



## L'essentiel

### Vaincre les risques psycho-organisationnels – Prévenir le risque suicidaire

D'après l'Institut national de recherche scientifique INRS, un suicide ou une tentative de suicide constitue tout d'abord une situation d'urgence à gérer : il faut en effet éviter une « épidémie » de suicides sur un même lieu de travail. C'est aussi un signal d'alerte sur un possible phénomène de malaise plus largement répandu. La prévention des suicides au travail passe donc par une démarche globale de prévention des risques psychosociaux.

Le rapport de l'Observatoire national du suicide rappelle que plus de 11 000 personnes décèdent chaque année en France par suicide (le suicide est la cause d'un décès sur cinquante) et que près de 200 000 personnes sont prises en charge chaque année par les urgences hospitalières après une tentative de suicide.

<http://www.service-public.fr/actualites/002186.html>



### Dépasser les mythes sur le suicide pour avoir une culture de prévention

<http://www.infosuicide.org/>

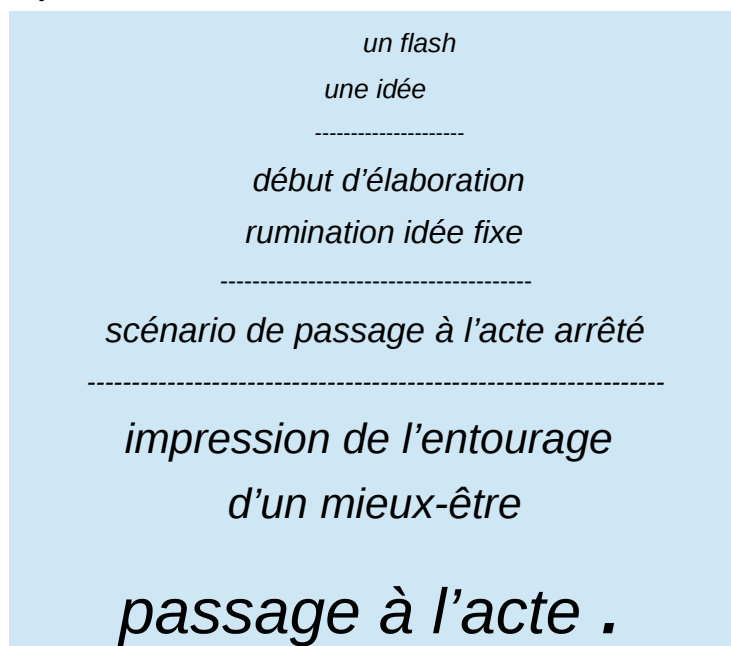
Un certain nombre de mythes circulent à propos du suicide. Ce sont pour la plupart des idées inexactes, de fausses croyances. Ils sont mis en place pour se protéger contre la menace suicidaire parce qu'elle place brutalement la mort au centre du paysage. Les mythes justifient notre façon d'agir, soulagent. Ils servent pour ne pas intervenir, pour nous dégager de toute responsabilité et nous libérer de la situation le plus rapidement possible. Il importe de les démystifier.

### Une étude pilote sur des actifs français de +16ans a déterminé un potentiel de suicides en lien avec le travail :

[http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport\\_ONS\\_2014.pdf](http://www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport_ONS_2014.pdf)

- suicides survenus sur un lieu de travail
- suicides déclarés au titre des accidents du travail
- suicides pour lesquels un lien avec le travail peut être établi par un courrier, des témoignages
- suicides survenus en tenue de travail alors que la victime ne travaillait pas.

### Comprendre le processus suicidaire (selon la sous-direction de l'action sociale de la police nationale)



**Le suicide n'est pas une maladie mentale mais l'expression d'une souffrance.**

### Que faire face à une personne suicidaire?

- Ne pas avoir peur d'en parler -
- en parler, au contraire, permet de dénouer les crises et de proposer des solutions.
- ne pas banaliser les pensées suicidaires – ne pas juger
- ne pas donner de recettes miracles
- ne pas s'engager à donner de fausses espérances
- ne pas prendre seul la responsabilité d'aider la personne suicidaire
- ne pas aller au-delà de ses possibilités d'aide
- s'autoriser au besoin, à aborder cette question
- prendre au sérieux tout propos ou geste suicidaire.

**Et surtout l'encourager à prendre contact avec un service de soutien psychologique ou une structure médicale.**