



**RECONNAÎTRE ET INTERVENIR  
AUPRÈS D'ÉTUDIANTS EN  
DIFFICULTÉ OU EN CRISE**

# RECONNAÎTRE UN ÉTUDIANT EN DÉTRESSE

En tant qu'enseignant ou membre du personnel, il se peut que les étudiants viennent se confier à vous ou que vous soyez une des premières personnes à observer des indicateurs de détresse chez un étudiant. L'objectif de ce document est d'outiller les intervenants de première ligne afin qu'ils puissent reconnaître une situation de crise, agir et référer l'étudiant selon les types de situation ou de la gravité.

## ACADÉMIQUE

- Absences répétées
- Baisse soudaine dans la qualité des travaux et des notes
- Contenu déroutant dans l'écriture ou la présentation
- Recherche systématique de conseils personnels plutôt qu'académiques
- Ne répond pas aux demandes répétées de contact ou de rencontre
- Demande à plusieurs reprises des prolongations pour des travaux ou des examens

## PHYSIQUE

- Changement marqué de l'apparence physique (mauvaise hygiène, changement soudain de poids)
- Comportement étrange et bizarre indiquant une perte de contact avec la réalité
- Visiblement intoxiqué ou sentant l'alcool ou la marijuana
- Discours rapide ou comportement maniaque
- Léthargie
- Signes observables de blessures (coupures et brûlures sans explication)

## PSYCHOLOGIQUE

- Divulgence de la détresse personnelle
- Réaction émotionnelle inhabituelle ou disproportionnée aux événements
- Larmoiements excessifs, réactions de panique
- Violence verbale (moqueries, harcèlement)
- Rejeté du reste du groupe
- Expression par les pairs de leur inquiétude au sujet de l'élève

## RISQUE POUR LA SÉCURITÉ

- Références verbales ou écrites au suicide, à l'homicide, à l'agression ou au comportement d'automutilation
- Colère et hostilité non provoquées
- Utilisation de la violence physique (frapper, étrangler, agresser, utiliser une arme)
- Traquer ou harceler d'autres personnes
- Communiquer des menaces ou des commentaires déroutants en personne, par courriel, texto ou appel téléphonique.

# AGIR AUPRÈS D'UN ÉTUDIANT EN DÉTRESSE

Si un étudiant vient se confier à vous, prenez le temps de l'écouter. Vous pouvez également initier la conversation avec l'étudiant si vous vous inquiétez à son sujet.

- **Faites preuve d'empathie et d'écoute active** (contact visuel, hochement de tête pour démontrer votre intérêt et reformuler ce que l'étudiant vient de dire pour s'assurer d'avoir bien compris).
- N'hésitez pas à **poser des questions directes** afin de valider la présence de pensées suicidaires chez l'étudiant.
- Assurez-vous de **respecter votre niveau de confort**. Comme intervenant de première ligne, vous n'avez pas à faire de l'intervention mais plutôt à référer.
- **Référer l'étudiant à la ressource appropriée**. (Voir la page suivante). Si vous avez de la difficulté à évaluer les besoins ou le niveau de risque de l'étudiant, référez vous à votre coordonnateur de programme ou contactez Patrick, notre intervenant psychosocial ([p.girard@collegedecarie.ca](mailto:p.girard@collegedecarie.ca)), qui saura vous guider. Assurez-vous de conserver la confidentialité des étudiants à ce stade, sauf si sa sécurité ou celle d'autrui est à risque.

**Si un étudiant présente un risque pour sa sécurité ou celle d'autrui, veuillez communiquer avec les services d'urgence au 9-1-1.**

# PAGE DE RESSOURCES

## SERVICES D'AIDE PSYCHOSOCIALE DU COLLÈGE DÉCARIE:

**Patrick Girard**

Intervenant Psychosocial

p.girard@collegedecarie.ca ou Mio

B-306.1



[https://www.collegedecarie.ca/  
services-de-conseil-  
psychosocial/](https://www.collegedecarie.ca/services-de-conseil-psychosocial/)

## RESSOURCES COMMUNAUTAIRES

**Centre de prévention du suicide de Montréal**

Ligne d'écoute pour les personnes qui ont des pensées suicidaires

1-866-277-3553 OU 9-8-8

**Drogue: Aide et référence**

1-800-265-2626

**Tel-Aide**

Ligne d'écoute

514-935-1102



[https://www.collegedecarie.ca/  
centre-de-ressources-  
externes/](https://www.collegedecarie.ca/centre-de-ressources-externes/)

**SOS Violence conjugale**

Ligne d'écoute pour les personnes vivant de la violence conjugale

1-800-363-9010

**Pour une aide immédiate NON URGENTE: Composez le 8-1-1, option 2**

**Pour une URGENCE (qui porte atteinte à la vie ou à la sécurité de la personne): Composez le 9-1-1 et avisez le secrétariat.**