

# BOÎTE À OUTILS

PRÉVENTION DU SUICIDE



LES HOMMES  
AUTOCHTONES

# LES HOMMES AUTOCHTONES

Il y a différentes communautés autochtones au Québec et au Canada : chaque communauté a ses spécificités et chaque individu a un rapport unique à sa communauté et ses traditions. Cette diversité signifie qu'il n'existe pas de solution unique ou de modèle standard d'intervention. **Les hommes autochtones présents à Montréal peuvent présenter un certain nombre de facteurs de risque pouvant les mener à adopter un comportement suicidaire. Pensons à la rupture du lien avec leur communauté, leur culture et à l'adoption de comportement pour compenser ces impacts sur leur vie personnelle.**





# ÊTRE VIGILANT.E

Quels sont les signes de la détresse suicidaire ? Quels sont les facteurs de risque sur lesquels être vigilant.e ?

## FACTEURS DE RISQUE LIÉS AUX TRAUMATISMES HISTORIQUES

- **Expériences intergénérationnelles de violences et de politiques d'assimilation (pensionnats, déplacements forcés, perte de culture et de la langue, abattage des chiens pour les Inuits)**
- **Éloignement de la communauté ou du territoire (tensions identitaires)**
- **Impact du placement en famille d'accueil par la Direction de la Protection de la Jeunesse (risque accru de dépression majeure, rupture des liens familiaux et culturels)**
- **Judiciarisation et incarcération qui engendrent de l'isolement social et culturel, des difficultés d'adaptation et exacerbé le sentiment d'exclusion**
- **Difficulté à créer un lien de confiance (méfiance envers les intervenant-es)**
- **Stigmatisation et impact des politiques coloniales**

## FACTEURS DE RISQUE PSYCHOLOGIQUES ET INDIVIDUELS

- **Troubles psychologiques non pris en charge (anxiété, dépression, stress post-traumatique)**
- **Violences subies dans l'enfance (abus sexuels, négligence, violence intrafamiliale)**
- **Dépendances (alcool, drogues, médicaments) utilisées pour apaiser la douleur émotionnelle**

## FACTEURS DE RISQUE LIÉS AUX CONDITIONS DE VIE ET À LA PRÉCARITÉ

- **Difficultés d'accès au logement, à l'emploi ou aux ressources de base qui peuvent déclencher du stress et de l'insécurité**
- **Instabilité financière qui peut accentuer la perte de contrôle sur leur vie et leurs choix possibles**
- **Éloignement géographique contraint (manque de place dans les logements, départ pour recevoir**

des soins, étudier ou travailler) pouvant mener à l'isolement ou à la rupture des liens communautaires

- **Présence d'armes à feu dans l'environnement (souvent liées aux pratiques de chasse) qui augmente le risque en cas de détresse**

## SIGNES DE DÉTRESSE

- **Mésusage de substances (usage de drogues ou d'alcool comme moyen d'apaiser la souffrance)**
- **Comportements agressifs ou autodestructeurs (réactions possibles face à une détresse non exprimée)**
- **Isolement affectif ou émotionnel (difficulté ou refus de parler de ses émotions liées à une pression d'être fort, de se taire ou de porter seul la responsabilité familiale ou communautaire)**
- **Isolement social (arrêter de fréquenter les lieux habituellement fréquentés)**
- **Arrêt des traitements en cours, augmentation de la consommation**

## RECONNAÎTRE LES ÉVÉNEMENTS VULNÉRABILISANTS

- **Séparation ou éloignement de sa communauté**
- **Rupture amoureuse, rupture relationnelle**
- **Expériences de stigmatisation et de racisme**



## ÉLÉMENTS À EXPLORER

1. Agir rapidement
2. Créer un filet de sécurité
3. Outiller les proches
4. Concevoir un plan basé sur les besoins individuels
5. Reconnaître les signes de détresse

# EMPATHIE ET ÉCOUTE ACTIVE POUR ALIMENTER L'ESPOIR

Quelles sont les meilleures pratiques pour rejoindre les hommes autochtones pour les écouter et pour les inviter à demander de l'aide ?

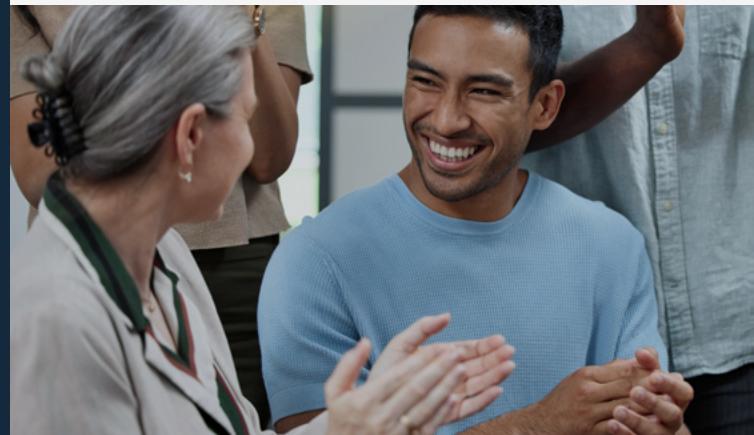
## POUR ÉCOUTER ET FAVORISER L'EXPRESSION :

- Normaliser la demande d'aide
- Soutenir l'autonomie et la dignité de la personne
- Une compréhension authentique des réalités autochtones, enracinée dans l'histoire
- Respecter les visions variées des différentes communautés autochtones de la vie et de la guérison (notamment les approches non-occidentales en prévention du suicide)
- Favoriser une approche interculturelle et sensible aux traumatismes
- Prendre conscience de ses priviléges et de sa posture lorsqu'on est une personne intervenante allochtone
- Respecter les approches traditionnelles (guérisseur. ses, aîné.e.s, cérémonies, cercles de partage) et les rendre accessibles
- Reconnaître la diversité au sein des communautés autochtones (ne pas homogénéiser les besoins et les attentes des individus)



# ACCOMPAGNEMENT

Quelles sont les meilleures pratiques pour les inviter à utiliser les ressources ?



TENIR COMpte DE LA MÉFIANCE LÉGITIME ENVERS LES SERVICES OCCIDENTAUX (COLONISATION, RACISME)

ADAPTER L'INTERVENTION (ESPACES SÉCURITAIRES, CONTEXTES MOINS FORMELS, ABSENCE DE JUGEMENT)

SOUTENIR L'AUTO-DÉTERMINATION (ENCOURAGER LA PARTICIPATION ACTIVE À LEUR PARCOURS DE GUÉRISON)

UTILISER DES TRADUCTEUR.ICES OU INTERVENANT.E.S CULTURELS POUR FAVORISER LA COMPRÉHENSION ET RENFORCER LE LIEN DE CONFIANCE

COLLABORER AVEC DES ORGANISMES AUTOCHTONES OU DES ÉQUIPES COMPOSÉES DE PROFESSIONNELS AUTOCHTONES (SE METTRE À JOUR SUR LES MEILLEURES PRATIQUES D'INTERVENTION, RÉFÉRER À CES ORGANISMES AU BESOIN)

OFFRIR UNE APPROCHE HOLISTIQUE (PRENDRE EN COMPTE LA CONNEXION À LA NATURE, À LA SPIRITUALITÉ ET AUX TRADITIONS)

PROPOSER DES MOYENS VARIÉS D'INTERVENTION (FLEXIBILITÉ DES HORAIRES, SERVICES À DOMICILE, SOUTIEN ENTRE PAIRS)



## SE PROTÉGER

Quels sont les facteurs de protection à mettre en place pour diminuer les comportements à risque ? À quoi ressemblerait un plan d'action ou un plan de sécurité pour un homme autochtone ?

1. Renforcer les éléments protecteurs nommés par la personne (vérifier les liens avec l'entourage et renforcer les liens avec sa communauté)
2. Réduire ou éliminer les éléments de dangerosité nommés par la personne
3. Favoriser le lien à la communauté, à la culture, et aux territoires
4. Donner accès à des soins adaptés, culturellement sécurisants et respectueux
5. Reconnaissances des traumatismes causés par la colonisation
6. Accompagner dans la résolution de la douleur et des blessures vécues
7. Permettre l'accès aux pratiques traditionnelles de guérison et de résilience
8. Reconnaître l'unicité de chaque personne : chaque homme autochtone a un rapport différent à sa communauté et à ses traditions

Quelques questions autour de l'accessibilité de mes services aux hommes autochtones ?

- Est-ce que je rejoins ces personnes en dehors de l'organisme ? Est-ce que je me déplace ? Est-ce que je vais à leur rencontre ?
- Est-ce que je facilite la communication ? Est-ce que je donne accès à des traducteur.ices ?
- Est-ce que le lieu où se donnent les services est perçu comme accueillant ou intimidant ? Est-ce qu'il reflète des symboles ou des références culturelles autochtones ?
- Est-ce que j'inclue assez l'avis et la participation des personnes autochtones dans la vie de l'organisme ?



Des ressources utiles

# BOÎTE À OUTILS

## PRÉVENTION DU SUICIDE

LES HOMMES  
AUTOCHTONES

2025

©ROHIM



Centre de prévention  
du suicide de Montréal



McGill

Douglas  
CENTRE DE RECHERCHE  
RESEARCH CENTRE

ROHIM  
Regroupement des Organismes  
pour Hommes de l'île de Montréal

INSTITUT UNIVERSITAIRE  
SHERPA  
Immigration, Université, Santé

Pères Séparés Inc.  
Separated Fathers Inc.



Mdp  
MAISON DU PÈRE