



BOÎTE À OUTILS

PRÉVENTION DU SUICIDE

LES HOMMES
ISSUS
DE L'IMMIGRATION

LES HOMMES ISSUS DE L'IMMIGRATION

À Montréal, la population masculine est composée d'environ un tiers d'hommes immigrants qui sont confrontés à des enjeux particuliers et susceptibles d'entraver leurs accès et leur utilisation des services de santé et des services sociaux qui leur sont offerts. **Des données montréalaises sur le suicide montrent que seulement 33% des personnes nées à l'extérieur du Canada ayant eu des idées suicidaires dans les 12 derniers mois ont contacté les services de prévention du suicide contre 58% des personnes nées au Canada.**





ÊTRE VIGILANT.E

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

Il est important de préciser que le suicide est rarement le résultat d'une cause unique. Il est généralement multifactoriel, impliquant une combinaison de nombreuses variables différentes. Les chercheurs utilisent parfois le modèle « stress-vulnérabilité ». Voici quelques facteurs qui peuvent augmenter le risque de suicide, surtout lorsqu'ils se combinent.

- **Isolement familial, social, sentiment de solitude**
- **Conflit familial**
- **Enjeux reliés à la deuxième génération (relation parentale, pression de la famille, enjeux identitaires)**
- **Se sentir comme un fardeau (pour sa famille au Québec, pour sa famille dans son pays d'origine et/ou pour la société québécoise)**
- **Sentir que personne ne les comprend**
- **Stress acculturatif (stress lié aux défis d'intégration dans un autre contexte culturel)**
- **Déqualification socioprofessionnelle (occuper un emploi moins socialement valorisé et/ou moins bien payé qu'avant la migration)**
- **Avoir vécu de la violence dans son pays d'origine**
- **Subir des discriminations basées sur la couleur de la peau, l'origine ou la religion**
- **Manque de connaissances par rapport aux ressources, difficulté à repérer les services, ressources pas adaptées aux réalités culturelles**
- **Manifestation de propos ou de comportements agressifs (idées homicides, etc.)**

Reconnaître les événements vulnérabilisants :

- Perte d'emploi
- Cible de discrimination ou de crimes haineux
- Rejet de la demande d'asile



ÉLÉMENTS À EXPLORER

1. Reconnaître les signes de détresse
2. Accueil de la détresse (écoute active, validation, empathie, souligner les forces)
3. Vérification de la présence d'idées suicidaires
4. Favoriser la demande d'aide (Centre de prévention du suicide pour estimation de la dangerosité d'un passage à l'acte suicidaire ou homicide, centre de crise, psychologue, urgence, etc.)
5. Création d'un filet de sécurité (Famille, proches et professionnel.e.s au besoin)
6. Outiller les proches (ex. : éduquer sur les signes de détresses, étapes pour mieux accompagner la personne suicidaire, donner de l'information, etc.)
7. Concevoir et évaluer ponctuellement avec la personne un plan basé sur ses besoins



Exploration de la planification et de l'imminence d'un passage à l'acte suicidaire

EMPATHIE ET ÉCOUTE ACTIVE POUR ALIMENTER L'ESPOIR

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

- Fournir un interprète au besoin
- Avoir une compréhension des stress liés à la migration pour les hommes (déqualification socioprofessionnelle, perte du rôle de pourvoyeur, redéfinition des normes de genre, nécessité d'aider la famille au pays, nouvelles exigences culturelles par rapport à l'éducation des enfants et aux rapports homme-femme, perte de la famille élargie à pallier, etc.)
- Avoir conscience des multiples barrières à la recherche d'aide (stigmatisation des enjeux de santé mentale et du suicide, temps et ressources économiques, normes de genre, méfiance envers les services professionnels, crainte d'être incompris ou discriminé, etc.)
- Accueillir le vécu. Être ouvert.e à leur réalité. L'intervenant.e et l'organisme doivent s'adapter aux besoins culturels, religieux, etc., et comprendre leurs besoins
- S'intéresser respectueusement au contexte culturel et à leur expérience migratoire, sans réduire la personne à une facette de son identité, ni insister si la personne ne souhaite pas discuter de certains aspects de son vécu
- S'adapter à leurs besoins tout en communiquant les attentes et les limites de l'intervention (p. ex. refus de parler à une intervenante femme, etc.)
- Si l'on doit informer sur les normes culturelles ou les lois au Québec, le faire sans condescendance ni rudesse. Se rappeler que toute personne est dépositaire de ce qu'on lui a transmis, mais elle est toujours capable d'apprendre à s'adapter
- Être ouvert.e à des interventions moins rigides
- Utiliser plusieurs approches
- Bien expliquer les implications de la rencontre (confidentialité, temps alloué), ainsi que les raisons d'être et fonctions des ressources abordées
- Utiliser le langage de l'autre pour décrire sa réalité et sa détresse (si le terme « suicide » rend inconfortable, considérer à le remplacer)



ACCOMPAGNEMENT

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



NORMALISER LA DEMANDE D'AIDE

RESPECTER LES PRÉFÉRENCES EN MATIÈRE DE RECHERCHE D'AIDE

DEMANDER DE CLARIFIER LES PRÉOCCUPATIONS PAR RAPPORT AUX RESSOURCES : QUELS SONT LES OBSTACLES, QU'EST-CE QUI POURRAIT ÊTRE FAIT POUR DIMINUER LEURS IMPACTS ?

FAIRE L'APPEL AVEC EUX, EXPLIQUER CLAIREMENT LES RESSOURCES

EXPLIQUER LES DROITS DE LA PERSONNE ET LES IMPLICATIONS DE L'UTILISATION DES RESSOURCES





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 issu de l'immigration ?

1. Répondre aux préoccupations immédiates (souvent liées au projet migratoire et à l'emploi)
2. Renforcer les raisons de vivre (notamment celles liées au projet migratoire de la famille)
3. Avoir des pairs aidants
4. Renforcer les éléments protecteurs nommés par la personne
5. Réduire ou éliminer les éléments de dangerosité nommés par la personne
6. Renforcer la perception et la sollicitation du support social
7. Encourager la participation aux activités communautaires et/ou religieuses (si jugées pertinentes par l'homme)
8. Ne pas invalider les objections morales, culturelles ou religieuses au suicide si elles agissent comme facteurs de protection



Des ressources utiles

BOÎTE À OUTILS

PRÉVENTION DU SUICIDE

LES HOMMES
ISSUS
DE L'IMMIGRATION 2024 ©ROHIM



McGill

Douglas
CENTRE DE RECHERCHE
RESEARCH CENTRE



Pères Séparés Inc.
Separated Fathers Inc.



Mdp
MAISON DU PÈRE