

La prévention du suicide.
« Mieux comprendre pour repérer et agir ... »
Colloque Groupement de Santé Mentale des Vosges
15 mars 2016 Centre des Congrès Epinal

Mesdames, messieurs,

Il est temps de partager avec vous ces quelques conclusions personnelles, avant que Jean-Louis Terra et sa parole éclairée ne ponctuent cette journée.

Beaucoup a été dit, débattu en effet. Beaucoup le sera encore demain, eu égard à cette problématique forte, sensible, qu'est le suicide, un questionnement auquel nous sommes tous un jour ou l'autre confrontés, soit par nos professions – votre cas en majorité – soit plus directement encore quand une amie, le fils d'un proche, un collègue font un jour le geste fatal. J'ai eu à le vivre, moi aussi. A plusieurs reprises.

Durant cette journée je soulignerai en premier lieu la qualité des interventions. Personnellement j'ai beaucoup appris, apprécié aussi le niveau d'exigence, la profondeur des valeurs – de respect, de confiance, d'engagement notamment - qui ont marqué ces travaux. Il est rassurant de constater de tels degrés d'implication dans une société qui a tendance à trop souvent s'en éloigner.

Cela dit, je voudrais en fait partager avec vous quelques points saillants qui se sont fait jour.

Le premier tient à **la complexité d'une telle thématique**, liée bien sûr à la complexité inhérente à toute humanité. Ce qui d'ailleurs fait toute sa force, tout son attrait. Nous avons entendu aujourd'hui des approches différentes, du fait de la spécificité professionnelle des uns et des autres. Un mot-clé, partagé, s'impose pourtant de prime abord : le mot comprendre.

Albert Camus nous le dit très bien d'ailleurs, lui qui écrit dans *Le Mythe de Sisyphe*
Commencer à penser au suicide, c'est commencer d'être miné. La société n'a pas grand-chose à voir dans ces débuts. Le ver se trouve au cœur de l'homme. C'est là qu'il faut le chercher. Ce jeu mortel qui mène de la lucidité en face de l'existence à l'évasion de la lumière, il faut le suivre et le comprendre.

Comprendre donc

« *Il faut être curieux de l'autre* » (Jean-Louis Terra),
avant d'intervenir, nous dit la psychiatre.

lors de l'appel au secours, souligne la présidente de l'UNPS qui invite entre autre à
« *interroger les besoins, les pratiques* »

avant, mais aussi après, via « *ce nécessaire suivi de la personne qui a fait une tentative* », dit le docteur Catherine Pichené

« *Il faut être curieux de l'autre* », « *toucher par les mots* (Jean-Louis Terra), jusque « *dans le regard* » (Matthieu Lustmann).

Comprendre, cela passe aussi par l'analyse des causes familiales, sentimentales, professionnelles, poussant au suicide, par l'évaluation des pratiques, par la confrontation des expériences, des connaissances, via la recherche, voire par l'organisation de ce type de rendez-vous.

Mais **comprendre, c'est aussi être à l'écoute des publics sensibles.**

Pas si simple de décrypter ce qui se passe dans la tête d'un adolescent en danger, *les contraintes* (dit le professeur Jeammet) qui sont les siennes. L'affaire n'est sans doute pas

davantage aisée face à une personne âgée. L'un ne s'approche pas comme l'autre. Les signaux d'alerte sont différents. C'est vrai : *Le suicide est multifactoriel*, résume Philippe Jeammet. Complexité, ai-je dit tout à l'heure. Adolescence, quatrième âge, monde du travail, milieu carcéral... nombreux sont les univers concernés et différents, « *les gros volcans à éteindre* » (Jean-Louis Terra).

Pour autant, c'est **la deuxième leçon de ce colloque**, en dépit de cette complexité ambiante, **rien n'est perdu**. Les propos entendus sont clairs : **le temps du sentiment d'impuissance est révolu**. Une dynamique est lancée, en termes d'information, de sensibilisation, de recherche, de formation, au plan institutionnel, associatif... Dans les cabinets médicaux, les hôpitaux, les structures d'écoute, les organismes sociaux (MSA...)

Autre constat du jour : **Le suicide se révèle une démarche très organisée** comportant plusieurs phases. Au-delà des idées reçues et des tabous, il est possible donc d'interrompre le processus suicidaire.

« *Il n'est pas indispensable d'être un professionnel de l'aide* », précise encore le docteur Matthieu Lustmann.

Voilà qui rouvre des pistes, des voies de compréhension et d'action.

A chacun, une possibilité d'agir. Individuellement ou collectivement. Tout le monde est concerné, détient en lui une capacité à prévenir. A plusieurs reprises, le message est passé. Sans ambiguïté.

Cette dynamique là est à souligner et est porteuse d'amélioration de la prévention comme de la prise en charge. Elle revêt, à mes yeux, une symbolique forte, un intérêt majeur, puisque mobilisatrice de l'attention à porter à l'autre, à une époque et dans une société où la tendance tient davantage au repli sur soi, où égoïsme rime avec individualisme, où le narcissisme accapare le discours. **Il est temps de regarder l'autre, d'y prêter attention**. Ce colloque nous le redit haut et fort, l'acte suicidaire étant avant tout « *un acte de vie* » (Philippe Jeammet)

Un autre point que je souhaiterais mettre en avant a donc tout logiquement trait au **dialogue, à la nécessaire aptitude à communiquer**, dès lors qu'on aborde ce territoire. « *Avoir des mots au bord de l'extrême* », nous dit Jean-Louis Terra. Avec les personnes concernées, Marie-Claude Frénisy le confirme, avec leurs proches, tout comme entre professionnels...

« *Ecouter et en parler, établir une relation de confiance* », invite Jean-Louis Terra qui parle de « *l'établissement d'ententes* » auprès de la personne suicidaire. Le docteur Pichené, elle, invite à « *rester en contact, sans intrusion* », en une « *sollicitude aidante* ».

Les professionnels ont évidemment toute leur place dans ces actions de prévention. Car si prévenir le suicide, mieux évaluer le risque suicidaire, c'est dépasser les idées reçues, il s'agit bien aussi de jouer **la carte de l'interdisciplinarité, du dialogue interdisciplinaire**, d'« *établir une alliance thérapeutique* » (docteur Pichené)

Favoriser le dialogue entre les différents acteurs, entre les différentes disciplines s'impose donc. Depuis la création de l'Observatoire national du suicide en septembre 2013, un important travail a été réalisé. Il doit assurément se poursuivre, dans une approche plus territoriale, de proximité. **Travaux de recherche et actions de terrain vont de pair, réclament la même énergie collaborative**. On ne peut que s'en réjouir, et voir se développer le réseau local de ces **fameuses sentinelles**.

Résumons-nous, le suicide c'est

- **une problématique forte et sensible en France et dans les Vosges en particulier, « un endroit de fragilité ».**

- **Un être vulnérable à accompagner au mieux**
- **Et des valeurs d'écoute, d'engagement à défendre**

Le tout sans tomber dans l'angélisme, car des fragilités demeurent. Les chiffres partagés lors de cette journée l'illustrent. D'autres réalités les accompagnent malheureusement, et notamment la persistance d'idées reçues sur le suicide : maladie mentale, lâcheté, chantage... Les clichés demeurent et restent à combattre.

Pour autant des pistes d'action se font jour, suite à nos débats pour un meilleur repérage et un accompagnement personnalisé de la personne suicidaire, via

- une approche territoriale, locale, notamment la mise en place d'un réseau de sentinelles de proximité.
- dans le cadre d'une démarche collaborative
- via le développement de la sensibilisation et de la formation d'acteurs de contact
- via également le développement de l'information du grand public, à destination des jeunes, des journalistes... car tout le monde est concerné.

Bref il est important de ***tendre la main autant que l'oreille.***

Pour conclure définitivement, je souhaiterais partager ce dernier propos qui résonnera en nous, qui venons de vivre cette journée instructive et prometteuse.

Auteur hongrois contemporain, Emre Kertesz, Prix Nobel de littérature en 2002, écrit, dans *Journal de Galère* : « *Le suicide qui me convient le mieux est manifestement la vie* ».

« *Il n'y a pas de lien entre le suicide et la mort* », renchérit Jean-Louis Terra pour qui « *la vie doit reprendre le pouvoir* ».

« *Nous sommes au cœur du vivant et du jeu de tous les possibles* », assure Philippe Jeammet.

Merci de votre attention

Claude VAUTRIN