

LISTE DES CHOSES À FAIRE ET À NE PAS FAIRE POUR L'AUTOMUTILATION A L'ÉCOLE

TRAITEMENT

À FAIRE

Tenez une liste de référents locaux à jour et orientez les élèves vers une aide extérieure si nécessaire

À NE PAS FAIRE

Essayez de limiter le traitement d'un élève à l'intérieur de l'école s'il existe des problèmes sous-jacents complexes qui nécessitent une aide extérieure

À FAIRE

Encouragez l'auto-soin parmi le personnel scolaire et les élèves qui peuvent connaître une personne qui s'automutile

À NE PAS FAIRE

Supposez que le personnel et les élèves puissent faire face, sans soutien, à la divulgation et au traitement de l'automutilation

À FAIRE

Intervenez tôt et directement en cas de propagation potentielle d'automutilation chez les pairs ("événement de contagion")

À NE PAS FAIRE

Supposez que les personnes qui semblent "copier" l'automutilation d'une autre personne (comportement d'imitation) vont "s'en sortir" ou cesser ce comportement s'il est ignoré

LISTE DES CHOSES À FAIRE ET À NE PAS FAIRE POUR L'AUTOMUTILATION A L'ÉCOLE



lignes directrices
élaborées par le consortium
international sur
l'automutilation en milieu
scolaire

Cette liste comprend les
choses à faire et à ne pas faire:

- Politique générale
- Élèves
- Personnels enseignants
- Sensibilisation des écoles à l'automutilation
- Soutiens des étudiants et leurs familles
- Professionnels de la santé mentale
- Traitement

LISTE DES CHOSES À FAIRE ET À NE PAS FAIRE POUR L'AUTOMUTILATION A L'ÉCOLE

POLITIQUE GÉNÉRALE

À FAIRE

Connaître les lois, politiques et directives locales concernant la manière d'aborder et de réagir à l'automutilation et aux comportements suicidaires dans les écoles

À NE PAS FAIRE

Développer une politique en matière d'automutilation sans tenir compte du contexte local

À FAIRE

Développer un protocole spécifique pour l'automutilation

À NE PAS FAIRE

Combiner les politiques et les directives concernant l'automutilation et le comportement suicidaire

La fusion des protocoles relatifs à l'automutilation et au suicide augmente le risque de préjudices pour les jeunes, les familles et le personnel scolaire

À FAIRE

Élaborer des stratégies et des procédures pour les camps scolaires, les excursions, les internats et les pensionnats, si nécessaire

À NE PAS FAIRE

Develop a one-size-fits-all policy that Élaborer une politique "universelle" qui ne tiennent pas compte de l'environnement scolaire unique

Ne pas permettre aux étudiants de faire des excursions, des sorties ou des camps à cause de l'automutilation les isoleront davantage. Cela entravera leurs rétablissements, encouragera les commentaires gênants des autres étudiants et aura un impact négatif sur leurs résultats scolaires.

ÉLÈVES

À FAIRE

Sachez que les élèves ont des manières différentes de faire face aux choses.

À NE PAS FAIRE

Jugez ou rejetez un élève qui s'automutile

À FAIRE

Si un ami s'automutile, dites-le à un enseignant, à un adulte de confiance ou à la personne de contact

À NE PAS FAIRE

Promettez à un ami que vous garderez son automutilation secrète

À FAIRE

Discutez des problèmes de santé mentale et des mécanismes généraux d'adaptation avec d'autres étudiants.

À NE PAS FAIRE

Montrez vos blessures ou vos cicatrices

À FAIRE

Demandez l'aide d'un psychologue scolaire/coordonateur de soins.

À NE PAS FAIRE

Avoir le sentiment que vous devez garder ça secret

LISTE DES CHOSES À FAIRE ET À NE PAS FAIRE POUR L'AUTOMUTILATION À L'ÉCOLE

PERSONNEL ENSEIGNANT

À FAIRE

Offrez et encouragez la formation et les ressources pour le personnel scolaire

À NE PAS FAIRE

Restreignez l'éducation et la formation sur l'automutilation au personnel de santé mentale

À FAIRE

Encouragez le personnel scolaire à adopter une attitude de compassion, de non-jugement et de curiosité respectueuse lorsqu'il parle aux élèves d'automutilation

À NE PAS FAIRE

Faites preuve ouvertement de réactions négatives, de jugement ou d'inutilité face à l'automutilation

Évitez également les réactions trop exubérantes à l'automutilation (qui pourraient renforcer le comportement)

À FAIRE

Désignez une personne ou une équipe de contact formée à la lutte contre l'automutilation, capable d'effectuer avec assurance une évaluation des risques et de travailler avec les jeunes qui s'automutilent

À NE PAS FAIRE

Permettez au personnel non formé et inexpérimenté de travailler en étroite collaboration avec les élèves qui s'automutilent

À FAIRE

Permettez au personnel de santé mentale de prendre des décisions sur la confidentialité par rapport au devoir de soins

À NE PAS FAIRE

Demandez au personnel de signaler tout cas d'automutilation au directeur de l'école ou aux parents

SENSIBILISATION DES ÉCOLES À L'AUTOMUTILATION

À FAIRE

soyez conscient des sensibilités culturelles, des risques et/ou des difficultés accrues liés à des groupes d'élèves spécifiques (par exemple, les élèves autochtones, les LGBTQIA+, les élèves handicapés)

À NE PAS FAIRE

Adoptez une approche globale pour tous les élèves et répondez à l'automutilation sans tenir compte des besoins individuels des élèves

À FAIRE

Considérez l'impact de l'automutilation sur les autres élèves de l'école. Soutenez les amis et les camarades des élèves qui s'automutilent

À NE PAS FAIRE

Évitez de discuter de l'automutilation avec des amis ou des camarades des élèves qui s'automutilent

Dans les limites de la confidentialité, il est important de savoir comment se portent les amis d'une personne qui s'automutilent afin d'assurer leurs bien-être

À FAIRE

Utilisez un langage respectueux. Voir ci-dessous un guide pour parler du comportement suicidaire

(<https://www.beyondblue.org.au/the-facts/suicide-prevention/worried-about-suicide/having-a-conversation-with-someone-you're-worried-about>)

À NE PAS FAIRE

Utilisez un langage stigmatisant et étiqueté (par exemple, appeler les élèves qui s'automutilent des "cut-ups" ou des "self-harmers")

À FAIRE

Reconnaissez que de nombreux jeunes sont touchés par l'automutilation et ceci de différentes manières

À NE PAS FAIRE

Supposez que l'automutilation est un comportement que seul un groupe adopte (par exemple, les "jeunes femmes", "emos", "alternates"), en utilisant une seule méthode (par exemple, se couper ou se gratter)

LISTE DES CHOSES À FAIRE ET À NE PAS FAIRE POUR L'AUTOMUTILATION A L'ÉCOLE

SOUTENIR LES ÉTUDIANTS ET LEURS FAMILLES

À FAIRE

Impliquez les parents dans la prise en charge des élèves lorsque cela est possible et approprié (impliquez les élèves dans ce domaine également)

À NE PAS FAIRE

Sous-estimez l'importance des parents et des personnes qui s'occupent des enfants

À FAIRE

Fournissez des instructions, un soutien et des ressources aux parents, aux familles et aux amis

À NE PAS FAIRE

Supposez que les parents savent que leur enfant s'automutile ou qu'ils disposent de moyens efficaces pour y faire face.

À FAIRE

Discutez des problèmes de santé mentale et des stratégies générales d'adaptation avec les élèves ; Soulignez l'importance d'apprendre aux pairs à reconnaître les signes de détresse mentale chez leurs amis et chez eux-mêmes et à y faire face.

À NE PAS FAIRE

Concentrez-vous explicitement sur l'automutilation ou discutez des détails de comportements spécifiques dans les programmes scolaires ou les initiatives de prévention

À FAIRE

Encouragez les pairs qui connaissent une personne qui s'automutile à se confier à un adulte

À NE PAS FAIRE

Encouragez les pairs à guider ou à soutenir leur ami qui s'est blessé en gardant des secrets dont ils savent qu'ils faciliteront l'automutilation de leur ami

PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ MENTALE

À FAIRE

Encouragez les étudiants à discuter de leurs préoccupations qui sont à la base de l'automutilation (par exemple, la motivation pour l'automutilation) avec les autres, plutôt que du comportement d'automutilation lui-même

À NE PAS FAIRE

Permettez une discussion détaillée et explicite sur l'automutilation

Expliquez l'impact que le fait de parler explicitement peut avoir sur les autres élèves et évitez de vous concentrer sur des détails spécifiques tels que la méthode utilisée.

Utilisez des plans de sécurité/des plans de soutien

Les plans de sécurité se concentrent sur le travail avec le jeune pour identifier les sources de soutien et les situations difficiles dans son environnement et sur la pratique de moyens alternatifs pour gérer les sentiments difficiles. Ils fournissent également au jeune des contacts d'urgence si nécessaire.

Utilisez des contrats "sans automutilation".

Ces contrats peuvent favoriser le secret et entraîner la non confiance dans les futurs épisodes d'automutilation. En outre, ils peuvent réduire le nombre de rapports et entraver la relation thérapeutique.

Promouvez le développement de moyens alternatifs pour faire face aux difficultés

Encouragez l'utilisation de "comportements de remplacement" tels que taper sur le poignet avec un élastique

À ce jour, il n'existe aucune preuve scientifique de l'efficacité des comportements de substitution. En outre, il existe des preuves anecdotiques que de tels comportements peuvent être préjudiciables aux jeunes.

Lorsqu'un étudiant choisit de ne pas cacher ses anciennes blessures et cicatrices, reconnaissez que c'est son choix.

Évaluez les conséquences négatives potentielles pour l'élève (par exemple, l'harcèlement) et pour les autres élèves (par exemple, l'incitation à l'automutilation) si le choix est fait d'afficher les cicatrices, trouvez comment ces défis peuvent être relevés et comment l'élève peut être soutenu

Forcez les étudiants à cacher leurs cicatrices contre leurs grés

On pense que couvrir les cicatrices est associé à la honte de s'être blessé ; pour de nombreux élèves, montrer leurs cicatrices après la guérison peut être thérapeutique et renforçateur