

SOUTENIR LES MEMBRES ET LES FAMILLES DE LA SÉCURITÉ PUBLIQUE TOUCHÉS PAR LE SUICIDE

En soutien au Mois de la sensibilisation et de la prévention du suicide (septembre) et de la Journée mondiale de la prévention du suicide (10 septembre), nous avons réuni un panel d'experts ayant de l'expérience vécue, et de l'expérience clinique en traumatismes et en prévention du suicide, pour discuter de l'impact du suicide sur les familles du personnel de la sécurité publique (PSP).



En ce qui concerne le personnel de la sécurité publique, le suicide constitue un enjeu complexe que les traumatismes, la culture organisationnelle, et la stigmatisation persistante liée à la santé mentale peuvent affecter. Un décès par suicide a un impact profond sur les familles. Les points de vue des personnes qui ont un savoir-faire vécu et une expérience clinique suggèrent que des soutiens opportuns, appropriés et dirigés par la famille pourraient faciliter le rétablissement.

Si vous êtes en détresse et avez besoin d'aide immédiate, **appelez ou textez le 988**. La ligne d'aide en cas de crise de suicide est accessible **24 heures par jour, tous les jours de l'année**. Si votre vie est en danger, appelez le 911.



Les répercussions du suicide sur les familles

- À la suite d'un suicide, les familles doivent gérer des sentiments complexes, vivre leur deuil et accepter la perte.
- Les proches peuvent éprouver des sentiments de honte, de culpabilité, de colère et de confusion.
- La peine est complexe et chacun la ressent très différemment. On ne vit pas tous le deuil de la même façon.

Il n'existe pas d'approche universelle à la prévention du suicide. Les personnes ont des identités, des besoins et des problèmes différents. Chaque secteur du PSP possède sa propre culture et sa propre pression.

Soutenir les familles du PSP

- Les familles sont une source de soutien essentielle pour leurs proches membres du PSP, et méritent du soutien pour leurs propres problèmes de santé mentale et leurs besoins.
- Les membres des familles du PSP ont des besoins particuliers et distincts, mettant en évidence le besoin de soutiens adaptés, individuels et dirigés par la famille.
- Le processus de « rétablissement » du deuil varie pour chaque personne : pour certaines, cela peut signifier s'adapter à une nouvelle « normalité » tandis que d'autres peuvent ressentir un sentiment de croissance post-traumatique, un changement personnel positif à la suite d'un traumatisme.

Soutenir les familles du PSP et réduire la stigmatisation et les risques

Nous pouvons soutenir les familles du PSP en:

- Reconnaisant que les familles sont une source de soutien essentielle pour leurs proches, membres du PSP, et méritent du soutien pour leurs propres problèmes de santé mentale et leurs besoins.
- Mettant en évidence le besoin de soutiens adaptés, individuels et dirigés par la famille.
- Admettant que la manière de se remettre d'un deuil varie pour chaque personne.

Nous pouvons nous attaquer à la stigmatisation et réduire les risques en:

- Ayant des conversations ouvertes sur le suicide, sans porter de jugement, et en normalisant la discussion sur la santé mentale.
- Normalisant les comportements de demande d'aide, et en accédant rapidement à des soutiens en santé mentale.
- Élargissant les prestations couvrant les services de santé mentale fondés sur des données probantes.
- Éduquant et formant les membres de manière proactive pour les préparer et contribuer à atténuer l'impact de l'exposition à des traumatismes.
- Incluant les familles dans les politiques organisationnelles en matière de santé mentale et de rétablissement.

Voir la discussion

ICRTSP (10 septembre 2025) Soutenir les familles des membres du personnel de la sécurité publique touchés par le suicide.

Voir le panel : <https://youtu.be/0tqm17HUC3E>

L'ICRTSP tient à remercier les conférenciers Dilnaz Garda, Dr Andrew Ekblad, et Colleen Kamps de leur contribution.

