safeTALK

Formation des formateurs (FDF)

Renseignements essentiels pour les aspirants-formateurs safeTALK

safeTALK est un programme de LivingWorks d'une demi-journée qui enseigne aux membres de la communauté à reconnaître les personnes qui ont des pensées suicidaires et à les mettre en contact avec des ressources d'intervention auprès des personnes ayant des pensées suicidaires. En ce sens, *safeTALK* est un complément aux compétences des intervenants spécialisés en suicide comme ceux qui ont participé à l'atelier de deux jours d'intervention face au suicide *ASIST*. LivingWorks a développé l'atelier *safeTALK* afin de satisfaire aux exigences, cernées depuis longtemps, d'un programme pouvant être offert :

- En une demi-journée à des groupes pouvant compter jusqu'à 30 participants
- À tous les membres d'une communauté, qu'ils aient ou non de l'expérience ou une formation préalable
- En format adaptable aux besoins de différents groupes de participants
- En format intégrable à d'autres ressources communautaires de prévention du suicide

Les personnes qui assistent à un atelier *safeTALK* deviennent des aidants vigilants et apprennent comment aider concrètement les personnes aux prises avec des pensées suicidaires. Un aidant vigilant :

- Sait qu'il arrive que l'on rate, écarte ou évite des occasions d'aider une personne ayant des pensées suicidaires
- Est conscient que les personnes qui ont des pensées suicidaires font des appels à l'aide et est réceptif à ce genre d'appels à l'aide
- Sait reconnaître une personne qui a peut-être des pensées suicidaires
- Incite la personne qui a des pensées suicidaires à parler directement et ouvertement de suicide
- Écoute l'histoire à propos du suicide de cette personne assez longtemps pour montrer qu'il reconnaît la gravité de ses pensées
- Connaît le nom et les coordonnées des ressources locales d'intervention auprès des personnes aux prises avec des pensées suicidaires et sait comment ces ressources fonctionnent
- Agit rapidement pour mettre la personne qui a des pensées suicidaires en contact avec une personne en mesure d'intervenir

 © 02/2019 LivingWorks Education

Lorsqu'un aidant met en pratique les étapes de la démarche *TALK* (dire, demander, écouter et assurer la sécurité) du programme *safeTALK*, il peut apporter un soutien potentiellement vital (assistance-vie) à une personne ayant des pensées suicidaires.

Le rôle de safeTalk dans une communauté prémunie contre le suicide

safeTALK a été mis au point pour enseigner des techniques de vigilance à l'égard du suicide qui offriront un complément aux compétences des aidants ayant suivi des programmes comme la formation *ASIST*. Ces aidants peuvent inclure des professionnels de la santé mentale, des conseillers, des agents de sécurité, des intervenants de services de soutien téléphonique et bien d'autres intervenants qui ne peuvent pas être partout à la fois. Les personnes ayant des pensées suicidaires ne connaissent pas nécessairement les ressources à leur disposition, ou ne se sentent peut-être pas à l'aise de les consulter en raison de la stigmatisation entourant le suicide. C'est pourquoi nous avons besoin d'aidants vigilants formés à la méthode *safeTALK* : grâce à ces personnes, la communauté peut détecter et acheminer rapidement vers des ressources d'aide beaucoup plus de personnes ayant des pensées suicidaires qu'elle ne le pourrait en comptant uniquement sur les personnes qu'elle peut se permettre de former en techniques d'intervention face au suicide. L'accroissement du nombre de membres de la communauté formés à la méthode *safeTALK* fera en sorte que les personnes spécialisées en intervention auprès des personnes aux prises avec des pensées suicidaires seront davantage sollicitées.

Les formateurs *safeTALK* doivent faire l'inventaire et déterminer la disponibilité des personnes formées à la méthode *ASIST* et des autres intervenants auprès des personnes aux prises avec des pensées suicidaires de leur communauté. Cette information fait en sorte que les participants à l'atelier *safeTALK* puissent effectuer un contact de sécurité lorsqu'ils déterminent qu'une personne a des pensées suicidaires. S'il appert que la communauté dispose de peu de ressources, ou que l'accès aux intervenants auprès des personnes ayant des pensées suicidaires y est restreint, il est nécessaire de le souligner pendant l'atelier. Les communautés qui ont un nombre limité de ressources d'aide sont susceptibles d'avoir également peut d'aidants vigilants à l'égard du suicide ; dans ces communautés, le seul service d'aide se limite souvent à une ligne d'écoute téléphonique. Dans ce genre de communauté, on peut quand même recourir à *safeTALK* pour former des personnes vigilantes à l'égard du suicide et sensibiliser la communauté au fait qu'elle a aussi besoin de ressources d'intervention auprès des personnes aux prises avec des pensées suicidaires facilement accessibles.

Avant de participer à une *FDF safeTALK*, dressez une liste des ressources d'intervention auprès de personnes ayant des pensées suicidaires de votre communauté, organisme ou région. Informez ce ressources de ce que vous allez apprendre et enseigner, et déterminez comment elles peuvent vous épauler. Elles pourraient peut-être servir de personne-ressource en soutien communautaire pendant vos ateliers *safeTALK* et de contact de sécurité pour les participants que vous formez.

© LivingWorks Education

Critères de sélection des participants à une FDF safeTALK

Même si le programme *safeTALK* est suffisamment structuré et détaillé pour garantir un haut degré de satisfaction parmi les aspirants-formateurs, les compétences actuelles des personnes qui suivent la FDF sont un facteur clé de réussite. Une bonne attitude —y compris le dévouement à la prévention du suicide et une forte volonté de réussir — est encore plus importante. L'information suivante sur les critères de sélection pourrait vous aider à déterminer si vous souhaitez devenir un formateur *safeTALK*. Tous les aspirants-formateurs *safeTALK* doivent assister à un atelier *ASIST* avant d'effectuer la FDF..

Vos chances de réussir comme formateur *safeTALK* sont beaucoup plus grandes si vous répondez aux critères suivants :

- Vous avez suivi l'atelier *ASIST* dans les 24 mois précédant la FDF
- Vous êtes un présentateur habile
- Vous possédez de bonnes aptitudes à l'animation de groupe
- Vous vous êtes engagé à promouvoir la prévention du suicide en parlant franchement et ouvertement du suicide
- Vous maîtrisez bien le logiciel PowerPoint

L'importance des aptitudes à la présentation varie selon le style utilisé pour animer l'atelier. L'atelier *safeTALK* se déroule principalement sous forme d'exposés, mais le formateur peut utiliser une partie ou l'ensemble des vidéoclips d'un coformateur virtuel pour l'aider à faire la plupart des présentations. Le formateur qui choisit d'utiliser un grand nombre des vidéoclips du coformateur virtuel a la possibilité d'exploiter davantage ses talents d'animateur, à condition de veiller à ce que toute la matière soit couverte dans la période de trois heures et demie. En revanche, quand le formateur fait peu appel au coformateur virtuel, ou n'utilise aucun de ses clips, ses propres compétences en matière de présentation revêtent une plus grande importance.

Tous les aspirants-formateurs *safeTALK* doivent avoir assisté à un atelier *ASIST* de deux jours dans les 24 mois précédant la FDF *safeTALK*. Tous les formateurs *safeTALK* doivent être formés à la méthode *ASIST* et suivre un atelier *ASIST* tous les quatre ans pour assurer le maintien de leurs connaissances et leur perfectionnement continu. Vous devez avoir confiance en ce que cette formation vous procure même si vous n'êtes pas l'aidant principal. Rien ne pourrait nuire autant aux participants à un atelier *safeTALK* qu'un formateur qui rate, écarte ou évite une occasion de parler du suicide en contexte d'intervention auprès d'une personne ayant des pensées suicidaires ou endeuillée. En tant qu'aidant ou que formateur, vous en connaîtrez sur l'intervention auprès des personnes ayant des pensées suicidaires. Plus vous en connaîtrez, mieux ça sera. Sachez cependant que seul un sous-ensemble très limité et rigoureusement structuré des connaissances en intervention peut être enseigné dans le cadre du programme *safeTALK*. Vous devez comprendre ce que le programme *safeTALK* peut faire et ne peut pas faire. Apprendre à adapter ses propres connaissances en intervention aux objectifs du programme *safeTALK* représente un défi important pour les personnes qui s'y connaissent beaucoup en intervention auprès des personnes aux prises avec des pensées suicidaires.

L'attitude du formateur *safeTALK* envers le suicide est une autre considération importante. Le programme *safeTALK* enseigne neuf croyances de base à propos du suicide auxquelles les formateurs doivent adhérer :

1. Les méthodes de *safeTALK* sont dignes de confiance.
2. Le contenu est important.
3. Les participants de l'atelier *safeTALK* sont des personnes.
4. Les objectifs de *safeTALK* prévalent sur le reste.
5. Les formateurs enseignent et animent les séances.
6. La pratique est essentielle.
7. Sécurité et défi : deux aspects de l'apprentissage.
8. Le confort facilite l'apprentissage.
9. C'est seulement par un dur travail que l'atelier *safeTALK* peut avoir l'air facile.

Votre foi dans ces croyances pourrait être mise sérieusement à l'épreuve au moment de présenter l'atelier *safeTALK*. Le simple fait d'adhérer à ces croyances ne suffit pas. Vous devez croire en la sagesse de leurs fondements. Vous devez également avoir confiance que les participants sauront reconnaître cette sagesse. Pour aider les participants à apprendre les messages clés de *safeTALK*, il est essentiel de faire preuve d'une assurance calme et patiente.

Vue d'ensemble de la FDF safeTalk

Vous pouvez vous attendre à vivre au cours de la FDF une expérience semblable à celle que vous avez vécue lors de n'importe quel autre programme de LivingWorks. On mettra l'accent sur la création d'un climat d'apprentissage positif, l'encouragement d'une discussion franche et honnête, le respect des différences, l'entraide et la participation active. Vous pouvez vous attendre également à une formation exigeante qui insiste sur le sérieux du suicide et sur le rôle que vous pouvez jouer pour créer une communauté prémunie contre le suicide.

L'horaire de la FDF *safeTALK* est le suivant :

- Jour 1, matin : Observation et participation à une véritable formation *safeTALK*.
- Jour 1, après-midi : Étude individuelle et préparation de la présentation d'une partie de *safeTALK*.
- Jour 2, matin : Activités conçues pour appuyer l'intégration des messages de base de *safeTALK*.
- Jour 2, après-midi : Présentation de la partie de l'atelier *safeTALK* préparée le Jour 1
- La dernière partie de la FDF porte sur le premier atelier *safeTALK* du nouveau formateur. On y offre quelques conseils concernant l'organisation d'un atelier, l'utilisation des moyens technologiques et les politiques et procédures que tous les formateurs *safeTALK* sont tenus de respecter.

© LivingWorks Education

- Après la FDF : Planification et lectures individuelles additionnelles en prévision du premier atelier *safeTALK*.

Après avoir terminé la FDF, les nouveaux formateurs reçoivent une trousse de matériel à utiliser pour présenter *safeTALK*. Cette trousse comprend :

- Un *Manuel du formateur safeTALK*
- Une clé USB contenant les diapositives de l'atelier
- Des vidéoclips à utiliser pendant l'atelier *safeTALK* selon les besoins de l'auditoire
- Des autocollants, un dépliant, une carte portefeuille, un cordon et une lanière avec porte-nom *safeTALK*

Pour animer vos propres ateliers *safeTALK* après la FDF, vous pouvez commander le matériel *safeTALK* de LivingWorks.

Obligations des formateurs avant et après la FDF

Avant la FDF

En prévision de la FDF, vous recevrez une trousse d'information à examiner. Plus vous mettrez d'efforts à revoir cette trousse et plus la FDF vous sera utile. Veuillez apporter avec vous ce matériel d'information à la FDF.

Après la FDF—formateur provisoire

Après avoir terminé votre FDF, vous aurez le statut de formateur provisoire de *safeTALK*. La nature provisoire de votre statut de formateur s'appliquera uniquement à la documentation interne de LivingWorks et vous serez donc considéré comme un formateur accrédité par vos auditoires. Les nouveaux formateurs ont besoin d'environ deux jours de formation en plus de deux jours de préparation et de révision pour animer leurs trois premiers ateliers *safeTALK*.

Pour passer de formateur provisoire à formateur accrédité *safeTALK*, vous devrez donner avec succès trois ateliers *safeTALK* d'un minimum de 10 participants chacun (15 est le minimum recommandé) dans un délai d'un an suivant la FDF, et soumettre les rapports connexes. Si vous animez les ateliers en compagnie d'un autre formateur *safeTALK*, chacun de vous devrez avoir présenté toutes les parties de l'atelier au moins une fois.

Liste des formateurs

Les formateurs accrédités *safeTALK* doivent animer au moins deux ateliers *safeTALK* par année, et en transmettre les rapports, pour conserver leur statut. À défaut de remplir cette exigence, vous perdrez le statut de formateur *safeTALK* dans notre base de données et devrez entreprendre un processus de réactivation avant d'animer d'autres ateliers.

Avantages de l'inclusion à la liste : En tant que formateur *safeTALK*, votre numéro d'identité (ainsi que votre nom et (ou) vos coordonnées, au choix) sera affiché sur le site Web de LivingWorks, accompagné d'information sur ce à quoi les participants peuvent s'attendre d'un atelier *safeTALK*. Ceci permettra aux participants de votre région de comprendre davantage le programme *safeTALK*, de trouver un atelier *safeTALK* et de s'y inscrire. Vous aurez également accès à du soutien de LivingWorks, dont des FAQ, un babillard d'annonces d'atelier, un système de contrôle de la qualité qui assure à vos participants une norme élevée d'excellence et du matériel promotionnel pour vos ateliers.

Matériel

Lorsque vous animerez des ateliers *safeTALK*, vous devrez toujours commander et utiliser le matériel du programme *safeTALK*. Chaque participant à *safeTALK* reçoit une carte portefeuille en guise d'aide-mémoire des étapes *TALK*, deux autocollants réutilisables servant à identifier le participant comme une personne disposée et capable d'aider, un manuel de référence de 24 pages et un certificat.

Les profits réalisés par LivingWorks servent principalement à compenser les coûts de développement initiaux et continus du programme *safeTALK*, les coûts de production du matériel et les coûts associés au soutien des formateurs. La totalité de ces coûts a été engagée par LivingWorks. Le programme ne bénéficie d'aucun subside, d'aucune subvention de l'État ni d'aucun avantage fiscal.

Annonces d'atelier

Peu importe que l'atelier *safeTALK* que vous donnerez soit ouvert et accessible à tous les membres de la communauté, ou bien restreint à un groupe particulier déjà complet, vous devrez en inscrire la date sur le site Web de LivingWorks dès qu'elle aura été fixée.

Obligation de rendre compte

Vous devrez remplir un rapport du formateur par l'entremise du site Web de LivingWorks après chaque atelier donné. Ceci fait partie du processus du contrôle de la qualité et est primordial afin d'assurer une norme élevée d'excellence. Veuillez conserver les formulaires de rétroaction des participants de vos cinq derniers ateliers. LivingWorks pourrait demander de les voir et vous pourriez devoir les soumettre si vous souhaitez devenir instructeur pour la FDF du programme *safeTalk*.

© LivingWorks Education

Normes de présentation

safeTALK est un programme standardisé qui peut être adapté aux besoins de différentes clientèles. Il doit être présenté conformément au manuel, à la FDF et au matériel personnalisé qui a été approuvé. Par contre, certains éléments de votre propre style peuvent trouver leur place au sein de cette norme. Vous devrez toujours utiliser la version la plus récente du matériel *safeTALK*. Des améliorations sont apportées au programme *safeTALK* de temps à autres.

Durée de l'atelier : L'atelier *safeTALK* dure environ trois heures et demie à moins que du matériel supplémentaire approuvé soit utilisé. Tous les ateliers doivent se dérouler en une seule journée..

Nombre de participants : Le nombre de participants ne doit pas dépasser 30 ni être inférieur à 10. Le nombre minimal privilégié est de 15 participants.

Personne-ressource en soutien communautaire : Une personne-ressource en soutien communautaire doit être présente à chacun de vos ateliers pour agir à titre d'intervenant disponible, facile d'approche et capable d'offrir du soutien aux participants qui pourraient avoir des pensées suicidaires ou des séquelles de deuil non résolu.

Auto-sélection : Est-ce qu'une FDF safeTalk me convient?

La lecture du présent document et l'acceptation des engagements énoncés dans le formulaire d'inscription en ligne qui l'accompagne constituent l'une des étapes primordiales de la participation à la FDF *safeTALK*. Votre demande d'inscription constitue une déclaration d'acceptation des engagements en matière de temps et de ressources associés au rôle de formateur *safeTALK*. On vous demandera également de signer une entente au contenu similaire à la fin de la FDF. La qualité, l'engagement individuel et l'appui de l'employeur sont trois éléments que LivingWorks prend très au sérieux. Nous voulons que vous compreniez pleinement ce qu'on attend de vous en tant que formateur *safeTALK* pour LivingWorks.

Prendre la bonne décision : Si cela est possible, nous vous recommandons fortement d'assister à un atelier *safeTALK* ou d'agir comme personne-ressource en soutien communautaire lors d'un atelier *safeTALK* avant de présenter une demande d'inscription à la FDF. Dès que vous connaîtrez la date de votre FDF, fixez une date de premier atelier *safeTALK* qui aura lieu dans le mois suivant la fin de votre formation. La corrélation entre l'établissement au préalable de la date de votre premier atelier et vos chances de succès est tellement forte que nous vous recommandons de ne pas suivre la FDF tant que vous n'avez pas fixé à l'avance la date de votre premier atelier *safeTALK*. Lorsqu'un aspirant-formateur décide qu'il ne veut pas devenir formateur, seul le coût du matériel peut lui être remboursé. Ce matériel doit être retourné à LivingWorks. Réfléchissez bien avant de prendre une telle décision. Ne vous laissez pas convaincre de suivre la FDF si vous ne sentez pas que le rôle de formateur *safeTALK* vous convient, mais sachez que les récompenses en valent la peine.

À titre de formateur *safeTALK*, vous pouvez avoir une influence très positive sur l'apprentissage des participants et, par moments, les aider à prendre conscience de leurs émotions et d'expériences qu'ils n'ont peut-être pas complètement intégrées. Plus important encore, vous pouvez transmettre aux participants des aptitudes à la vigilance au suicide qui les aideront à sauver des vies dans leur communauté.

Rétroaction de l'instructeur

Veuillez noter que le seul fait de participer à une FDF ne signifie pas que vous deviendrez formateur provisoire. La décision reviendra à votre instructeur et à vous. Dans de rares cas, il pourrait arriver qu'un instructeur recommande à un aspirant-formateur de trouver une autre façon de contribuer à la prévention du suicide. Dans un tel cas, l'aspirant-formateur doit retourner le matériel du programme.

Après votre FDF, vous recevrez une rétroaction de la part de votre instructeur de FDF *safeTALK* qui vous sera acheminée par LivingWorks. Cette rétroaction consiste généralement à offrir des idées et des suggestions en vue des premiers ateliers que vous animerez. Votre instructeur pourrait aussi vous suggérer d'obtenir des services de consultation ou du soutien technique. Ces services et ce soutien peuvent être offerts par téléphone, par vidéoconférence ou en personne. Des frais pourraient s'appliquer. Vous êtes responsable des frais engagés et devez en discuter directement avec le formateur-conseil. Le fait d'exiger l'obtention de services de consultation ou de soutien additionnel est relativement rare, mais peut s'avérer indispensable pour veiller à ce que les formateurs *safeTALK* respectent la norme d'excellence et que les participants suivent un programme de classe mondiale.

La rétroaction que votre instructeur vous donnera après la FDF s'articulera autour de l'acronyme *TALK*.

Tell (dire) : Est-ce que le l'aspirant-formateur s'exprime ouvertement et directement pour rendre le contenu de l'atelier facile à comprendre? Est-ce que ses commentaires transmettent bien son adhésion aux croyances fondamentales du programme?

Ask (demander) : Pose-t-il ses questions d'une façon directe qui encourage une discussion ouverte sur le suicide?

Listen (écouter) : Se montre-t-il ouvert, respectueux et engageant dans sa façon d'écouter pour encourager les participants à poser des questions, à faire des commentaires et à exprimer leurs inquiétudes?

KeepSafe (assurer la sécurité) : Aide-t-il les participants à connaître les aidants de la communauté et à établir des contacts avec eux? Est-ce qu'il interagit avec les participants et anime l'atelier d'une façon qui favorise la sécurité, l'ouverture et l'espoir de créer une communauté prémunie contre le suicide?

Il vous faudra investir du temps et de l'énergie pour devenir un bon formateur *safeTALK*. Mais le jeu en vaudra la chandelle. safeTalk peut vous rendre au centuple tous les efforts que vous y consentez et, comme peuvent en attester 3300 formateurs safeTalk partout dans le monde, le fait de sauver la vie d'une personne aux prises avec des pensées suicidaires n'a pas de prix.

© LivingWorks Education