



# CHOISIR LES BONS MOTS

## COMMUNICATION SÉCURITAIRE POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE

Canada 



Ce livret a été créé par l'Agence de la santé publique du Canada en partenariat avec le Centre de prévention du suicide et l'Association québécoise de prévention du suicide.



**AQPS**

Association québécoise  
de prévention du suicide



centre for  
suicide prevention

Also available in English under the title:

*Language Matters – Safe Communication for Suicide Prevention*

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par la ministre de la Santé, 2018

PDF Cat. : HP10-25/2018F-PDF  
ISBN : 978-0-660-28885-7

Pub : 180650

# COMMUNICATION SÉCURITAIRE POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE

L'utilisation d'un langage bénéfique et respectueux favorise un environnement sans stigmatisation, dans lequel nous pouvons parler du suicide et de sa prévention de façon plus ouverte et plus sécuritaire.

Les mots ont du poids dans un contexte dans lequel le silence ou le manque de sensibilité peut aggraver une situation.

Plus nous sommes ouverts et sécuritaires dans nos communications, plus grande est la probabilité que les gens offrent ou demandent de l'aide.



# PLACEZ LA PERSONNE AU PREMIER PLAN

*Le langage qui place la personne au premier plan permet d'éviter les expressions et les mots stigmatisants. Il accorde la priorité aux personnes, tout en respectant les différences et les expériences, sans définir les gens par leurs actions, leur état ou leur diagnostic.*

LANGAGE QUI PLACE LA PERSONNE AU PREMIER PLAN	LANGAGE PROBLÉMATIQUE
 La personne ayant (une maladie mentale, une dépression, une dépendance, etc.)	 Ces gens-là, malades mentaux, les dépressifs, les toxicomanes, etc.
 La personne décédée par suicide	
 La personne qui pense au suicide/a des pensées suicidaires	 Victime d'un suicide, le suicidaire, le suicidé
 La personne ayant fait une tentative de suicide	

## CONSEIL PRATIQUE



Évitez les étiquettes et les sigles lorsque possible pour s'adresser ou faire référence à une personne.

## AUTRES EXEMPLES QUI PLACENT LA PERSONNE AU PREMIER PLAN



La/les personne(s) endeuillée(s) par le suicide



La/les personne(s) touchée(s)/affectée(s) par le suicide



People/person with lived experience related to suicide

## CONSEILS PRATIQUES



Des mots et phrases neutres et inclusifs pour respecter les personnes et leurs expériences.



Pensez soigneusement au choix des mots entourent la question du suicide et des personnes. Une autre expression pourrait être plus appropriée, selon l'auditoire (contexte, préférence ou culture). Le terme « survivant » (p. ex. survivant de tentative de suicide) pourrait ne pas avoir de résonance pour tout le monde. L'expression « personnes touchées par le suicide » est généralement considérée comme neutre et inclusive.



# UTILISEZ UN LANGAGE SÉCURITAIRE

*Il est important que le langage à propos du suicide soit prudent et factuel. Lorsque nous remplaçons un langage problématique par un langage neutre et respectueux, nous contribuons à modifier la façon dont la société réagit face au suicide et comprend celui-ci. Cela permet de rendre la discussion sur le suicide davantage sécuritaire. Nous rendons ainsi la discussion sur le suicide sécuritaire.*

LANGAGE PRUDENT	LANGAGE PROBLÉMATIQUE
 Mourir par suicide	 Commettre un suicide
 Décédé par suicide	 A commis un suicide
 Décès par suicide	 Suicide réussi
	 Suicide accompli

## MOTIFS

Le terme « commettre » est stigmatisant et sous-entend un acte criminel ou immoral ou qu'une personne a commis une infraction. Le suicide n'est pas un crime. Il a été décriminalisé en 1972. Dans les modifications récentes apportées au *Code criminel du Canada* (article 241), on trouve l'expression « se donner la mort » plutôt que « commettre un suicide ».

Le suicide est un résultat tragique attribuable à de nombreux facteurs complexes et qui a des conséquences durables; il n'est jamais une question de réussite ou d'échec. Le suicide n'est pas une tâche ou un projet que l'on réalise ou mène à bien.



# UTILISEZ UN LANGAGE SÉCURITAIRE (SUITE)

LANGAGE SÉCURITAIRE		LANGAGE PROBLÉMATIQUE	
	Tentative de suicide		Suicide raté
	Tenter de se suicider		Tentative échouée
			Tentative infructueuse
			Suicide inachevé

## MOTIFS

Une tentative de suicide n'est pas une réalisation, ni un acte marquant la réussite ou l'échec. Le langage à propos du suicide doit être factuel et prudent. Les gens peuvent avoir fait l'expérience d'une tentative de suicide ou avoir été touchés par la tentative de suicide de quelqu'un d'autre. Le langage sécuritaire permet d'éviter les mots qui décrivent le suicide de façon positive ou négative.

LANGAGE SÉCURITAIRE		LANGAGE PROBLÉMATIQUE	
	Populations dont le taux de suicide est plus élevé		Personnes/populations à haut risque
	Populations qui pourraient avoir un risque plus élevé de suicide		Groupes à risque
	Facteurs qui pourraient accroître le risque de suicide d'une/des personne(s)		Vulnérable ou susceptible
			Ces gens/populations/ groupes
	Coûts sociaux et économiques rattachés au suicide		Fardeau du suicide

## MOTIFS

L'utilisation d'expressions et de mots neutres, factuels et respectueux est beaucoup moins stigmatisante. Certaines expressions descriptives peuvent avoir des connotations négatives. La façon dont nous parlons du suicide doit éviter de renforcer la stigmatisation et mettre plutôt l'accent sur la prévention.



# LES IMAGES ONT AUSSI UNE IMPORTANCE



Les images doivent être cohérentes avec le langage et communication sécuritaire pour la prévention du suicide.



Les images négatives ou violentes ont tendance à être problématiques. Lorsque les images renforcent les stéréotypes ou illustrent certains aspects du suicide, elles peuvent être dangereuses et stigmatisantes. Les images de désespoir, de méthodes de suicide (armes à feu, substances, ponts, etc.) sont des exemples d'images à éviter.



Les images qui démontrent un sentiment d'appartenance à la collectivité, de solidarité ou d'espoir, d'aide disponible et de rétablissement sont plus cohérentes avec un langage sécuritaire. Les images sont plus efficaces lorsqu'elles renforcent le message que personne n'est seul, que l'aide est disponible et que la vie de chacun compte. Un message sûr pour la prévention du suicide signifie que les mots et les images sont bien planifiés, utiles et respectueux.



# CE QU'IL FAUT FAIRE ET CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE

MESSAGES SÉCURITAIRES	MESSAGES PROBLÉMATIQUES
 Parler du suicide comme d'un enjeu de sécurité et de santé publique.	 Parler du suicide et des personnes touchées par le suicide de façon sensationnaliste ou stéréotypée.
 Expliquer que le suicide est un phénomène complexe qui peut toucher n'importe qui et profiter de l'occasion pour informer la population tout en mettant l'accent sur la prévention.	 Amplifier ou minimiser les causes du suicide ou les réactions qu'il suscite.
 Trouver un équilibre entre les facteurs de protection et les facteurs de risque.	 Laisse entendre que le suicide est inévitable ou impossible à prévenir.
 Établir un équilibre entre l'utilisation de statistiques sur le suicide avec assez de contexte sur le sujet. Utiliser des statistiques exactes et de sources crédibles sur le suicide.	 Établir une correspondance entre le suicide et certaines populations.
 Utiliser un langage clair, neutre et qui met les gens au premier plan.	 Énumérer les facteurs de risque (qui ressemblent à une liste à vérifier) sans reconnaître ni mentionner les facteurs plus vastes, y compris les facteurs qui protègent du suicide.
 Éviter les descriptions détaillées ou des comparaisons de suicides (p. ex. méthodes et moyens, emplacements, renseignements personnels).	 Mettre l'accent sur les statistiques sans le contexte ou ressources suffisants (limites et pertinence des données).
 Adapter les messages en fonction de l'âge, du sexe et de la culture des publics à qui l'on s'adresse pour qu'ils soient appropriés et efficaces.	 Utiliser un jargon ou un langage technique, désuet ou stigmatisant.
 Parler du suicide avec précaution et compassion, en tenant compte des répercussions possibles sur les gens.	 Fournir des détails ou des descriptions sur un décès par suicide ou sur des gens qui sont morts par suicide.
 Veiller à ce que la communication entourant le suicide soit efficace et sécuritaire en consultant des ressources pertinentes au besoin (p. ex. lignes directrices sur les reportages sur le suicide).	 Utiliser le même message sans égard aux caractéristiques et besoins des auditoires.
 Utiliser des images neutres, porteuses d'espoir et positives pour exprimer l'espoir, l'aide disponible et le rétablissement.	 Inclure du contenu qui peut être traumatisant ou stigmatisant pour les personnes (qui suscite le blâme, la honte, la culpabilité et la peur) ou qui peut nuire en augmentant involontairement le risque de suicide.
 Fournir des renseignements utiles et les coordonnées des ressources d'aide et des services de soutien.	 Parler du suicide sans utiliser les lignes directrices sur les messages sécuritaires ni solliciter l'avis de professionnels de la santé mentale, de spécialistes de la prévention du suicide et de personnes qui ont une expérience vécue liée au suicide.
	 Utiliser des images négatives, violentes ou stéréotypées qui perpétuent la stigmatisation du suicide et des personnes touchées par le suicide.
	 Parler du suicide sans offrir de renseignements utiles.



# RESSOURCES CONNEXES

*De l'aide est disponible. L'Association canadienne pour la prévention du suicide fournit une liste des centres de crise partout au Canada. Jeunesse, J'écoute (1-833-456-4566), la Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être (1-855-242-3310) et le Service canadien de prévention du suicide (1-833-456-4566) offrent aussi du soutien en tout temps.*

Gouvernement du Canada

[www.canada.ca/fr/sante-publique/services/prevention-suicide.html](http://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/prevention-suicide.html)

Centre for Suicide Prevention (en anglais seulement)

[www.suicideinfo.ca/](http://www.suicideinfo.ca/)

Association québécoise de prévention du suicide

[www.aqps.info/](http://www.aqps.info/)

Commission de la santé mentale du Canada

[www.mentalhealthcommission.ca/Francais](http://www.mentalhealthcommission.ca/Francais)

En-Tête : reportage et santé mentale

<https://sites.google.com/a/journalismforum.ca/en-tete/accueil/le-prix-en-tete>

Lignes directrices de la couverture médiatique du suicide

(Association des psychiatres du Canada)

[www.cpa-apc.org/wp-content/uploads/Media-Guidelines-Suicide-Reporting-FR-2018.pdf](http://www.cpa-apc.org/wp-content/uploads/Media-Guidelines-Suicide-Reporting-FR-2018.pdf)

