

Journée mondiale de prévention du suicide: engager la conversation difficile

OTTAWA (le 10 septembre 2016) Aujourd'hui, l'Association canadienne de counseling et de psychothérapie (ACCP) souligne la Journée mondiale de prévention du suicide. Cette journée reconnaît l'engagement de nombreux organismes et communautés qui oeuvrent à la sensibilisation du suicide ainsi qu'à sa prévention.

D'après l'Organisation mondiale de la Santé, environ 4 000 Canadiens meurent par suicide chaque année, ce qui en fait la neuvième cause de décès la plus importante chez les Canadiens.ⁱ De plus, le suicide touche les groupes les plus vulnérables de la société de manière disproportionnée : les populations autochtones, les personnes lesbiennes, gaies, bisexuelles, transgenres, intersexuelles ou en questionnement (LGBTIQ), les réfugiés et les immigrants.ⁱⁱ Les jeunes des Premières nations meurent par suicide environ cinq à six fois plus souvent que les jeunes non autochtones. De plus, les taux de suicide chez les jeunes Inuit comptent parmi les plus élevés au monde, soit 11 fois le taux moyen national.ⁱⁱⁱ

« Le suicide est un problème de santé publique sur lequel il faut se pencher tout comme n'importe quel autre problème de santé, explique Dre Natasha Caverley, présidente de l'ACCP. Le phénomène touche un grand nombre d'entre nous : les suicides et les tentatives de suicide ont une incidence émotionnelle profonde sur les familles, les amis et au sein des communautés des individus qui ont effectué une tentative ou se sont enlevés la vie. »

Chaque année, le 10 septembre, de nombreuses personnes apportent leur soutien à la Journée mondiale de prévention du suicide en faisant le point avec leurs proches et en abordant le sujet de la santé mentale. L'Association internationale pour la prévention du suicide (AIPS) fournit des ressources précieuses qui permettent de mieux naviguer cette conversation qui est par nature très difficile.

« La communication est essentielle, poursuit Caverley. Si nous voulons éliminer les mythes liés au suicide et réduire la stigmatisation qui l'entoure, nous allons devoir en parler. Il faut d'abord se concentrer sur la mise à disposition de bonnes ressources aux personnes qui souhaitent engager la conversation difficile avec quelqu'un pour qui ils s'inquiètent, et d'ensuite les mettre en contact avec le bon conseiller ou psychothérapeute. »

Pour obtenir de l'aide professionnelle, rendez-vous au www.ccpa-accp.ca/fr, où vous pourrez trouver un conseiller(ère) canadien(ne) certifié(e) (CCC) dans votre région. Les membres du public peuvent également obtenir des renseignements clairs et fiables au sujet de la profession du counseling et de la psychothérapie en visitant le site grand public de l'ACCP, <http://talkingcanhelp.ca/fr/>. Si vous ou quelqu'un que vous connaissez êtes en danger immédiat, faites le 9-1-1, ou téléphonez à votre centre de crise local pour obtenir des renseignements.

L'Association canadienne de counseling et de psychothérapie (ACCP) est une association nationale bilingue, qui offre aux conseillers et psychothérapeutes professionnels l'accès à des programmes de formation exclusifs, des possibilités de certification et de perfectionnement professionnel, ainsi qu'un contact direct avec des collègues professionnels et avec des groupes de spécialité. L'ACCP fait la promotion de la profession et de ses contributions à la santé mentale et au bien-être de tous les Canadiens.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires, veuillez communiquer avec :

Charlotte Webber

Téléphone : 613-233-8906

Courriel : ccpa@impactcanada.com

ⁱ Statistique Canada. *Principales causes de décès, selon le sexe*. 2012.

ⁱⁱ Organisation mondiale de la Santé. http://www.who.int/mental_health/management/depression/fr/

ⁱⁱⁱ CAMH Statistiques sur la santé mentale et les dépendances (en anglais seulement).

Santé Canada. Santé des Premières nations et des Inuits – Santé mentale et bien-être. 2015.