

# Les soins tenant compte des traumatismes et le suicide

## Qu'est-ce que c'est?

Dans l'approche des soins tenant compte des traumatismes, on pose la question : « Que vous est-il arrivé? » plutôt que « Qu'est-ce qui ne va pas? » (Rosenberg, 2011).

Dans l'approche des soins qui tiennent compte des traumatismes, on s'assure que les patients reçoivent le traitement dont ils ont besoin en fonction des répercussions causées par des expériences antérieures. Cette approche holistique des soins peut éviter que la personne subisse d'autres traumatismes tout en l'aidant à se rétablir d'expériences passées. Les soins tenant compte des traumatismes peuvent être offerts dans les hôpitaux, les cabinets de psychiatrie, les centres de réadaptation et les centres communautaires.

### QU'EST-CE QUI CAUSE LES TRAUMATISMES?

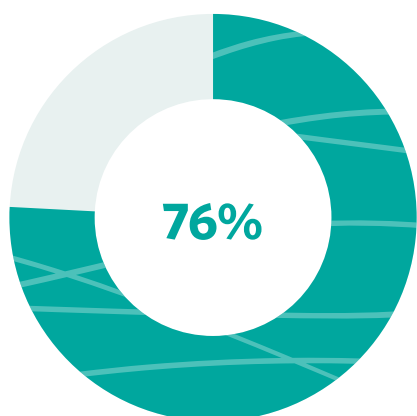
- les abus sexuels et physiques
- l'exposition à la guerre, à un suicide ou à un meurtre ainsi que les accidents (Klinic, 2013).

### COMMENT LES SOINS TENANT COMPTE DES TRAUMATISMES SONT-ILS PRODIGUÉS?

Les professionnels de la santé sont :

- bien renseignés au sujet des traumatismes
- empathiques
- compatissants
- conscients d'eux-mêmes
- flexibles
- en mesure d'établir un lien émotionnel avec l'expérience traumatisante vécue par le patient (Harris et Fallot, 2001; Klinic, 2013).

## TRAUMATISMES DANS LA POPULATION



des adultes subissent un traumatisme au cours de leur vie.

## TRAUMATISMES SELON LE SEXE

50%

des femmes et

33%

des hommes ont été victimes de violence sexuelle ou physique (ministère de la Santé de la C.-B., 2013).

4

MOYENS DE RECONNAÎTRE LES TRAUMATISMES

(Huckshorn et Lebel, 2013)

REMÉMORATION DE L'ÉVÉNEMENT

ÉVITEMENT ET ENGOUDISSEMENT ÉMOTIONNEL

CHANGEMENTS DANS LES HABITUDES DE SOMMEIL

HYPERACTIVITÉ

## QUATRE FAITS CONCERNANT LE SUICIDE ET LES SOINS TENANT COMPTE DES TRAUMATISMES

1

**LES PATIENTS DOIVENT** se sentir suffisamment en sécurité et à l'aise pour pouvoir raconter leur traumatisme aux professionnels de la santé.

2

**LES PERSONNES AYANT SUBI UN TRAUMATISME** constituent la majeure partie des utilisateurs du système de services sociaux (Elliott et coll., 2005).

3

**NE PERSONNE TRAUMATISÉE** devient à risque de se suicider si elles composent avec leur traumatisme d'une manière malsaine.

4

**LES PERSONNES QUI ONT VÉCU** un traumatisme pourraient être davantage à risque de se suicider que celles qui n'en ont pas vécu.

## Comment pouvons-nous prévenir le suicide associé à un traumatisme?

### ÉDUIQUER ET SENSIBILISER

Lancer une campagne de sensibilisation pour informer et éduquer le grand public et toute personne entrant en contact avec des victimes potentielles de traumatismes (Olson, 2013).

### SUPPOSER QU'UN TRAUMATISME S'EST PRODUIT

Supposer qu'une personne suicidaire a subi un traumatisme personnel devrait faire partie du processus officiel de dépistage et d'évaluation.

### DÉPISTER LES TRAUMATISMES

Un dépistage systématique des traumatismes permettrait de s'assurer que tous les patients sont évalués en fonction des expériences traumatisantes qu'ils ont vécues, et non seulement des symptômes qu'ils présentent (Olson, 2013).

### LA RÉSILIENCE PEUT CONTREBALANCER LES CONSÉQUENCES NÉGATIVES D'UN TRAUMATISME

Toute personne ayant vécu un traumatisme conserve une qualité positive essentielle : la résilience.

Faire preuve de résilience signifie faire appel au soutien d'amis et de proches, à des stratégies d'adaptation saines et à des aptitudes de résolution de problèmes de manière efficace afin de surmonter les difficultés (gouvernement de l'Australie, ministère de la Santé et des Personnes âgées, 2008). **POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS, CONSULTEZ LE** <https://csprev.ca/LIFEframework>

33

*Plus le traumatisme est grave, plus les risques d'abus d'alcool [...] de consommation de drogues, de dépression, de tentative de suicide et d'autres conséquences négatives augmentent" (Rosenberg, 2011, p.428).*

## CERTAINES ORGANISATIONS CANADIENNES QUI ONT ADOPTÉ LES SOINS TENANT COMPTE DES TRAUMATISMES

Le Centre de soins de santé Sunshine Coast à Powell River

Le Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH) à Toronto

Le Centre de soins communautaires Klinik à Winnipeg



POUR EN SAVOIR PLUS,  
VISITEZ LE [SUICIDEINFO.CA](http://SUICIDEINFO.CA)



Commission de  
la santé mentale  
du Canada



Canadian Mental  
Health Association  
Mental health for all



centre for  
suicide prevention

Avec le financement de  
Financial contribution from



Santé Health  
Canada Canada

## Références

Gouvernement de l'Australie, ministère de la Santé et des Personnes Âgées.

*LIFE : A framework for prevention of suicide in Australia, 2008.* Consulté au <https://www.lifeinmindaustralia.com.au/docs/LIFE-framework-web.pdf>

Ministère de la Santé de la Colombie-Britannique. *Trauma-informed practice guide, 2013.* Consulté au <http://bccwh.bc.ca/publications-resources/documents/TIP-Guide-May2013.pdf>

Elliott, D., P. Bjelac, R. Fallot, L. Markoff et B. Reed. « Trauma-Informed or trauma-denied : Principles and implementation of trauma-informed services for women », *Journal of Community Psychology*, vol. 33, no 4 (2005), p. 461-477.

Harris, M. et R. Fallot. « Envisioning a trauma-informed service system : A vital paradigm shift », *New Directions for Mental Health Services*, vol. 89 (2001), p. 3-21.

Huckshorn, K. et J. Lebel. « Trauma-informed care », dans Yeager et coll. (éditeurs). *Modern community mental health : An interdisciplinary approach*, Oxford, Royaume-Uni, Oxford University Press, 2013, p. 62-83.

Klinic Community Health. *Trauma-informed : The trauma toolkit, 2013.* Consulté au [http://trauma-informed.ca/wp-content/uploads/2013/10/Trauma-informed\\_Toolkit.pdf](http://trauma-informed.ca/wp-content/uploads/2013/10/Trauma-informed_Toolkit.pdf)

Olson, R. *Trauma-informed care : Trauma, substance abuse and suicide prevention, 2013.* Consulté au <https://www.suicideinfo.ca/resource/traumaandsuicide>

Rosenberg, L. « Addressing trauma in mental health and substance use treatment », *The Journal of Behavioral Health Services & Research*, vol. 38, no 4 (2011), p. 428-431.

Wall, T. *Trauma-informed systems and organizations* (présentation PowerPoint), 2014.

### À PROPOS DU CENTRE FOR SUICIDE PREVENTION

Tout le monde peut apprendre à reconnaître une personne à risque de se suicider et lui trouver de l'aide.

#### Appelez-nous.

Nous sommes le Centre for Suicide Prevention, une branche de l'Association canadienne pour la santé mentale. Depuis plus de 35 ans, nous fournissons à la population canadienne les connaissances et les compétences requises pour intervenir auprès de personnes à risque de se suicider. Nous pouvons vous procurer les bons outils. Une éducation pour la vie.

### À PROPOS DE LA COMMISSION DE LA SANTÉ MENTALE DU CANADA

La Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) joue un rôle catalyseur dans l'amélioration du système de santé mentale et la transformation des attitudes et des comportements de la population canadienne à l'égard des problèmes de santé mentale.

### À PROPOS DE L'ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE

L'Association canadienne pour la prévention du suicide (ACPS) a été incorporée en 1985 par un groupe de professionnels qui jugeaient essentiel de fournir de l'information et des ressources aux collectivités afin de réduire les taux de suicide et d'atténuer les conséquences dévastatrices des comportements suicidaires.

**Si vous êtes en crise, appelez la ligne d'écoute téléphonique de votre région.**  
[suicideprevention.ca/francais/](http://suicideprevention.ca/francais/)



POUR EN SAVOIR PLUS,  
VISITEZ LE [SUICIDEINFO.CA](http://SUICIDEINFO.CA)



Commission de la santé mentale du Canada



Canadian Mental Health Association  
Mental health for all



centre for suicide prevention

Avec le financement de  
Financial contribution from



Santé Canada Health Canada