

# Le suicide

lundi 9 septembre 2002, par [Jean Igor Wolga](#)

Le nombre de suicides « réussis » a beaucoup augmenté depuis 12 ans.

De 8000 cas par an en France en 1974, il a pour la première fois franchi la barre des 10 000 cas en 1980, dépassant le nombre des morts par accidents de la route.

Il a atteint 12 000 cas par an en 1985 pour se stabiliser depuis à ce chiffre.

Il y a en effet chaque année en France 150 000 tentatives de suicide et 12 000 morts, soit un toutes les 40 minutes.

C'est pour sensibiliser le public, trop souvent indifférent ou résigné, qu'a été organisée le 5 Février 1997 la Première Journée nationale pour la prévention du suicide, à l'initiative du magazine Psychologies.

Le suicide est un acte anti-naturel, opposé à l'instinct de survie, fréquent chez l'homme mais rare chez les animaux (à l'exception des lemmings en cas de surpopulation ou de manque de nourriture).

Certains considèrent le suicide comme une lâcheté, et d'autres y voient au contraire un geste courageux, une « ultime liberté ».

Certains suicides peuvent être qualifiés d'héroïques, même si on ne les approuve pas, comme celui de Samson dans la Bible ou celui des zélotes de la forteresse de Massada près de la Mer Morte, qui ont préféré recourir au suicide collectif plutôt que de tomber vivants aux mains des Romains, ou celui du tchèque Jan Palach en 1968, protestant contre l'invasion de son pays par les armées soviétiques.

D'autres se suicident au combat (kamikazes) ou pour l'honneur (en se faisant hara-kiri), ou à cause d'un amour impossible (Roméo et Juliette).

D'autres suicides collectifs spectaculaires déclenchent une émotion légitime et un regain d'indignation justifié contre les sectes et leurs « gourous » (Jim Jones en Guyana, David Koresh aux USA, Luc Jouret en Suisse et en France).

Mais les suicides les plus préoccupants et les plus fréquents sont ceux qui touchent notre « prochain », en particulier s'il s'agit d'un jeune ou d'un enfant.

Le suicide est devenu la première cause de mortalité entre 25 et 35 ans, et la 2<sup>e</sup> chez les jeunes de 15 à 25 ans, après les accidents de circulation.

De plus, de nombreux accidents de la route sont en fait des suicides ou des équivalents suicidaires.

La France arrive tristement en tête des pays d'Europe de l'Ouest avec un taux annuel de 22 suicides pour 100 000 habitants.

Le suicide touche toutes les catégories sociales (jusqu'à l'ancien premier ministre Pierre Bérégovoy), et tous les âges.

## **Pourquoi se suicide-t-on ?**

Dans 40 % des cas, on retrouve une maladie mentale, le plus souvent une authentique dépression, mais cette maladie est malheureusement insuffisamment diagnostiquée et traitée.

40 % des suicidés ont consulté un médecin dans le mois ayant précédé leur geste.

18 % avaient consulté le jour même de leur suicide.

La forme de dépression la plus grave, la dépression mélancolique, s'accompagne d'une souffrance morale d'une telle intensité que le patient est persuadé de ne pas pouvoir la supporter 5 minutes de plus.

« A partir d'un certain degré de souffrance, on ne pense plus qu'en terme d'apaisement immédiat : alors l'idée de suicide se présente immédiatement » (D<sup>r</sup> Xavier Pommereau, psychiatre).

On peut aussi retrouver d'autres troubles : alcoolisme, toxicomanie, désordre alimentaire, délinquance.

Dans les autres cas, la conduite suicidaire constitue en elle-même la pathologie, sans autre maladie mentale associée, mais on peut retrouver un terrain ou des facteurs favorisants :

crise d'adolescence, qui est « l'âge de tous les dangers » ; difficulté de communication entre l'adolescent et sa famille, et conflits qui paraissent sans solution.

sentiment d'absurdité de la vie, fréquent chez les adolescents qui quittent le monde protégé de l'enfance et qui redoutent le monde des adultes qui les effraie ou les dégoûte. Ce sentiment d'absurdité peut être métaphysique ou tout simplement existentiel, comme le montre cette phrase : « La vie est une maladie sexuellement transmissible qui mène toujours à la mort. » (auteur inconnu) ou cette citation de Claude Guillon, auteur du livre interdit *Suicide, mode d'emploi* : « Jeune, on fait des études pour être adulte ; ensuite on travaille pour cotiser à la sécu, quand on sera vieux ; ensuite on est mort, ouf ! on a réussi à ne pas y penser. »

âge avancé et perte des facultés physiques et intellectuelles.

maladie incurable entraînant une peur de la douleur, de la déchéance, de la dépendance, et suscitant une demande d'euthanasie (beaucoup plus rare que ne veulent le faire croire les media).

personnalité fragile, avec manque de confiance en soi, entraînant une peur des soucis de la vie et des difficultés du monde.

difficulté à s'adapter aux situations ou aux personnes nouvelles.

dépit amoureux entraînant un désir de vengeance et de punition en provoquant chez l'autre un sentiment de culpabilité.

incapacité de supporter un échec, une défaite, une humiliation, entraînant le désir de montrer aux autres « de quoi on est capable », même au prix d'une conduite extrême et suicidaire.

impression d'être dans une impasse totale, de n'avoir plus aucune solution (exemple du dirigeant d'une petite entreprise acculée à la faillite).

sentiment de vivre un amour impossible ou d'être incompris du reste du monde.

impression d'être mal aimés, non reconnus, de travailler pour rien (suicides de policiers).  
isolement, solitude, manque d'amour (veufs, divorcés, célibataires, personnes âgées).  
vide existentiel, manque de but dans la vie, ennui, désœuvrement, avec sentiment d'exister  
seulement lorsqu'on se livre à des comportements extrêmes, délinquants ou suicidaires.

enfants en situation d'échec scolaire qui croient n'être aimés qu'en fonction de leurs  
résultats à l'école ; certains enfants se suicident tout simplement pour n'avoir pas à avouer à  
leurs parents qu'ils ont eu une mauvaise note ou qu'ils ont été renvoyés. Le suicide des  
enfants et des jeunes pour raisons scolaires est assez fréquent au Japon où la sélection sociale  
par les études est très forte.

médiatisation de certains suicides entraînant un désir d'imitation et facilitant le passage à  
l'acte.

ambiance culturelle favorable : ce fut le cas au 19<sup>e</sup> siècle qui connut une vague de suicides  
sans précédent, ou entre les deux guerres mondiales (périodes influencées par la littérature  
romantique, par Nietzsche, Marx, le nihilisme, et les idées révolutionnaires).

misère, chômage : toutefois, le taux de suicides est resté stable depuis 1985, alors que le  
chômage a augmenté de 50 pour cent ; on ne voit pas plus (et souvent moins) de dépressions  
et de suicides dans les pays pauvres que dans les pays riches.

cadre de vie, climat, saison : on se suicide plus dans les quartiers pauvres des grandes villes,  
dans les pays froids, et à la fin de l'hiver.

culpabilité, honte (comme Judas ou les criminels nazis condamnés au Tribunal de  
Nuremberg).

---

Il est démontré que le fait d'avoir de l'ambition, des objectifs personnels élevés, un idéal pour  
lequel on est prêt à se battre (tant qu'il n'est pas déçu) ou une spiritualité forte sont une  
protection efficace contre le suicide.

... La dépression augmente le sentiment de culpabilité, qui peut être exagéré et même devenir  
franchement délirant.

Un suicidé est-il sauvé ?

.... Non selon certains, parce qu'il n'a pas eu le temps de se repentir.

Mais est-ce la repentance ponctuelle qui sauve ?

Il est vrai que le suicide est un péché aussi grave que le meurtre, et que le commandement  
« Tu ne tueras point » s'applique aussi à soi-même.

L'auteur du suicide est à la fois victime et meurtrier.

La crainte de perdre son salut, enseignée à l'église catholique ou dans certaines églises  
évangéliques, est un frein au passage à l'acte.

Il faut être très attentif aux signes précurseurs d'une dépression et d'une tentative de suicide,  
qui peuvent être très discrets et très trompeurs (« fatigue » chez l'enfant, agressivité ou repli  
sur soi chez l'adolescent) et être très sensible aux besoins de la personne à risque et l'entourer.

« Le suicide, c'est l'absence des autres » (Paul Valéry).

Il ne faut jamais banaliser ou minimiser une tentative de suicide comme étant un simple appel au secours.

Un suicidant qui n'a pas réussi son suicide présente 50 % de risques de récurrence dans les 5 ans.

Il a besoin d'une écoute compréhensive sans esprit de jugement (ce que font certaines permanences d'aide téléphonique comme « SOS Amitié »), de soutien, de valorisation, et d'affection.

Il faut l'aider à s'exprimer s'il a du mal à le faire, et l'écouter, car la thérapie par la parole est d'un grand secours.

Il faut l'encourager à consulter un médecin en vue d'une psychothérapie et de médicaments antidépresseurs ...