



Konekte

RÔLE DES MÉDIAS DANS LA PRÉVENTION DU SUICIDE

SEPTEMBRE 2025

Contexte

- Les reportages sur des personnes décédées par suicide doivent être traités avec une extrême précaution, car ils peuvent entraîner des effets d'imitation et favoriser d'autres comportements suicidaires selon les informations communiquées.
- Les médias peuvent être des alliés majeurs dans la prévention du suicide en diffusant des contenus éducatifs qui expliquent comment faire face à des pensées suicidaires ou comment accéder à de l'aide.
- Les récits qui mettent en lumière des expériences de résilience, de rétablissement ou d'espoir sans minimiser la souffrance sont particulièrement efficaces. Ils montrent qu'il est possible de surmonter une crise suicidaire, ce qui peut renforcer les efforts de prévention et sauver des vies.
- Les choix éditoriaux ont un impact réel : ils peuvent affaiblir, ou renforcer les actions de prévention du suicide.

Attitudes à favoriser

1. Informer

- Qu'une personne qui meurt par suicide ne veut pas mourir, elle veut arrêter de souffrir.
- Sur les ressources d'aide disponibles pour faire face aux pensées et comportements suicidaires : numéro d'urgence, services de santé (médecins, psychologues, psychiatres):
 - **Befrienders: 800 93 93 (24/7)**
 - **SAMU : 114**
 - **Lifeplus: 188**
- Sur la prévention du suicide, sur le bien-être mental et émotionnel en mettant l'accent sur les stratégies d'adaptation plutôt que sur les actes suicidaires. Ex: mettre en place des activités qui me font me sentir bien, appeler une personne proche, demander de l'aide professionnelle (médecin, psychologue, psychiatre) si je me sens mal, etc.
- Sur des récits de personnes ayant réussi à surmonter des crises suicidaires ou un deuil par suicide, ou qui ont réussi à demander et obtenir de l'aide, afin de créer un effet protecteur chez les personnes vulnérables.
- Sur l'importance de développer les habiletés psychosociales, ex : gestion des émotions, demande d'aide, connaissance de soi etc.

Konekte: 54508888 pour prendre RV avec un.e professionnel.le selon les disponibilités.

2. Utiliser des bonnes pratiques de langage

- Dire: «mort par suicide/tentative de suicide», «personne décédée/personne ayant commis une tentative», «avait des difficultés/était en souffrance».
- Eviter «s'est suicidé», «réussi/raté» «épidémie de suicides»
- Mentionner le rétablissement, le soutien, les services et soins accessibles.

3. Être factuel, le sobre et prudent.e

- Eviter des causalités simplistes « à cause de ... », des spéculations ou description de la mort par suicide comme inexplicable
- Insister sur le fait que le suicide est multifactoriel (facteurs individuels, sociaux, scolaires, familiaux qui interagissent). Ce n'est pas juste à cause d'un échec aux examens ou une rupture amoureuse ou une bagarre avec quelqu'un, qu'une personne se donne la mort par suicide.
- Sensibiliser sur les signes avant-coureurs.

4. Être respectueux.euse et digne

- Préserver la vie privée du.de la défunt.e et de ses proches et la douleur des proches
- Eviter toute stigmatisation

5. Être précis.e

- Collaborer avec des professionnel.le.s de la santé pour donner des informations précises en matière de prévention et d'intervention. Ainsi que pour relire les articles si besoin avant publication.

6. Prendre soin de soi

- En tant que journaliste la couverture d'événements traumatiques peut avoir un impact psychologique sur ceux.celles qui les rapportent. Prendre soin de soi dans ce métier est important.

Attitudes à éviter: très important!

1. Nuire

Eviter toute information pouvant augmenter le risque d'entraînement comme :

- donner une description détaillée des méthodes de suicide.
- nommer précisément ou donner des détails sur le site où le suicide a eu lieu.
- mettre le suicide en première page ou utiliser le mot «suicide » dans les grands titres.
- rapporter des morts par suicide des personnes célèbres et des personnes dans des groupes spécifiques. Ex: adolescent.e.s dans une équipe/club sportif, personnes avec des antécédents suicidaires, etc.

2. Faire du sensationnalisme

- Donner l'impression de valider ou d'approuver les comportements suicidaires.
- Dramatiser, romantiser ou présenter le suicide comme une option viable.
- Diffuser et partager des histoires de suicide sur les réseaux sociaux.
- Publier des photos, vidéos ou enregistrements audio de la personne morte par suicide.
- Interviewer une personne ayant perdu un parent/un.e proche par suicide.
- Rapporter les détails des écrits laissés par une personne décédée par suicide.

Exemples:

- ✗ **À éviter:** «Le suicide d'une adolescente de 15 ans, élève de Grade 9, portée disparue puis retrouvée sous le pont SAJ.»
- ✓ **À favoriser:** «Décès d'un collégien: rappel des ressources d'aide et des messages de prévention.»
- ✗ **À éviter:** «Une collégienne en Grade 12 se serait suicidée en raison de harcèlement scolaire.»
- ✓ **À favoriser:** «Décès d'une collégienne : la complexité de la souffrance des jeunes et les structures d'aide »
- ✗ **À éviter:** «Un jeune homme de 22 ans a tenté de se suicider en ingérant une forte dose de médicaments après une dispute avec sa petite amie.»
- ✓ **À favoriser:** «Le suicide: promouvoir les habiletés psychosociales pour aider à faire face aux difficultés de la vie.»

Encadré : Ressources et messages d'espoir.

Ex :

- Tu n'es pas seul.e.
- Parle-en à quelqu'un.
- Parler peut aider.
- Écouter avec empathie, c'est déjà aider.
- Tu as de la valeur.
- Ta vie est précieuse.
- Ce n'est pas être faible que de demander de l'aide. C'est être humain.
- Tu traverses une période difficile. Tu as parfois des pensées suicidaires. Tu n'es pas seul.e. Parles-en à quelqu'un de confiance.
- Befrienders Mauritius : 800 93 93.
- Lifeplus : 188.
- SAMU : 114 (urgence médicale)

Konekte: 54508888 pour prendre RV avec un.e professionnel.le selon les disponibilités.

Frequently Asked Questions

- **Peut-on nommer le suicide ?** Oui, avec prudence et contexte ; privilégier des titres neutres.
- **Peut-on publier des données ?** Oui, selon des sources fiables, sans simplifier, incluant des messages d'aide.
- **Cas des personnalités publiques ?** Redoubler de prudence : pas de méthode, pas d'emphase sur la célébrité ; ajouter un encadré avec des axes d'aide et éléments éducatifs.

konekte

Le Thabor, 6 Rue Balfour, Beau-Bassin, 71503, Ile Maurice |
Téléphone: 460 2919 | email: info @konekte.mu.

1. https://www.who.int/images/default-source/departments/mental-health-2/suicide/responsible-reporting-on-suicide.jpeg?sfvrsn=3a9fa398_4

2. <https://www.youtube.com/watch?v=f5KjsBfXLdA>

3. https://www.lemonde.fr/societe/article/2024/10/10/sante-mentale-des-jeunes-psychiatres-militent-contre-la-stigmatisation_6347943_3224.html?utm_source=chatgpt.com

4. OMS ,2023. Preventing suicide: a resource for media professionals.

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240076846>