

Publié le 03 novembre 2011 à 05h00 | Mis à jour à 06h32

## Prévention sur le web: le Québec est en retard



Parler de suicide est encore tabou pour bien des gens, qui craignent de passer pour fous ou de se mettre à sangloter. Écrire leur permet de surmonter leur gêne, explique Golan Shahar, professeur de psychologie à l'Université Ben-Gurion.



**Marie-Claude Malboeuf**  
La Presse

D'après les experts, le Québec doit se dépêcher d'utiliser le web pour contrer la promotion du suicide. Courriels, textos, chat, forums de discussion: dans certains pays, différentes formes d'aide électronique sont offertes depuis déjà plusieurs années.

«On n'a plus le choix: on vit dans une société où les gens prennent de moins en moins le téléphone, surtout les jeunes, expose le chercheur Brian Mishara. Des gens ont déjà envoyé un texto alors qu'ils s'apprêtaient à sauter d'un pont et ont renoncé à le faire après quelques échanges. Ça semble avoir sauvé des vies.»

Là où l'aide en ligne est offerte, le nombre de messages reçus peut atteindre plusieurs centaines de milliers par année. Et les gens se révèlent proportionnellement plus nombreux à dévoiler leurs idées suicidaires par écrit qu'au téléphone, constatent les Samaritans, en Irlande, et l'Association de premiers soins émotionnels (ERAN), en Israël.

«Les gens s'ouvrent vraiment beaucoup plus, et plus vite, par écrit», confirme Rory Butler, fondateur de l'organisme pancanadien Your Life Counts, qui répond à 2000 courriels par mois.

Parler de suicide est encore tabou pour bien des gens, qui craignent de passer pour fous ou de se mettre à sangloter. Écrire leur permet de surmonter leur gêne, explique Golan Shahar, professeur de psychologie à l'Université Ben-Gurion.

Selon ce chercheur, les forums de discussion modérés par des intervenants sont particulièrement utiles. Ils créent un sentiment d'affiliation d'autant plus précieux que les personnes suicidaires irritent parfois leur entourage lorsqu'elles tentent de vérifier leur vision d'elles-mêmes ou du monde, ce qui les conduit à s'isoler encore plus.

Le Noël dernier, l'Anglaise Simone Back, 42 ans, s'est tuée après avoir annoncé sur Facebook: «J'ai pris tous mes médicaments. Je serai morte bientôt. Au revoir maintenant.» Plusieurs de ses 1048 «amis» ont ensuite laissé 148 commentaires, souvent ironiques. Un seul a suggéré qu'il fallait demander de l'aide. Aucun ne l'a fait.

Au Québec, l'organisme Revivre (1-866-738-4873 ou [revivre@revivre.org](mailto:revivre@revivre.org) (<mailto:revivre@revivre.org>)) offre un forum de discussion aux personnes dépressives, bipolaires ou anxieuses ainsi qu'à leurs proches. «Mais si une personne menace de se suicider, notre modérateur enlève son message. On la joint directement ou on appelle le 911. On n'est pas équipés pour gérer les crises aiguës», explique son directeur, Jean-Rémy Provost.

Pour combler le vide, la ligne téléphonique d'aide Suicide Action Montréal vient de déposer une demande de fonds. Mais elle ne pourra offrir d'aide électronique avant un an ou deux encore. «Il faut d'abord explorer certains enjeux éthiques et technologiques, explique le coordonnateur clinique, Philippe Angers. Nos intervenants doivent parfois envoyer des secours et il est plus difficile de retrouver les gens sur le web.»

**\* Afin d'obtenir de l'aide urgente pour soi ou un proche?: 1-866-APPELLE (1-866 277-3553). Les intervenants qualifiés de Suicide Action répondent jour et nuit, 7 jours par semaine.**

**\* Pour de l'aide à plus long terme?: 514-REVIVRE (738-4873) ou 1-866-REVIVRE (738-4873) ou [revivre@revivre.org](mailto:revivre@revivre.org) (<mailto:revivre@revivre.org>).**

Partager

Recommander

4

0

publicité

### Annonces Google

#### Étudiez en journalisme

Faculté de l'éducation permanente Université de Montréal  
[www.fep.umontreal.ca/journalisme](http://www.fep.umontreal.ca/journalisme)

#### Événement Dodge Canada

Économisez jusqu'à 7 000 \$. Visitez le site Dodge Québec aujourd'hui.  
[Dodge.ca/QuebecOffers](http://Dodge.ca/QuebecOffers)

#### Extreme sport.

Get your copy online of Red Bull's snowboard movie The Art of Flight.  
[itunes.apple.com/TheArtofFlight](http://itunes.apple.com/TheArtofFlight)