



*Points de repère à
l'usage des
journalistes*

**Comment
parler du
suicide ?**

Contactez-nous !

Vous avez besoin de documentation ou de ressources sur le suicide et sa prévention ? N'hésitez pas à nous contacter.

www.stopsuicide.ch

022 320 55 67

Rejoignez-nous sur les réseaux sociaux



S o m m a i r e

Informé sur le suicide	4
Décrire la complexité du suicide	5
Réduire l'effet d'imitation... ... en limitant l'information sur la méthode	6 7
Prévenir une vision romantique du suicide	8
Prêter attention à la douleur des proches	9
Signaler les ressources d'aide... ...et donner des informations utiles à la prévention	10 10
Que dit le Code de déontologie ?	11
Ressources	12-13

Informer sur le suicide

À l'adolescence, beaucoup de jeunes garçons et jeunes filles ressentent un profond sentiment de mal-être. Ce vécu peut s'accompagner d'un sentiment d'incertitude voire d'impasse et devenir une source d'anxiété, parfois envahissante. **Lorsque la souffrance devient intolérable, la mort est alors perçue comme la seule façon d'y mettre fin.**

Cet acte radical qu'est le suicide est fréquemment le signe d'un **paradoxe** puisque ce serait pour les jeunes une façon de retrouver une maîtrise d'eux-mêmes dans un environnement où ils se sentent incompris et très seuls.

- **Env. 1'000 personnes se suicident chaque année en Suisse (suicides assistés non compris).**
- **Chez les 15-29 ans le suicide constitue la première cause de décès.**
- **Les hommes âgés de 40 à 59 ans, ainsi que les personnes âgées se suicident davantage que les autres catégories.**
- **En Suisse, on estime entre 15'000 et 25'000 tentatives de suicide par an.**

« L'acte suicidaire d'un jeune n'est jamais seulement un appel à l'aide ou seulement un désir de mort. Il y a surtout le désir de changer les choses. »

François Ladame, médecin-psychiatre



Décrire la complexité du suicide

Un suicide est généralement provoqué par le **cumul** ou l'**interaction** de nombreux facteurs, individuels et sociaux, tels que des conflits familiaux, des discriminations, la dépression ou le harcèlement. La présence de ces « facteurs de risque » augmente le risque d'une tentative de suicide ou d'un suicide.

Des événements de vie difficiles et récents (deuil, séparation, etc.) peuvent **déclencher** une crise suicidaire sans en être l'unique cause.

Ainsi le suicide est un phénomène multifactoriel. En tenir compte aidera les journalistes à mieux comprendre et à mieux présenter le sujet.

Réduire l'effet d'imitation...

Depuis 30 ans, des études empiriques ont montré que des séries de suicides sont consécutives au récit de cas de suicide dans les médias. On appelle ce phénomène « l'effet Werther », en référence à l'augmentation importante des suicides par arme à feu en Europe suite à la publication du livre de Goethe *Les souffrances du jeune Werther* en 1774.

Au Québec, en 1999, après le suicide d'un journaliste connu, les auteurs d'une étude ont observé que des personnes s'étaient suicidées avec la même méthode singulière. L'étude des notes laissées, des journaux personnels et des propos recueillis auprès des proches des personnes décédées a fait apparaître un net **impact de la médiatisation** du suicide du journaliste sur ces dernières. (note 1)

« Si on ne peut avoir de certitude absolue sur l'impact éventuel des médias, dans le cas de personnes impulsives, un article pourrait avoir un trigger effect, c'est-à-dire jouer un rôle déclencheur. Ce serait en quelque sorte la goutte qui ferait déborder le vase. Mais cela signifie que le vase était déjà plein. »

Laurent Michaud, médecin-psychiatre, CHUV-Lausanne



... en limitant l'information sur la méthode

La description détaillée (en texte et en image) du lieu et d'une méthode, surtout s'ils sont facilement accessibles, peut favoriser d'autres passages à l'acte.

En effet, le passage à l'acte intervient généralement dans un moment de crise suicidaire qui fait suite à des crises ou à des échecs répétés. Les personnes peuvent alors agir de façon **impulsive**.

Prévenir une vision romantique du suicide

L'**image de la mort romantique** touche particulièrement les jeunes. L'adolescence est une période de quête d'identité.

Donner d'une tentative de suicide ou de la mort par suicide une image indolore, aseptisée ou douce est contraire aux faits.

Car toutes les méthodes de suicide entraînent des souffrances physiques aiguës et des séquelles pour la santé chez la personne concernée (y compris le paracétamol pour lequel le surdosage est aisé du fait du libre accès).

« À cette période la représentation de la mort est encore relative et le jeune ne se représente pas ou mal l'irréversibilité de son geste. »

Nathalie Schmid Nichols, psychologue responsable du CEPS, HUG-Children Action



Prêter attention à la douleur des proches

Le suicide engage le niveau individuel mais a aussi des **répercussions traumatisantes** sur tout un groupe de personnes alentour, voire même une communauté ou un réseau.

Rendre compte du suicide requiert de la retenue afin de protéger l'intimité des proches.

« Les personnes qui ont perdu un être cher par suicide vivent très souvent des sentiments de culpabilité et d'incompréhension. Mais surtout elles font davantage l'objet de dévalorisation et de stigmatisation que d'autres endeuillé-e-s. »

Angela Castelli Dransart, professeure à la Haute école fribourgeoise de travail social

Signaler les ressources d'aide...

Très souvent, il suffit de peu de chose pour qu'une personne ne passe pas à l'acte. Les professionnel-le-s observent qu'une intervention est possible, parfois jusqu'au dernier moment. Un **obstacle**, même petit, peut suffire à stopper le scénario de la crise suicidaire. À Zoug par exemple, La Main Tendue confirme que l'installation d'une ligne sur un pont haut de 58 mètres a permis d'éviter des suicides.

Informé sur les ressources et les adresses à disposition peut être utile aux personnes concernées et à leurs proches.

... et donner des informations utiles à la prévention

Même si ce n'est pas toujours possible, il est utile de distiller dans le public des informations qui aident à déceler les **signaux d'alerte** d'un comportement suicidaire. La pratique montre que beaucoup de suicides sont précédés de signes avant-coureurs parfois négligés.



Que dit le Code de déontologie ?

« L'actualité et l'intérêt public peuvent justifier des comptes rendus de suicides. De tels récits requièrent du doigté mais ils ne sont pas tabous. »

Conseil suisse de la presse

La directive 7.9 du Code de déontologie établit une règle concernant le suicide et les exceptions selon lesquelles les journalistes peuvent informer.

La **check-list** du Conseil suisse de la presse

- Le suicide a-t-il suscité un écho public particulier ?
- A-t-il un caractère démonstratif ?
- Le défunt a-t-il lui-même rendu son geste public ?
- Existe-t-il un rapport avec un délit (non élucidé) ?
- Pour les personnages publics, existe-t-il un rapport avec leur notoriété ?
- Ai-je renoncé à toute dramatisation, aux indications intimes et aux détails sur la méthode de suicide ?

Ressources

Etudes-clé



« Le suicide et la prévention du suicide en Suisse. Rapport répondant au postulat Widmer », Office fédéral de la santé publique. Berne, avril 2005.



« Santé et style de vie des adolescents âgés de 16 à 20 ans en Suisse », Swiss Multicenter Adolescent Survey SMASH 2002.



Michel Tousignant et Brian Mishara. « The impact of media coverage of the suicide of a well known Quebec reporter: the case of Gaëtan Girouard », revue Social Science & Medicine, numéro 60(9), 2005.



Sites web



Le site Stop Suicide, pour la prévention du suicide des jeunes
www.stopsuicide.ch



Site d'information pour les jeunes
www.ciao.ch



Centre d'Etude et de Prévention du Suicide
(CEPS), HUG-Children Action
ceps.hug-ge.ch



Question et réponse 46. Protection de la vie privée,
protection des victimes, discrimination.
Les médias peuvent-ils rendre compte d'un suicide ?
Repères pour un journalisme responsable, guide pratique
du Conseil suisse de la presse
ratgeber.presserat.ch

Raison d'être des points de repère

Parler du suicide dans les médias : bonne ou mauvaise idée? Dans quelle mesure faut-il décrire les détails d'une méthode de suicide? Que peut-on faire en amont des passages à l'acte suicidaires ? Les Points de repère résument les enjeux principaux liés au suicide des jeunes et proposent aux journalistes des balises de réflexion et de décision.

www.stopsuicide.ch