

Prévention du risque suicidaire

Pièce de théâtre « Nous » et activités menées au gymnase de Renens pour prévenir le risque suicidaire chez les élèves



Etablissement scolaire ou de formation

Gymnase de Renens

Niveau: Secondaire II

Nombre d'élèves concerné: 114
(deux élèves par classe)

Nombre d'enseignant-e-s

concerné: Seulement les
enseignant-e-s volontaires

Personne de contact

Yasmina Duployer-Naim

Déléguée PSPS

yasmina.duployer@eduvaud.ch

Si l'élaboration du projet a été accompagnée par l'Unité PSPS :

Claire Girardet

Cheffe de projet santé mentale –
prévention du suicide

claire.girardet@avasad.ch

Bilan du projet

Peut-être demandé à

yasmina.duployer@eduvaud.ch

Année(s) de réalisation

2020 à aujourd'hui

Fréquence

Idéalement une activité par année en
septembre

Le projet en bref

Le suicide est la deuxième cause de décès chez les jeunes en Suisse. La prévention des comportements suicidaires est donc un enjeu fort pour les équipes PSPS au sein des établissements du postobligatoire.

Suite à la journée mondiale de prévention du suicide le 10 septembre 2020 et à une sensibilisation menée auprès des élèves, le gymnase de Renens a présenté la pièce de théâtre participative "Nous" proposée par l'association Stop Suicide pour ses 20 ans, comme première étape d'une série d'actions visant à la sensibilisation des élèves et du corps enseignant et à leur permettre de s'informer sur les ressources d'aide à leur disposition.

Thématiques

Santé mentale, prévention des comportements suicidaires

Description du projet PSPS

L'équipe PSPS du gymnase a présenté à ses élèves délégué-e-s de classe une pièce participative, intitulée « Nous », créée pour les 20 ans de l'association Stop Suicide. Cette pièce raconte le mal-être d'un adolescent ainsi que les réactions de ses proches face à son isolement et sa descente vers la crise suicidaire. À l'issue de la pièce, un des acteurs, Nicolas, l'auteur de la pièce, Laure Bacchiocchi, la chargée de projet de l'association Stop Suicide, Sophia Perez et une psychologue-accompagnante de l'association, Fitore Daka, ont animé une discussion sur les questions que les élèves avaient pu noter de manière anonyme. Enfin, les élèves ont répondu à un questionnaire sur la pièce.

Afin de perturber le moins possible les cours, nous avons choisi de sélectionner deux élèves de chaque classe du gymnase pour assister à cette représentation. Dans un premier temps, nous avons demandé à chaque délégué-e et suppléant-e de participer, et si elles ou ils étaient trop mal à l'aise avec ce sujet, elles et ils avaient la possibilité de proposer un-e élève volontaire de leur classe pour les remplacer. L'idée d'impliquer deux élèves de chaque classe nous permet aussi d'avoir deux jeunes sensibilisé-e-s à la question du suicide dans chaque classe du gymnase.

Points forts

- Développement des compétences psychosociales des élèves (savoir chercher de l'aide, réguler ses émotions et les exprimer de manière adaptée, savoir prendre des décisions)
- Sensibilisation de deux élèves par classe
- Possibilité de poser des questions de manière anonyme (lors de l'échange à la fin)
- Retours extrêmement positifs des élèves (questionnaire)
- Élèves demandeurs et demandeuses de dialogue à ce sujet
- Le format pièce de théâtre participative jouée par des jeunes adultes fonctionne bien comme moyen de prévention auprès des élèves

Étapes de mise en œuvre

- Discussions avec l'équipe PSPS et la direction sur les besoins de prévention du risque suicidaire
- Rencontre avec les élèves lors du stand tenu par l'infirmière et la déléguée PSPS ; discussion de leurs besoins et de leurs connaissances
- Présence de la déléguée PSPS lors de la première de la pièce de théâtre
- Discussion avec l'association et l'Unité PSPS sur les modalités d'organisation, rencontre avec l'auteur de la pièce et visite du gymnase
- Courriel aux enseignant-e-s pour les prévenir et leur donner les ressources nécessaires pour soutenir les élèves
- Courriel aux élèves (mentionnant le droit de ne pas y participer)
- Présentation de la pièce aux élèves et aux enseignant-e-s qui souhaitent y assister

Étapes, déroulement des activités

Préambule: 7 au 18 septembre 2020

- Exposition de ressources tirées du site Stop Suicide dans la cafétéria et le forum du gymnase : permettre aux élèves de se renseigner sur les ressources à leur disposition, les idées reçues sur le suicide ainsi que sur les facteurs pouvant entraîner une crise suicidaire et les moyens d'aider les personnes dans cette situation
- Campagne d'information sur les réseaux sociaux du gymnase
- Dans un deuxième temps, stand avec du matériel de prévention le jeudi 10 septembre avec l'infirmière et la déléguée PSPS: discussion avec les élèves intéressé-e-s et sensibilisation des élèves (par la distribution de matériel de ressources créé par Stopsuicide).

Projet: 25 novembre 2020 (reporté au 14 septembre 2021 à cause du COVID)

- Présentation de la pièce aux 114 délégué-e-s et suppléant-e-s des 57 classes du gymnase (dans le but d'avoir des jeunes volontaires sensibilisé-e-s dans chaque classe) de 13h45 à 14h45 le mercredi 25 novembre.
- Discussion de 45 minutes avec l'auteur de la pièce, un-e représentant-e de l'association Stop Suicide, de la cheffe de projet santé mentale de l'Unité PSPS et un-e psychologue accompagnant-e, en présence de l'infirmière et la co-déléguée PSPS.
- Les élèves ont rempli un questionnaire sur la pièce.
- Les membres de l'équipe PSPS ont aussi proposé une permanence les jours suivants la pièce de théâtre pour soutenir les élèves qui pourraient en avoir besoin.

Projets à venir

- Sensibilisation pour l'ensemble du corps enseignant
- Ateliers « s'entraider » de l'association Stop Suicide pour l'ensemble des élèves de première année
- Journée santé mentale en avril 2023 pour l'ensemble des élèves de première année (plusieurs ateliers sur différents thèmes liés à la santé)

mentale seront proposés aux élèves, sur les modèles des journées méthodologique et durabilité qui existent déjà au gymnase.

Compétences visées et activées par le projet (élèves, voire adultes)

- Sensibiliser les élèves aux facteurs de protection qui peuvent être renforcés (estime, confiance en soi, soutien social, etc.)
- Donner des outils de réponses ainsi que des clés de lecture aux élèves face à un-e. camarade ou ami-e en souffrance (ouelles-mêmes et eux-mêmes) ainsi que des ressources vers lesquelles se tourner si elles ou ils sont dépassé-e-s par cette souffrance.
- Lever le tabou sur le suicide en faisant passer des messages positifs (effet Papageno qui est protecteur)
- Créer un climat de bienveillance et d'entraide au sein du gymnase

Budget – financement

Les frais liés à la pièce de théâtre et à l'intervention des professionnel-le-s lors de la discussion ont été payés par l'Unité PSPS (2235.-) et les frais de repas des acteurs et actrices et des intervenant-e-s ont été payés par le gymnase.

Prestataires externes

Stop Suicide, <https://stopsuicide.ch/nos-actions/campagne/>

Ecriture et mise en scène de la pièce, animation de la discussion avec les élèves après la pièce

Bilans

La pièce de théâtre a été un succès et les objectifs importants, que les élèves soient capables de reconnaître les signaux d'alerte et qu'elles et ils se sentent capable d'agir, sont remplis. La pièce a fait remonter des émotions fortes chez certain-e-s élèves et les permanences des médiateurs et médiatrices et des infirmières étaient nécessaires et un bon filet de sécurité. Cependant, ni les infirmières, ni les médiateurs et médiatrices n'ont reçu d'élèves suite à la pièce. De plus, le fait d'avoir la discussion et la possibilité de poser des questions de manière anonyme à un-e psychologue et à un-e membre de l'association Stop Suicide a permis aux élèves de s'exprimer librement et sans peur de jugement.

Le succès de la pièce semble aussi lié au jeu des acteurs et actrices et aux émotions transmises par le medium de la pièce de théâtre. Ce constat pose la question de la pertinence de ce moyen de prévention. La réaction et l'engouement des élèves devraient nous encourager à rendre ce genre de prévention pérenne.

Commentaires des élèves :

« Cette pièce est VRAIMENT bien, il faudrait donc essayer de la montrer à tout le gymnase et pas seulement aux délégués »

« Vous aviez dit que vous n'avez pas de baguette magique pour faire des personnes bienveillantes mais je pense que cette belle pièce est la formule. Merci beaucoup du fond du cœur. »

« Continuez à faire de la prévention dans les gymnases ! »

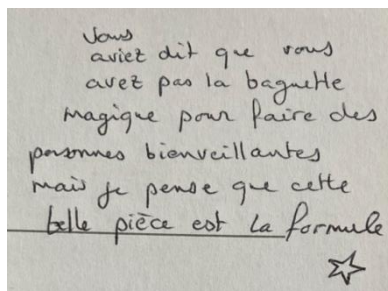
« J'étais pas super à l'aise, mais j'ai quand même beaucoup aimé »

« Il faut en parler à plus de personnes ! »

« Que plus de gens voient la pièce » « Il faudrait faire cette prévention plus tôt et pour tout le monde »

« Super pièce, sensibilise très bien les jeunes de mon âge »

« Continuez ceci, je trouve que ça aide ceux qui ont besoin d'aide ou ceux qui s'y connaissent peu »



Commentaires de l'Unité PSPS

Cette pièce est un outil de prévention par les pairs innovant, qui touche aux questions du vivre-ensemble, de l'entraide et de la santé mentale. Ce projet participe à briser les tabous et la stigmatisation entourant le mal-être et le suicide des jeunes, qui est un des obstacles majeurs de la recherche d'aide. Ce projet a rencontré un riche succès grâce à l'investissement de plusieurs professionnel·le·s qui ont porté et soutenu ces activités, assuré une permanence élargie et un dialogue avec les élèves.