

# Manifestations associées au suicide chez un enfant de 5 à 13 ans

Extrait du Guide de soutien pour intervenir auprès des enfants de 5 à 13 ans à risque suicidaire du gouvernement du Québec-2021

## TYPE DE MANIFESTATIONS ASSOCIÉES AU SUICIDE

## EXEMPLES

### Pensées

- Penser à sa propre mort lorsqu'on est triste.
- Penser à cacher un couteau dans sa chambre.
- Avoir des images ou des pensées récurrentes concernant la mort ou le suicide.
- Penser à la réaction des proches si on était mort ou disparu.

### Communications verbales directes

« Je veux mourir »; « Je veux me suicider »; « J'ai des pensées noires »;  
« Ce serait mieux si j'étais mort ».

### Communications verbales indirectes

« Je veux rejoindre ma grand-mère au cimetière »; « Vous seriez mieux sans moi »; « Je veux partir loin et ne pas revenir »; « Je veux aller avec les oiseaux »; « Je veux faire comme... (la personne qui s'est suicidée) ».

### Communications directes ou indirectes par texto ou par les médias sociaux

- Sous forme de phrases (affirmations, questions), d'images, de J'aime (Like) sur des publications parlant de la mort ou du suicide sur les réseaux sociaux, etc.

### Communications non verbales

- Dessins représentant un acte violent ou un geste suicidaire, des cercueils, la souffrance, des objets pour se suicider.
- Mimes : s'étrangler, se couper.

### Comportements autoagressifs sans blessure

- Essayer de s'enfoncer un objet non coupant (ex. : une branche) à travers la peau (ex. : dans le ventre, le bras ou la jambe).
- Avaler des pilules ou des substances non toxiques (sans connaître le niveau de danger).
- Essayer de s'étrangler avec ses mains ou de retenir sa respiration.

### Comportements autoagressifs avec risque de blessures ou de décès

- Avaler des pilules ou des substances ayant un potentiel toxique (drogues).
- Se blesser avec un objet coupant.
- S'étrangler ou se pendre avec une ceinture, une serviette ou une corde.
- Sauter d'une fenêtre ou d'un endroit élevé.
- Se jeter devant un véhicule.
- Sauter à l'eau (sans savoir nager).
- Traverser la rue à un feu rouge.

### Indices associés aux MAAS

Ces indices peuvent aider à repérer un enfant à risque qui n'exprime pas verbalement sa détresse et ses idéations suicidaires.

- **Comportementaux** : changements de comportement (pire ou mieux), agitation, consommation de substances, augmentation des comportements compulsifs, isolement, demande d'aide accrue, absentéisme.
- **Émotionnels** : humeur changeante, manifestations de tristesse, de colère ou d'irritabilité, inquiétude accrue face à des événements à venir, anxiété, agressivité accrue, insatisfaction, déception, peurs ou insécurité face à une situation, sentiment d'incompétence.
- **Indiquant des signes de désespoir** : discours négatif face à l'avenir, découragement, dévalorisation de soi, refus de prendre sa médication, refus du suivi ou absence aux rendez-vous de suivi, refus de l'aide offerte.
- **Sur le plan neuro-végétatif** : dégradation du sommeil, de l'appétit ou du niveau d'énergie.
- **Somatiques** : apparition ou aggravation de troubles physiques, maux de dos, maux de tête, maux de ventre, etc.
- **Cognitifs** : confusion, difficultés de concentration, indécision.
- **Psychiatriques** : augmentation des symptômes.
- **Relatifs à des pertes d'acquis et à des difficultés d'adaptation dans la situation actuelle** : stagnation ou régression