PRÉVENTION DU **SUICIDE** ET TRAITEMENT MÉDIATIQUE



AVANT-COUREURS

Diffuser les signes d'alertes peut permettre à quelqu'un de venir en aide à une personne en détresse.

Le suicide ne se produit pas sans avertissement. Dans la majorité des cas, les personnes qui se sont suicidées avaient donné quelques signaux tels que:

- ► Des messages verbaux directs et indirects
- ▶ Des indices comportementaux
- ► Des indices émotionnels
- ► Des indices cognitifs
- ▶ Des symptômes de dépression

En présence de signaux d'alerte, demander à cette personne si elle pense au suicide ne la poussera pas à commettre le geste. En effet, cette main tendue sera, dans la majorité des cas, accueillie avec soulagement.

Pour plus d'information à ce sujet, visitez le site Web suivant: http://aqps.info/aider/ reconnaitre-signes.html

AUJOURD'HUI, TROIS QUÉBÉCOIS S'ENLÈVERONT LA VIE

À titre de professionnel des médias et parce qu'inévitablement le suicide fait partie de l'actualité, vous êtes appelé à couvrir différents drames liés à ce problème de santé publique important. Nous recevons fréquemment des demandes de journalistes cherchant à savoir quelles sont les meilleures pratiques lorsqu'on traite de la question du suicide. Ce document vise à répondre à leurs interrogations.

Des recherches récentes ont prouvé qu'un traitement médiatique adéquat du suicide permet de sauver des vies.

Le suicide est un phénomène complexe influencé par plusieurs facteurs. Il est de notre devoir de bien vous informer pour vous permettre de contribuer à sa prévention dans votre traitement de l'information. Par le passé, certains traitements médiatiques, comme celui du suicide de Gaétan Girouard, ont prouvé que le suicide est un phénomène marqué par des effets d'imitation et de contagion.

En effet, une hausse des cas de suicide a été enregistrée dans les mois qui ont suivi ce suicide très médiatisé. L'Organisation mondiale de la santé rapporte que selon des résultats de recherche, le degré de publicité entourant la relation d'un suicide est directement lié au nombre de suicides qui suivront.

La question n'est pas tant de savoir s'il faut parler ou non du suicide. Ce choix vous appartient. Mais il importe de le faire en toute connaissance de cause et avec les bons outils.

QUELQUES MYTHES ET RÉALITÉS SUR LE SUICIDE

Parler du suicide dans les médias encourage le passage à l'acte.

FAUX. Tout dépend de la façon dont on le traite. Aborder le suicide d'une façon générale, parler de l'étendue du phénomène, de sa prévention et des ressources d'aide sont des éléments importants qui ont permis de diminuer les taux de suicide au Québec. Cependant, lorsqu'il est question de traiter de cas particuliers, il faut être extrêmement prudent. Louanger le suicide d'une personne ou en parler comme d'un geste héroïque peut mener à des effets d'imitation ou de contagion.

Les personnes endeuillées par le suicide sont plus à risque.

VRAI. Il est donc important de se soucier de l'impact que l'évènement rapporté peut avoir sur elles. Des services sont disponibles pour ces personnes. Vous pouvez les inviter à les utiliser.

Les personnes suicidaires ont le désir de mourir.

FAUX. Une personne qui pose ce geste cherche une issue à sa souffrance. Elle demeurera ambivalente quant à son désir de vivre ou de mourir jusqu'à la toute fin.

CE QUI DONNE DES RÉSULTATS POSITIFS SELON L'OMS

COMMENT INFORMER SUR LE SUICIDE EN GÉNÉRAL

- ► Interpréter les statistiques avec prudence et correctement
- ▶ Utiliser des sources authentiques et fiables
- N'effectuer des commentaires spontanés qu'avec précaution malgré la pression du temps
- ► Se méfier des généralisations basées sur des petits nombres et éviter des expressions telles que «épidémie de suicides» ou «l'endroit qui possède le taux de suicide le plus élevé du monde»
- ► Donner la liste de tous les services de santé mentale et d'assistance téléphonique avec leurs coordonnées téléphoniques et leurs adresses Web les plus récentes
- ► Mentionner tous les symptômes d'alerte d'un comportement suicidaire
- ► Ne pas présenter un comportement suicidaire comme une réponse aux changements sociaux et culturels ou à une récession

COMMENT INFORMER SUR UN SUICIDE EN PARTICULIER

- ▶ Le reportage à sensation sur un cas de suicide doit être consciencieusement évité, particulièrement lorsqu'il s'agit d'une personne célèbre. L'information doit être limitée autant que possible. Il faut également révéler tout problème de santé mentale dont la personne aurait souffert. Tout doit être mis en œuvre pour éviter des déclarations exagérées. Les photographies du défunt, de la méthode employée ou du lieu du suicide doivent être évitées. Les titres de la première page d'un journal ne sont jamais l'endroit idéal pour diffuser des informations sur un suicide.
- La description détaillée du moyen utilisé et de la façon dont la personne y a eu accès doit être évitée. Certains endroits ponts, falaises, immeubles élevés, voie ferroviaire, etc. sont traditionnellement associés au suicide, et la publicité que l'on peut en faire accentue le risque de suicide à partir de ces lieux.
- ▶ Un suicide ne devrait pas être rapporté comme étant inexplicable ou de façon simpliste. Un suicide n'est jamais causé par un seul facteur ou évènement. Il est généralement provoqué par une interaction complexe de nombreux facteurs tels qu'une maladie mentale ou physique, un abus de drogues ou d'alcool, des perturbations familiales, des conflits interpersonnels ou un stress de la vie. Faire reconnaître que des facteurs variés contribuent au suicide sera utile.

- ► Un suicide ne doit pas être présenté comme une solution aux problèmes personnels tels qu'une faillite, un échec à un examen ou un abus sexuel.
- Faire savoir qu'un comportement suicidaire est souvent associé à la dépression et que la dépression est curable.
- Le reportage doit prendre en considération l'impact du suicide sur les familles et sur les proches, touchés à la fois par la douleur psychologique et morale.
- La glorification des suicidés, présentés comme martyrs et comme objets d'adulation du public, peut suggérer aux personnes sensibles que la société dans laquelle ils vivent admire le comportement suicidaire. À l'inverse, l'accent doit être mis sur le deuil que vivent les proches de la personne décédée.
- La description des séquelles physiques des tentatives de suicide (lésions cérébrales, paralysie, etc.) peut s'avérer dissuasive.

DANS LES FAITS, ÇA DONNE QUOI?

Le suicide est un phénomène complexe. Il est mienx de ne pas donner d'explications simplistes ou de l'associer à un seul facteur.

Donner des informations sur le moyen utilisé ou sur le lieu peut être néfaste pour les personnes à risque.

ll est préférable de ne pas chercher de responsable.

AYANT PERDU LA GARDE DE SES ENFANTS, MARC THOMASSIN SE SUICIDE*

Marc Thomassin, un homme d'affaires âgé de 46 ans, s'est enlevé la vie mardi dernier peu après avoir perdu la garde de ses enfants au palais de justice de Québec. L'homme, qui n'avait pourtant aucun antécédent suicidaire, demeurait dans l'arrondissement de Cap-Rouge.

Des voisins ont affirmé avoir entendu un coup de feu vers 18 h 15. Alarmé, l'un d'eux s'est rendu à la résidence de l'homme, où il l'a découvert gisant sur le sol. Une lettre d'adieu adressée à ses enfants était posée à ses pieds.

Il semblerait que la mère de ses enfants ait reçu un appel en fin d'après-midi cette journée-là. Monsieur Thomassin aurait alors menacé de se suicider s'il ne pouvait voir ses enfants. Toutefois, ses propos n'ont pas été pris au sérieux et aucun suivi n'a été fait. «C'est juste un lâche et ça prouve bien qu'il était incapable de s'occuper de ses enfants» a-t-elle déclaré.

Ce n'est pas la première fois qu'un tel cas se produit. En effet, en 2009, un homme s'était jeté en bas du pont Jacques-Cartier après avoir reçu un verdict semblable.

* Cas fictif

Il fant également éviter de suggérer qu'un suicide pent être un moyen de résondre ses problèmes.

Il est à éviter de diffuser la nouvelle en lère page et sur une trop longue période. Une converture excessive pent entraîner d'autres suicides. S'il n'y a en ancun signe, c'est un cas plutôt atypique. ll est préférable d'en informer le lecteur.

ll est recommandé de ne pas publier de photos du suicidé ou de lettre d'adien.

Il vaut mieux exposer les faits sans qualifier le geste.



LE SAVIEZ-VOUS?

L'Association québécoise de prévention du suicide dispose d'un compte Flickr où vous pouvez trouver quelques images pour vos articles.

Nous vous invitons donc à les utiliser ou à vous en inspirer pour illustrer vos textes.

www.flickr.com/photos/51815789@N03

LES RESSOURCES D'AIDE

Plusieurs études ont démontré que diffuser les ressources d'aide permet de prévenir le suicide, notamment chez les personnes à risque.

Voici quelques ressources en prévention du suicide disponibles au Québec:

- ▶ La ligne 1 866 APPELLE est accessible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, et ce, en toute confidentialité. Que vous soyez n'importe où au Québec, une personne qualifiée de votre région pourra répondre à vos besoins.
- ▶ Les centres de prévention du suicide offrent de nombreux services aux personnes en détresse, à leurs proches ainsi qu'aux endeuillés. Visitez le http://aqps.info/ besoin-aide-urgente/#liste-cpsregionaux pour obtenir leurs coordonnées.
- Les CSSS ainsi que les hôpitaux de votre région, en collaboration avec leur réseau local de service, offrent des services en prévention du suicide et aux personnes endeuillées. Les coordonnées sont disponibles à partir du lien suivant: www.msss.gouv.qc.ca/repertoires/csss



POUR PLUS D'INFORMATION SUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE

L'Association québécoise de prévention du suicide www.aqps.info

L'Association canadienne pour la prévention du suicide www.casp-acps.ca

Le Centre de recherche et d'intervention sur le suicide et l'euthanasie

www.crise.ca

L'Institut national de santé publique du Québec www.inspq.qc.ca

Le ministère de la Santé et des Services sociaux www.msss.gouv.qc.ca

L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) www.who.int/topics/suicide/fr

Document produit par l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) Avec le soutien du ministère de la Santé et des Services sociaux

Dernière mise à jour : Mars 2012

