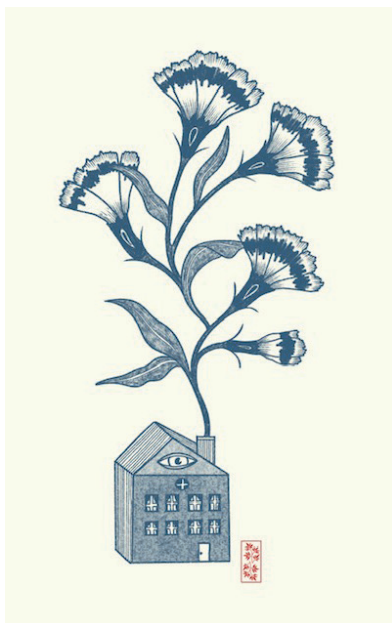


Un lien qui retient

Nous travaillons à Briançon, dans les Hautes-Alpes, au sein de l'association Isatis qui accompagne des personnes vivant avec des troubles psychiques. Nous sommes quatre professionnelles au sein d'un habitat inclusif au milieu des montagnes¹. Nous travaillons

dans une logique de partenariat étroit avec le secteur de la psychiatrie, de l'addictologie, ainsi qu'avec les médecins généralistes. Dans le Briançonnais, où les ressources sont rares, cette coopération est indispensable. Chacun joue un rôle dans une chaîne de veille et de soutien. L'objectif est de ne jamais laisser une personne seule dans son parcours, ni les professionnels isolés face à une situation de crise. C'est la qualité du lien entre acteurs qui crée la continuité du soin et du lien social, importante dans la prévention des conduites suicidaires.



Repérer

À Isatis, la souffrance psychique est prégnante. Nous la repérons dans de nombreux signes du quotidien : une porte qui ne s'ouvre pas, un silence prolongé, une attitude qui diffère de celle que nous connaissons si bien. Notre approche repose d'abord sur le lien de confiance, mais aussi sur la place que nous prenons. Nous travaillons à hauteur d'être humain, en partageant souvent un peu de nous-mêmes pour une vraie relation.

Quand une situation nous inquiète, nous essayons d'agir vite et de nous rattacher le plus possible au lien déjà construit. On peut alors agir en équipe, se relayer entre intervenants, se coordonner avec les soignants ou les services d'urgence. Nous essayons de ne pas laisser la personne seule, de maintenir un fil, aussi ténu soit-il. Notre rôle est de redonner de la valeur à la relation lorsque tout vacille, d'aider chacun à se sentir encore exister et peut-être de trouver quelque chose à quoi s'accrocher. Parfois, il suffit d'une petite lueur, d'une main sur l'épaule et ça repousse à plus tard l'envie d'en finir.

Soutenir

Dans notre quotidien, la prévention du suicide ne passe pas par des protocoles mais par une présence constante. Nous avons une place essentielle : celle d'être là, dans la durée, au quotidien, auprès de quelqu'un qui parfois n'a personne. Nous sommes

les dépositaires de leur souffrance, par leurs confidences, leurs vocaux envoyés quotidiennement et leurs mots qui surgissent sur nos téléphones à toute heure du jour et de la nuit.

Le travailleur social peut être le premier témoin d'un changement : un repli, une perte d'élan, un discours qui s'éteint. Parce que le lien existe, nourri de réciprocité, de sincérité, parfois d'attachement, nous sommes capables de repérer quelque chose d'inhabituel, la détresse d'aujourd'hui plus forte que celle d'hier. Notre action repose sur des choses simples : nous savons qu'un mot, un café, un appel, une balade au bord de la rivière peuvent suffire à éviter une rupture. Dans notre service, le collectif joue également un rôle majeur. Nous nous réunissons entre professionnelles et personnes concernées : des groupes de parole, des ateliers d'écriture, des sorties ou des repas partagés, par exemple. Peu importe le support, c'est le rassemblement qui fait sens. Lors de ces temps, les personnes se racontent : elles évoquent leur quotidien, discutent de leurs traitements, se donnent des conseils. Elles échangent leurs souffrances, leurs insomnies, leurs expériences et se rappellent qu'elles ne sont pas seules. Face à la « souffrance de vivre », la prévention du suicide n'est pas un acte ponctuel, isolé, mais une attention de chaque instant, dans la relation humaine.

Lier

Quand une personne appelle au secours, on ne peut s'empêcher de penser qu'il y a une part de chance : nous étions disponibles, joignables, pas en plein milieu de la nuit. Dans un territoire comme le nôtre, avec des distances importantes et auprès d'une petite équipe, ces « bonnes conditions » ne sont jamais garanties. Il y a quelques semaines, le téléphone de Cloé, travailleuse sociale, sonne. Harry² que nous accompagnons depuis un an, nous informe qu'il est en haut du pont d'Asfeld. Ici, tout le monde sait que de là-haut on ne se rate pas. À cet instant de bascule, dans une détresse immense, il a composé notre numéro. Pas celui de sa famille. Pas celui des urgences. Pas celui d'un ami. Il a appelé l'une d'entre nous pour l'empêcher de sauter. Pour demander de l'aide, au moment où demander quelque chose est un effort presque impossible. Parce qu'il nous fait confiance et que nous lui faisons confiance aussi, il a choisi de nous appeler. Nous étions là, nous avons pu répondre. Nous avons pu aller le chercher.

Cette situation nous a rappelé une chose essentielle dans notre travail : dans la prévention du suicide, le lien peut tout changer. Celui que l'on construit chaque jour, chaque moment partagé, chaque petite attention. Celui qui fait qu'au moment le plus sombre une personne pense à nous. Et ce jour-là, ce lien a fait la différence. ▶

¹ Notre travail s'inscrit dans plusieurs dispositifs : le Logement d'abord et Santé, qui propose un accès direct à un logement pour des personnes en situation de vulnérabilité; un service d'accompagnement médico-social pour adultes handicapés (Samsah) et un service d'accompagnement à la vie sociale (SAVS), qui soutiennent les personnes dans leur parcours de rétablissement, leur santé et leur vie sociale.

² La personne citée est anonymisée.