

Le suicide - 1/2

Le suicide est la première cause de mortalité chez les jeunes.

Il y a plusieurs raisons qui nous donnent envie de sauter d'un pont; la première est sûrement le rejet des autres. Qui ne s'est jamais senti "seul au monde", c'est difficile de se débarrasser de ce sentiment, mais c'est la triste réalité, on est tous différents ; personne n'est parfait, moi non plus.

On peut avoir envie de mourir pour ne pas devenir comme les adultes qui nous entourent, ne pas devenir des parents qui ne font aucun effort pour montrer leur affection auprès de leurs enfants.

Ou c'est peut-être tout simplement pour ne pas grandir, vivre comme Peter Pan dans un monde où les enfants restent des enfants qui peuvent s'amuser, qui n'ont aucune responsabilité!

Nous pouvons nous poser quelques questions, dont voici les réponses :

1 : Les personnes qui menacent de se suicider ne le font pas ?

FAUX :

Sur 10 personnes, 8 ont exprimé leur intention de se suicider. Toutes allusions au suicide ou à la mort doivent être prises au sérieux.

2 : Les suicidaires ne sont pas décidés à mourir ?

VRAI :

Ce n'est pas la mort que la personne cherche, mais la fin de la souffrance. Pour elle, il n'y a plus d'autres solutions. Elle vit de l'ambivalence (n'est pas certaine) jusqu'à la fin et donne des signes pour qu'on l'aide.

3 : Le suicide n'est pas une question de courage ?

VRAI :

Il n'y a ni courage, ni lâcheté. La personne ne voit plus d'autres choix possibles pour se sortir d'une situation qui lui est intolérable.

4 : Le suicide est héréditaire, c'est une affaire de famille ?

FAUX :

Toutefois, les conséquences émotives (tristesse, dépression,...) dans une famille peuvent être importantes et nécessitent un soutien particulier.

5 : Faut être fou ou malade mental pour se tuer ?

FAUX :

La personne est en détresse et très malheureuse.

6 : Parler du suicide à un ami et lui poser des questions peut l'encourager à le faire ?

FAUX :

En parler, ça lui permet d'exprimer une émotion qui l'habite, écouter sa souffrance c'est lui ouvrir une porte sur l'espoir. On doit porter attention aux messages de détresse qu'on nous envoie et aller chercher de l'aide.

7 : Il n'y a pas plus de suicides chez les pauvres que chez les riches ?

VRAI :

Il peut se produire peu importe le milieu et le temps de l'année.

8 : Suicidaire un jour, suicidaire toujours ?

FAUX :

Une fois la crise passée, les personnes peuvent se reprendre en main et retrouver le goût de vivre. La plupart

Le suicide - 2/2

du temps la personne en ressort plus forte après une crise.

9 : Une amélioration après une crise suicidaire signifie que le risque est passé ?

FAUX :

La personne reste vulnérable environ 6 mois après une crise. Elle peut avoir pris la décision de se suicider et cette solution peut la soulager et la rendre heureuse