

Les personnes en crise suicidaire doivent être accompagnées pour traverser cette crise sanitaire

Avec prudence, et tout en rappelant que le suicide est toujours multifactoriel, le Centre de Prévention du Suicide a conclu lors de son premier bilan que la crise sanitaire amplifiait le processus de la crise suicidaire.

Pour ce [deuxième bilan](#), il attire l'attention sur le besoin des personnes en crise suicidaire d'être accompagnées pour traverser la crise sanitaire. La collectivité a également un rôle à jouer en écoutant la détresse sans la juger et en relayant vers les ressources appropriées.

De manière générale, une crise est censée être aiguë avec un début et une fin. Celle que nous vivons s'inscrit dans la durée et se chronicise. Cette deuxième vague du COVID-19 nous demande donc d'être encore plus attentif à la santé mentale des citoyens car elle s'inscrit dans **un contexte où les ressources psychologiques individuelles et collectives sont déjà entamées.**

Pour les personnes en crise suicidaire, cela peut être comme la goutte d'eau qui fait déborder le vase :

Les personnes en crise suicidaire ont la sensation d'avoir utilisé plusieurs options qui n'ont pas fonctionné et se trouvent dès lors à court de ressources.

La crise sanitaire – et plus particulièrement cette deuxième vague – donne l'impression que l'environnement qui les entoure n'est plus rassurant et fiable.

Ce sentiment d'être à la dérive crée une perte de repères et de sens, ce qui constitue un terrain propice à la destructivité. Ainsi, la crise sanitaire - et plus particulièrement cette deuxième vague - ne va pas générer à elle seule un processus suicidaire, mais peut en constituer un élément déclenchant.

Constatations au Centre de Prévention du Suicide :

➤ Ligne d'écoute : 0800 32 123 :

- Activité importante sur la ligne avec manifestation de souffrance et d'isolement de la part des appelants.
- Près de 10% des appels sur la ligne d'écoute en octobre mentionnent directement le COVID-19. Ce chiffre est en réalité une sous-estimation. De nombreux bénévoles évoquent le fait que la crise sanitaire impacte directement les appelants mais que ces appelants, par habitude ou usure, ne référencent plus le COVID directement.

➤ Consultations

La CIPC (Cellule d'Intervention Psychologique de Crise - spécialisée dans l'accompagnement de la crise suicidaire) et la Cellule d'accompagnement du deuil après suicide **ont vu leur activité augmenter de manière significative cette année en comparaison à l'année 2019.**

Si ces activités se poursuivent avec la même intensité jusque fin décembre, on peut alors parler d'une :

- **Augmentation de 50% des consultations pour l'accompagnement de la crise suicidaire ;**
- Augmentation de 29% des consultations pour l'accompagnement du deuil après suicide.

➤ **Sollicitations extérieures**

Le CPS a reçu plusieurs demandes de formation et supervision venant d'équipes qui sont de plus en plus confrontées sur le terrain aux comportements suicidaires des publics qu'elles accompagnent.

Il est également intervenu à 3 reprises en 3 semaines auprès d'équipes endeuillées par suicide. Nous sommes attentifs à vérifier s'il s'agit d'actes isolés ou d'une tendance qui malheureusement s'instaure.

Ensemble, reconstruisons du sens :

Comment voir dans cette crise une opportunité de transformation quand on ne croit plus à l'avenir ? Au Centre de Prévention du Suicide, nous pensons que **c'est le lien à l'autre qui permet aux personnes suicidaires de retrouver du sens.**

Si une personne ne croit plus en l'avenir, si elle est en perte de sens, si le désespoir la gagne..., nous pensons qu'une personne significative - tel qu'un écoutant bénévole ou un psychologue - peut aider à faire renaître l'espoir et à l'entretenir le temps que la personne puisse se réapproprier cette capacité et ainsi traverser constructivement la crise.

S'il n'y a pas de solution miracle, il existe toujours la possibilité de trouver une issue favorable. Les appelants et patients remercient d'ailleurs parfois nos bénévoles et psychologues d'avoir "*marché dans la boue avec eux*". Ils apprécient qu'on ait écouté leur détresse sans s'en détourner.

La collectivité a donc un rôle extrêmement important à jouer : elle peut être attentive aux signes de détresse exprimés par les personnes qui sont en crise et prendre contact avec ceux qui sont isolés ou qui ne donnent plus de nouvelles. Elle peut aussi écouter la détresse sans la juger et relayer vers les ressources appropriées.

Ces ressources sont primordiales en temps de crise : les transmettre est à la portée de chacun et chacune.

Ensemble, prévenons le suicide !

*

CONTACT PRESSE – Centre de Prévention du Suicide :

Déborah Deseck (Chargée de Communication)

Tel : 0470 057 407

Email : deborah.deseck@preventionsuicide.be

Rue Gachard, 88 - 1050 Bruxelles
cps@preventionsuicide.be
Ligne Prévention Suicide : 0800 32 123

Site : www.preventionsuicide.be
Facebook :
www.facebook.com/centredepreventiondusucide
Twitter : <https://twitter.com/suicidebelgique>