommes et la demande d'aide ont été revues de telle sorte que les intervenants et intervenantes rapportent entrer en contact avec les hommes sans les juger et avoir développé un savoir-être et un savoir-faire envers les hommes qui leur permet de mieux les accueillir, de mieux décoder leur demande d'aide, qu'il faut du temps avant de créer un lien thérapeutique pour qu'ils s'ouvrent à leurs émotions, sans honte même si cela amène les intervenants à modifier leur façon d'intervenir puisque les modèles de relation d'aide sont généralement façonnés pour répondre aux besoins des femmes. Certains rapportent également qu'il importe de répondre rapidement à leur demande afin de ne pas les perdre, de leur donner la possibilité de prendre conscience qu'ils ont du pouvoir sur la situation qu'ils traversent. Enfin, les intervenants et intervenantes des deux organismes ont noté qu'ils et elles ont apprécié sentir l'appui de l'autre organisme.

Sur les mécanismes d'échanges cliniques qui ont été mis sur pied [...] Ceux et celles qui ont participé à ces échanges, ils sont légèrement majoritaires, rapportent que les mécanismes conjoints sont intégrés dans leur pratique quotidienne et utilisés de manière fréquente. Notons de plus que le degré de satisfaction à leur égard est très élevé. [...] Selon ces personnes, une action conjointe AutonHommie/CPSQ rassure le client autant que les intervenants et intervenantes. Ceci a pour conséquence, selon les répondants, dans le cas d'un risque suicidaire élevé, de ne pas laisser l'intervenant ou l'intervenante seul avec cette responsabilité. Cette nouvelle procédure permet, nous a-t-on rapporté, lors des retours en équipe, une discussion sur les problématiques rencontrées, la possibilité de revenir sur différentes situations jugées plus difficiles. De manière plus informelle, les intervenants, intervenantes et les responsables des deux organismes rapportent que le projet a aussi permis de partager des outils de travail clinique, notamment en matière d'évaluation du risque suicidaire, de la demande d'aide des hommes et de la rupture amoureuse chez les hommes. Enfin, les responsables des organismes notent un plus grand nombre de références mutuelles. [...]

La sensibilisation à la socialisation des hommes et aux signes avant-coureurs du risque suicidaire : les responsables rapportent que les contacts avec les entreprises se sont avérés plus complexes que prévu initialement. L'expérience démontre, selon les responsables, que les dirigeants d'entreprises les plus ouverts sont ceux qui ont vécu une expérience de suicide ou de tentative de suicide dans leur entourage personnel ou au travail.

Résultats du pré-test à la sensibilisation : majoritairement, les participants rapportent avoir traversé des moments difficiles dans leur vie ou avoir connu une personne dans cette situation. [...] Moins d'un répondant sur cinq (16 %) a répondu qu'il serait prêt à chercher de l'aide pour s'en sortir, alors que près de la moitié des répondants tenteraient de fonctionner comme à l'habitude ou chercheraient à oublier le problème.

Dans le cas où l'homme est confronté à un problème personnel, il était appelé à déterminer, selon une échelle de 1 à 7, où 1 indique une faible probabilité et 7 une très forte probabilité, quel serait le comportement adopté advenant une période difficile et vers qui il dirigerait sa demande d'aide pour l'aider à traverser ce moment. Environ 40 % des répondants jugent très peu probable à peu probable (échelle de 1 à 3) de faire une demande d'aide. Pour ceux qui seraient enclins à demander de l'aide,

le questionnaire présentait deux grandes alternatives : le réseau social (conjointe, parents et autres membres de la famille) et les ressources institutionnelles, privées et communautaires (médecin de famille, professionnel, CLSC, ligne d'écoute ou ressources communautaires). Au sein du réseau social, la conjointe demeure la première personne à qui les participants se confieraient en cas de détresse, alors qu'à l'autre bout du spectre les autres membres de la famille, tout comme les collègues de travail, ne représentent pas vraiment une alternative. Ce type de réaction est d'autant plus inquiétant que, majoritairement, ils jugent très probable à peu probable de s'adresser à une ressource institutionnelle, privée ou communautaire.

Résultats du post-test à la sensibilisation : [...] Les changements d'attitude sont significatifs. Près des trois quarts des répondants (70 %) ont rapporté vouloir résoudre le problème en allant chercher de l'aide et du soutien. S'investir dans le travail ou avoir plus de loisirs demeure l'autre stratégie envisagée, mais l'idée de continuer à vivre comme si de rien n'était ne recueille plus l'aval que de 3 % des participants. En outre, à l'unanimité, les personnes présentes ont indiqué être en mesure de mieux connaître les ressources disponibles. De plus, s'il advenait une situation difficile, les répondants notent qu'ils ne compteraient plus seulement sur le soutien de la conjointe. Presque unanimement (90 %), les hommes choisiraient de consulter une personne ressource. En effet, les probabilités sont grandes que les participants se confient à un ami ou un collègue ou à un intervenant/intervenante d'une ligne d'écoute et demande de l'aide professionnelle en provenance d'une ressource communautaire ou d'un CLSC.

Appréciation de la sensibilisation : [...] Quant au contenu de la formation, dans une très grande majorité, les participants ont jugé qu'il était pertinent, clair, intéressant, bien présenté, et ce, de façon à être bien compris par des non-spécialistes. En outre, tant la question du suicide, que la socialisation des hommes ont, de manière générale, suscité l'intérêt des participants [...].

Peu après les rencontres, trois dirigeants parmi les entreprises qui ont participé ont été contactés par les responsables du projet afin de connaître leur appréciation de la démarche et au besoin réajuster le tir pour les autres entreprises.[...] En outre, le responsable 1 rapporte que les deux femmes qui ont participé à la rencontre ont beaucoup appris concernant le langage des hommes ainsi que sur les comportements perçus initialement comme contradictoires. Il rapporte que, après la sensibilisation, deux personnes ont manifesté clairement à leur patron avoir besoin d'aide. [...] *Le responsable II :* Depuis lors, il a dit avoir référé quatre employés à AutonHommie. Il aurait aimé également avoir un outil papier à remettre à ses employés. Enfin, le responsable de l'organisme 3 rapporte que les employés de son entreprise ont beaucoup apprécié le contenu de la sensibilisation surtout le volet concernant la demande d'aide.

Enfin, l'équipe de recherche a contacté des sentinelles de quatre entreprises (2 écoles et 2 entreprises) sous la forme d'un groupe de discussion focalisée (écoles) ou d'entrevues téléphoniques (entreprises). [...] En outre, l'idée de joindre un homme aux présentations pour s'adresser à d'autres hommes a été un facteur aidant selon certains. Selon eux, même si elle ne semble pas avoir soulevé beaucoup de discussions, la sensibilisation a éveillé les hommes aux risques qu'ils peuvent courir et comment aller chercher de l'aide. [...] Pour ce qui est de la séparation, plusieurs ont retenu qu'il ne fallait pas attendre les idéations suicidaires, qu'il fallait être à l'écoute de la détresse de l'autre, des messages qui sont envoyés et qu'il importe de savoir écouter et référer. Le thème du suicide semble avoir davantage accroché les hommes, surtout dans une des entreprises où un employé avait déjà presque complété une tentative de suicide. Ce que les participants disent principalement avoir retenu, ce sont les signes avant-coureurs du suicide et qu'il s'agit rarement d'une impulsion spontanée, mais le plus souvent d'un acte qui a mijoté dans la tête de la personne avant le passage à l'acte. Plusieurs considèrent très important que ce genre de rencontre ait lieu afin que les employés puissent détecter les changements de comportement et se donner les moyens d'être à l'écoute les uns des autres.

Le programme de sentinelles : le second objectif poursuivi par le CPSQ et AutonHommie est la mise en place d'une ou plusieurs sentinelles au sein des milieux de travail. Lorsque les répondants ont été questionnés sur leurs motifs à devenir des sentinelles au sein de l'entreprise, trois facteurs sont

principalement nommés : 1) le fait d'avoir connu une personne qui s'était suicidée ou qui avait tenté à ses jours; 2) leur rôle dans l'entreprise (chef d'équipe, responsable) qui a amené leur employeur à vérifier leur intérêt à tenir ce rôle et 3) pour certains, ce choix s'est fait presque de lui-même parce qu'ils sont reconnus pour leur écoute et qu'ils aiment être en contact avec leurs confrères de travail, ces derniers ont développé le réflexe d'aller vers eux lorsqu'ils en sentent le besoin.

Avant la formation proprement dite, les animateurs désiraient interroger les participants sur leurs connaissances de la problématique du suicide. De manière générale, pour près de la moitié, et plus dans certains cas, les participants ne pouvaient définir avec précision le rôle de la sentinelle en prévention du suicide, ni vérifier l'urgence suicidaire, les idéations suicidaires et les signes précurseurs du suicide, ni prendre contact avec une personne en détresse de façon adéquate, communiquer les informations pertinentes à une personne ressource, afin que la personne suicidaire reçoive l'aide nécessaire et identifier les services de soutien aux sentinelles. Là où une majorité se dégage est lorsque vient le temps d'accompagner la personne suicidaire et la motiver à demander de l'aide, près des trois-quarts des répondants affirment être en mesure d'accomplir cette tâche. [...] Les participants ont évalué très positivement la formation de sentinelles, et ce, tant en ce qui concerne l'organisation, le contenu, les activités proposées que l'équipe d'animation. Ils considèrent que cette formation leur a fourni de bons outils. Un des répondants interviewés a mentionné qu'il a été obligé de faire des mises à pied par la suite. Il rapporte que la question du suicide lui a effleuré l'esprit et que, dans les circonstances, il s'est montré plus attentif qu'auparavant aux réactions des employés à qui il devait annoncer la nouvelle [...].

Besoins identifiés

Les chercheurs *de cette étude* recommandent au ministère de la Santé et des Services sociaux: de reconduire ce projet pour les années futures afin d'assurer un suivi auprès des sentinelles formées et d'offrir d'autres séances de sensibilisation aux employés et de s'assurer que le même service soit offert à d'autres entreprises. Au CPSQ et AutonHommie: de faire connaître leurs mécanismes de concertation à tous leurs intervenants et intervenantes et de prévoir des rencontres des deux équipes une fois ou deux par année afin de bien solidifier les liens et offrir des occasions d'avoir de nouveaux points de vue lors de discussions cliniques ; de revoir les suggestions des répondants et réaménager les contenus des formations en conséquence ; de faire connaître cette nouvelle expertise à d'autres CPS et organismes pour hommes.

Population cible

Intervenants du Centre de prévention du suicide de Québec (CPSQ), le personnel de l'organisme communautaire AutonHommie ainsi que le personnel de différents milieux scolaires et de milieux de travail de la région de Québec.

Objectifs et hypothèses

Objectif principal: évaluation du projet SOS Rupture.

Mots-clés Aucun mot clé n'a été associé à cette fiche

Juillet, 2014