

## Conduite à tenir face à un collègue aux propos suicidaires

### Points-clés

1. Entendre de quelqu'un, ne serait-ce qu'une seule fois, des références au suicide, même d'autrui, même sur le ton de la plaisanterie (par exemple : « *S'il m'arrivait la même chose qu'à X, eh bien à sa place, je sais quoi faire pour ne pas me rater !* ») est un **signe d'alerte à toujours prendre au sérieux**.
2. **80% des suicidés ont, d'une manière ou d'une autre, exprimé leur souffrance et leur intention dans les semaines précédant leur passage à l'acte sans qu'on en ait saisi la portée.**
3. Le suicide est **l'aboutissement d'un long et douloureux processus** dont le sujet ne trouve sa libération que dans sa décision de passer à l'acte. La décision prise, **une apparente et trompeuse sérénité précède souvent le raptus**, privant l'entourage de raisons et de moyens d'agir.
4. **L'empathie et le soutien social au travail, sont le meilleur moyen de briser le silence** de la douleur avant qu'elle ne soit devenue insupportable.
5. **Les mots, le silence aussi, peuvent tuer...**
6. **Suicide Info Service : 01 45 39 40 00**

[Pour visualiser et imprimer la fiche complète, cliquez ici](#)