

Conférence OCH – Risque suicidaire, comment accompagner ?

Quelques chiffres

Un suicide toutes les 1h20

220 000 tentatives de suicide par an

Baisse du taux de suicide ces dernières années

15 000 appels par jour au 3114

1ère cause de mortalité chez les jeunes

1 personne sur 25 ont des tendances suicidaires

Quelques définitions

Maladie psychique - Temps long, chronique

Trouble psychiatrique - Dépression, anxiété, état délirant aigu

Mal être - Réaction face à un moment existentiel

Risque suicidaire

->Dépend de l'intensité de la dépression, de la maladie

Trouble de la personnalité limite (borderline) -> Impulsivité -> Accroît le risque

Alcool, drogue -> Facilite le passage à l'acte

Diagnostic

- Témoignage d'une mère de famille endeuillée qui parle de l'errance médicale quant au temps nécessaire avant d'avoir un diagnostic. La maman a expliqué être démunie face à la souffrance de son enfant.

Elle a parlé de l'importance d'être intégré dans un programme et d'être suivi sur le long terme. La maman fait partie de l'association Phare enfants parents qui fait de l'écoute, qui oriente et accompagne les familles.

- Le médecin explique que c'est d'autant plus difficile chez les enfants qui grandissent et évoluent notamment lors de l'adolescence, la maladie n'est souvent pas encore constituée. C'est l'évolution qui permet d'établir un diagnostic

- La mère de famille a expliqué que l'adolescent avait des phases heureuses et des phases difficiles et cela rendait difficile le diagnostic. Sa fille qui s'est suicidée n'a jamais été diagnostiquée.

Ma vie aux deux extrêmes, livre de Florian Vallières

-> Présent à la conférence, il a témoigné sur son errance, son diagnostic, sa dépression. 2 choses l'ont beaucoup aidé : psychiatre et la rencontre spirituelle avec Dieu. Il a parlé que comme il y a un mystère de la vie, d'être vivant, il y a aussi un mystère du suicide. Aujourd'hui, il est très heureux d'être stabilisé.

Quelques idées/témoignages des intervenants

- malheureusement l'amour et la prière ne suffisent pas toujours pour éviter un suicide. Il ne faut pas oublier que la personne qui souhaite se suicider ou qui se suicide souhaite mettre un terme à sa souffrance.

- la personne qui souffre ne le dit pas (pour protéger ses parents), va ruminer, y penser tout le temps, ce qui va accroître le risque

- celui qui souffre prend beaucoup de place dans une famille. Il faut prendre conscience de la souffrance des autres membres qui voient la souffrance de celui qui souffre.

- oui, il faut parler du suicide avec celui qui souffre mais d'une certaine manière. Le psychiatre peut poser la question directement, la mère de famille ne le fera pas.