# **Le suicide des célébrités – prévenir la « contagion »**

### Par le Centre for Suicide Prevention de l’Association canadienne pour la santé mentale, National

Dans notre culture, nous ne parlons généralement pas de suicide. Toutefois, lorsque des célébrités se suicident – comme Kate Spade et Anthony Bourdain la semaine dernière –, la question fait alors la une des journaux. Toute personne qui a perdu un être cher à la suite d’un suicide peut témoigner de l’ampleur de cette tragédie. Or, cette tragédie entraîne des répercussions qui s’étendent à l’ensemble de la population lorsque des personnes célèbres décèdent, comme le démontrent les vagues de publications sur les réseaux sociaux et d’hommages à Spade et Bourdain. Nous tentons de donner un sens au suicide des célébrités et nous nous tournons vers les médias pour obtenir plus de détails. Le décès de Robin Williams en 2014 a été largement médiatisé, et quand Marilyn Monroe est décédée en 1962, son décès a été magnifié dans les médias, lesquels ont communiqué les détails sur la méthode utilisée. La mort de ces deux personnes célèbres a entraîné une augmentation du nombre de suicides. Cela est dû au fait que les reportages à sensation peuvent créer de la « contagion », le suicide devenant alors un point critique pour les personnes qui sont déjà à risque.

Toutefois, la représentation responsable du suicide dans les médias peut réduire cette contagion. Après le suicide de Kurt Cobain en 1994, sa partenaire, Courtney Love, a fait une déclaration publique afin d’encourager les gens à demander de l’aide et n’a pas publié de photos de la scène. Les médias ont collaboré avec elle pour assurer une couverture médiatique plus responable.

La couverture médiatique responsable du décès de Spade et Bourdain peut contribuer à briser le silence au sujet du suicide et encourager les discussions réfléchies.

Bien sûr, ce ne sont pas seulement des célébrités qui se suicident. Chaque jour, douze personnes se suicident au Canada. Le suicide est causé par des souffrances psychologiques profondes. Que nous tentions de comprendre le suicide d’une célébrité ou celui d’un proche, la croyance qu’un événement négatif majeur pousse une personne à s’enlever la vie est inexacte et nuisible. La plupart des gens sombrent dans le désespoir après avoir livré un long combat intérieur, et non pas en raison d’un seul événement de la vie. Ce combat peut être accompagné de signaux d’alerte, dont un changement marqué de comportement, des références au suicide et le don de ses biens. Nous pouvons aider une personne en difficulté en l’écoutant, sans essayer de proposer de solutions. Si vous remarquez les signaux, vous pouvez demander directement à la personne : « Penses-tu au suicide? » Si la réponse est oui, écoutez-la. Restez calme, ouvert et sans jugement, puis mettez-la en contact avec les Services de crises du Canada au 1-833-456-4566, où elle pourra obtenir de l’aide.

*Si vous êtes en situation de crise, composez le 1-833-456-4566, envoyez un message texte à 45645 ou clavardez sur le site Web* [*crisisservicescanada.ca/fr/*](http://www.crisisservicescanada.ca/fr/)*. Les Inuits et les membres des Premières Nations peuvent également composer le 1-855-242-3310 ou clavarder sur le site* [*https://www.espoirpourlemieuxetre.ca*](https://www.espoirpourlemieuxetre.ca/)*.*

*Pour de plus amples renseignements sur la prévention du suicide, visitez le site Web du Centre for Suicide Prevention à l’adresse* [*www.suicideinfo.ca*](http://www.suicideinfo.ca)*.*