



## Les facteurs associés au suicide

### *Une interaction complexe*

« Le comportement suicidaire n'est pas une maladie, mais l'aboutissement de l'interaction complexe de divers facteurs neurobiologiques, psychologiques, culturels et sociaux, qui ont marqué la personne à différents niveaux, mais qui isolément ne suffisent pas à expliquer le suicide »<sup>1</sup>.

Pour bien comprendre le comportement suicidaire, il est donc important de tenir compte d'un ensemble de facteurs, soient **les facteurs prédisposants, contributants, précipitants et de protection**.

### *Les facteurs prédisposants*

**Les facteurs prédisposants rendent la personne plus vulnérable au suicide.** Ils sont reliés à son histoire de vie et constituent, en quelque sorte, la plate-forme sur laquelle la personne évolue. Les facteurs prédisposants sont issus du réseau familial (histoire familiale de suicide, de violence et d'abus, pertes vécues en bas âge, etc.) et de l'entourage (isolement, manque de lien significatif, banalisation du suicide, etc.). Ils comprennent également tous les facteurs individuels (désordres psychiatriques, dépressions, tentatives de suicide antérieures, deuils non-résolus, etc.).

La présence de facteurs prédisposants crée une grande fragilité chez un individu et ce, avant même qu'un événement vienne perturber son état d'équilibre.

### *Les facteurs contributants*

**Les facteurs contributants sont les comportements ou les événements qui accentuent le niveau de risque présent** (abus de substances de toutes sortes, manque d'habilités d'adaptation, instabilité familiale, manque de ressources dans le milieu immédiat et éloigné, etc.). Lorsqu'un facteur contribuant est présent plus de deux ans dans la vie d'une personne, on le considère alors comme un facteur prédisposant.

1 Tiré de Suicide au Canada, 1994

## *Les facteurs précipitants*

**Les facteurs précipitants sont ceux qui pourront agir comme déclencheurs d'une crise.** L'échec, l'humiliation, le rejet, la peine d'amour, la crise disciplinaire ou tout autre événement de vie récent et difficile susceptible de déstabiliser la personne dans sa façon de voir et de comprendre les choses. Compte tenu de l'histoire de vie de chacun, les facteurs précipitants créeront, parfois, un état de désorganisation.

## *Les facteurs de protection*

**Les facteurs de protection sont les conditions qui réduisent l'impact des facteurs contributifs et prédisposants.** La présence de modèles sains, la disponibilité de ressources dans l'entourage, de bonnes habiletés sociales et des stratégies d'adaptation adéquates sont quelques-uns des facteurs qui protègent la personne en élargissant son éventail d'alternatives devant les situations difficiles.

Bien qu'ils soient de bons indicateurs dont il est important de tenir compte pour tenter de comprendre la singularité de chaque cas, la présence d'un ou plusieurs facteurs prédisposants, contributifs ou précipitants ne peut jamais prédire avec certitude le niveau de risque d'une personne face à la crise suicidaire. Il en va de même pour la présence de facteurs de protection qui n'est jamais une garantie de non-suicide.

*\* Pour plus d'informations, des questions ou pour avoir de l'aide. Contactez-nous 1-866-APPELLE (277-3553)*