



Enjeux et défis en prévention du suicide sur Internet **Issues and Challenges in Internet Suicide Prevention**

Brian L. Mishara, Ph.D.

Directeur, Centre de recherche et d'intervention sur le suicide et l'euthanasie(CRISE)

Professeur, Département de psychologie

9^e Institut d'été du CRISE **9th CRISE Summer Institute**

Montréal, jeudi le 31 mai 2012 **Thursday, May 31, 2012**

www.crise.ca

mishara.brian@uqam.ca



Contexte Context

1

- En septembre 2012, Tyler Clemente, étudiant à l'Université Rutgers au New Jersey, saute du pont George Washington après que son colocataire l'ait filmé lors d'une rencontre sexuelle avec un autre homme. Clemente raconte ses intentions suicidaires sur Facebook. Juste avant de sauter, il a ajouté: "Je saute du pont GW. Désolé." *In September, 2012, Tyler Clemente, an undergraduate student at Rutgers University, in New Jersey, jumped from the George Washington Bridge after his roommate filmed him having sexual relations with another man. He posted his suicide plans on Facebook. Just before jumping he posted: « Jumping from GW bridge. Sorry. »*



Contexte Context

2

- À Noël en 2010, une femme en Angleterre, qui avait 1082 amis sur Facebook a posté le message: "J'ai pris toutes mes pilules, je serai morte bientôt, donc au revoir tout le monde". Un grand nombre d'amis ne l'ont pas cru, l'ont traité de menteuse et personne n'a signalé sa tentative. Elle est morte.

On Christmas Day in 2010, a woman in England, who had 1082 friends on Facebook, posted this message: « I just took my pills, I'll be dead soon, so goodbye everyone. » Many friends did not believe her, some called her a liar and noone reported her suicide attempt. She died.



Contexte Context

3

- Message par courriel ou par texte parmi le plus de 150 000 messages reçus chaque année aux Samaritans RU : "J'en ai marre, je ne peux plus vivre". *One of the over 150,000 messages received each year by email and text by Samaritans, UK: « I've had enough, I can't continue living. »*
- Message sur forum de discussion sur le suicide. *Discussion group message:*
 - Jacques (16 ans *16 years old*): "Tout le monde serait mieux si je disparaissais". *« Everyone would be better off if I were dead. »*
 - Sylvie (dit « 16 ans » mais vraiment homme de 50 ans *says « age 16 » but really is a 50 year old man*) : "Le suicide n'est pas si difficile. Suis ce lien pour savoir comment le faire facilement, sans douleurs et tu ne rateras pas ton coup. Je vais le faire; je le ferai en même temps que toi". *« Suicide is not very difficult. Follow this link to see how to kill yourself easily, painlessly and you won't mess up. I'm going to kill myself too; I'll do it with you. »*

La diversité des internautes (catégories pas mutuellement exclusives) 1

Variety of Internet Users (not mutually exclusive) 1



- Personnes curieuses sans potentiel suicidaire significatif **People who are curious, but without significant risk of suicide**
- Personnes présentant un potentiel faible: déprimées, en situation de crise **People at low risk: depressed or in a crisis situation**
- Potentiel suicidaire moyen (le risque peut augmenter ou diminuer dépendamment des expériences sur Internet) **People with moderate suicide risk (risk may increase or decrease depending upon their online experiences)**
- À risque élevé, qui cherchent **High risk, who are looking for:**
 - Méthode pour le faire **A method to commit suicide**
 - Encouragement et soutien pour passer à l'acte **Encouragement and support to proceed with an attempt**
 - Aide pour changer d'avis **Help to change my mind**



La diversité des internautes (catégories pas mutuellement exclusives) 2

Variety of Internet Users (not mutually exclusive) 2

- Personnes en tentative **people in the process of attempting suicide:**
 - Communication vidéo en direct **Realtime video**
 - Message posté sur Facebook, forums de discussion ou autres média social **Message posted on Facebook, discussion groups or other social media**
 - Courriel envoyé aux centres de crise ou CPS **Email to crisis or suicide prevention centre**
 - Lettre d'adieu envoyée aux amis ou postée **Farewell note to friends or posted**
- Proches (tierces personnes) qui craignent ou sont au courant qu'un ami risque de passer à l'acte **Friends and relatives who worry about or know of a suicidal person**
- Personne endeuillée par suicide ("survivors") **Survivors – persons bereaved by suicide**
- Prédateur qui incite les autres à se suicider **A predator who encourages others to commit suicide**
- Plusieurs sont aussi **Some are also:**
 - Personne présentant des troubles mentaux graves – pas en contact avec la réalité **People with serious mental health problems –who may have lost reality contact**
 - Personne intoxiquée (alcool ou drogue) **People who are intoxicated (alcohol or drugs).**



Ce que les internautes cherchent

What Internet Users are Looking For

- Information :
 - Sur la prévention du suicide **On suicide prevention**
 - Sur le suicide **About suicide**
 - Sur la résolution de leurs problèmes spécifiques **On how to solve specific problems**
 - Sur la manière d'aider un ami ou un proche **On how to help a friend**
 - Références aux ressources d'aide **Referrals for help**
 - Sur comment se suicider ou pour confirmer leurs intentions suicidaires **On how to commit suicide and to confirm their intentions to end their lives**
 - Sur les moyens de le faire et leur « efficacité » **On methods and how well they work**
 - Justifications pour leur suicide **Justifications for their suicide**
- Soutien **Support** :
 - Pour pouvoir passer à l'acte **To proceed with an attempt**
 - Pour diminuer le risque suicidaire **To lower the risk of their suicide**
- Aide concrète pour résoudre des problèmes **Concrete help to solve their problems:**
 - Psychothérapie en ligne **Psychotherapy over the Internet**
 - Références aux ressources d'aide **Referrals to resources**
 - Intervention de crise en direct **Immediate crisis intervention**
 - Logiciels d'autodiagnostic ou autogestion de leurs problèmes **Programmes for self-diagnosis or self-help**
 - Aide amicale **Befriending**
- Moyen pour glorifier/publiciser/annoncer/justifier leur suicide ou culpabiliser ou dé-culpabiliser les autres **Ways to glorify, publicise, announce or justify their suicide, or make others feel guilty or assuage guilty feelings**
- Partenaires pour se suicider dans un pacte suicidaire **Someone to commit suicide with them**



Types de contacts **Types of contact** 1

- Recherche par mots-clés (par exemple sur Google) **Search using key words (e.g. on Google)**
 - Plus souvent, "méthode suicide" **Most frequently « suicide methods »**
- Clavardage (« chat »)
 - Avec leurs amis **With friends**
 - Avec étrangers **With strangers**
 - Avec services de prévention du suicide **With a suicide prevention organization**
 - Bénévoles **Volunteer**
 - Professionnels **Professionals**
 - Avec organismes qui encouragent le suicide **With organizations who encourage suicide**
- Forums de discussions thématiques (par ex., "suicide", "méthode-suicide", "pendaison") **Discussion groups on specific topics (e.g. On suicide, suicide methods, hanging)**
- Message posté sur Facebook ou autre réseau social **Post on Facebook or other social network**
 - Public **Public**
 - pour "amis" seulement **Only for friends**
- Logiciel d'autogestion des problèmes **Online self-help programme**



Types de contacts **Types of contact** 2

- Cyberthérapie (avec thérapeute humain) **Cybertherapy (with human therapist)**
- Courriels (**email**)
 - aux amis, **to friends**
 - aux services d'aide, **to help providers**
 - aux organismes qui encouragent le suicide **to organizations devoted to encouraging suicide**
 - Aux tierces personnes (ex. prof de l'UQÀM qui étudie le suicide) **To third parties (e.g. a Professor at UQAM who researchers suicide).**
- Visites aux sites commémoratifs pour personnes décédés par suicide **Visits to commemorative sites for people who have died by suicide**
- Visites aux sites qui fournissent l'information (pour ou contre ou neutre) **Visits to sites which provide information (for, against or neutral)**
 - Évaluation du risque suicidaire **To assess suicide risk**
 - Soutien et information **Support and information**
 - Sources de références. **Referrals**
- Contacts initiés par services de prévention du suicide **Contacts initiated by suicide prevention organization**
 - Personnalisé par être humaine **Personalized by a human**
 - Standardisé ou personnalisé par logiciel informatique **Standardized or personalized by a computer programme**
- « Jeux » de suicide **To play a suicide « game »**
- Logiciels de gestions des problèmes, y inclus ruminations suicidaires **Self-help computer programmes, including suicidal ruminations**



La réalité actuelle The current situation

- Sites : moitié-moitié pro et contre suicide (encouragent ou offrent aide), mais premiers 10 + Pro-suicide Half of sites are pro and half against suicide (either encourage or offer help to prevent), but top 10 more encouraging to suicide
- "Suicide methods", le terme le plus cherché sur Google Most frequent « Suicide Methods »
 - Souvent en ajoutant sans douleurs ("painless") et rapide ("quick") Often adding « painless » or « quick »
- Recherches indiquent plus grande révélation de soi sur Internet qu'en face-à-face (McKenna, 2007) Research indicates more self-disclosure on the Internet than face to face
- Réactions aux messages d'intentions suicidaires: 43% indifférence, plaisanterie ou encouragement pour passer à l'acte (Fu, 2011) How people react to suicide threats: 43% ignore, joke or encourage to go ahead (Fu, 2011)
- Pas de contrôle de qualité de l'information ou de l'aide offerte There is no quality control of information or help offered



Les dangers Dangers

- Information sur méthode "acceptable" du suicide augmente le risque de passage à l'acte
When you provide information on « acceptable » methods, attempt risk increases
- Augmentation de l'instabilité émotionnelle, particulièrement chez jeunes et personnes avec troubles mentaux ou sous l'influence d'alcool ou de drogues
Young people, those with mental health problems or intoxicated by alcohol or drugs may be emotionally unstable
- Contagion et imitation du suicide (bien démontré dans les recherches sur les médias)
Contagion and suicide imitation (clearly shown in research on media)
- Pression des pairs ou du groupe pour diminuer l'ambivalence relative au passage à l'acte
Peer pressure or group pressure may decrease ambivalence to proceed with an attempt
- Possibilité de glorification d'un suicide par diffusion sur Internet
Dissemination over the Internet may provide a means for glorifying a suicide
- Risque de mauvaise utilisation d'informations "compromettantes" divulguées sur Internet
There is a risk of inappropriate use of « compromising » information shared on the internet
- Obtention de « fausse » information
False information may be obtained
- Anonymat permet « prédateurs » de faire semblant d'aider, de participer dans pacte, etc.
Anonymity permits « predators » to pretend to help, join a suicide pact, etc.
- Problèmes de sécurité de l'information, l'anonymat et confidentialité d'information
Issues concerning the security of information, anonymity and confidentiality of information

Bénéfices potentiels

Potential Benefits



- Obtention de soutien social par échanges anonymes et non-censurés avec d'autres personnes présentant des problèmes semblables **Anonymous and accepting interactions with someone experiencing similar problems may provide social support**
- Modèles positifs des personnes ayant vécu situation semblable et ayant trouvé des solutions ou raisons de vivre **Positive role models of persons who have experienced similar problems but found solutions and reasons to go on living**
- Diminution du risque si méthode favorisée ne semble pas "bonne" **Risk may be reduced if a preferred method is found to not be « good »**
- Réduction des tabous et des stigmas associés au suicide dans la société **Decreased taboos and stigma associated with suicide in our society**
- Permet d'aborder des sujets "interdits" socialement (pensées suicidaires, deuil par suicide) dans contexte anonyme **Allows for discussing socially « unacceptable » topics (suicidal thoughts, bereavement by suicide) in an anonymous context**
- Sources d'aide par bénévoles et professionnels **Help can be obtained by volunteers and professionals**
- Possibilité d'identification et repérer des personnes à haut risque suicidaire **Potential to identify and find persons at high risk of suicide**
- Efficacité des contacts automatiques informatisés **Automated computer help is cost efficient**



Quelques activités existants

Some current activities

- Google et Yahoo affichent liens avec réseau des CPS aux États-Unis avec numéro de téléphone et lien pour envoyer courriel ou participer à un clavardage ("chat") lorsque quelqu'un cherche "suicide methods" (service existe en anglais mais rien en français) **Google and Yahoo show links to Helplines in the US to call or chat when someone searches for « suicide methods » in English**
- Facebook a mécanisme compliqué: "report story or spam", ensuite, "if the story is abusive, please file a report", ensuite "violence or harmful behavior", ensuite menu qui inclut la possibilité "selfharm" et "suicidal content", ensuite "report suicidal content page" **Facebook has a complicated way to « report story or spam », then « if story is abusive please file a report », then « violence or harmful behavior », then a menu which includes « selfharm » and « suicidal content », the « report suicidal content page »**
 - Ensuite: numéros de téléphone et information pour contacter réseau américain NSPL envoyé à la personne qui l'a posté et NSPL informé **Then: phone and contact information for NSPL sent to person and NSPL informed**
- Australie a interdit l'accès aux sites qui encouragent le suicide ou fournissent informations sur les moyens **In Australia, access to sites that encourage suicide or provide information on means is banned**
- Gamme de services offerts dans plusieurs pays comprenant thérapies cognitives-béaviorales en ligne, clavardages avec intervenants formés, réponses aux courriels, logiciels d'autogestion des préoccupations suicidaires. **Wide range of services offered in different countries, including cognitive behavioural therapy online, chats with trained helpers, replies to emails, self-help programmes for suicidal preoccupations.**
- Services de vérification automatique du bien-être des clients. **Systems to automatically check on the wellbeing of clients.**



Quelques questions de recherche qui ont des implications pratiques Some research questions that have practical implications 1

- 1) Besoin de théories d'intervention justifiées par recherches scientifiques There is a need for theories of intervention which have been validated by scientific research
 - Par ex. e.g. :

Selon les recherches, les communications par écrit ne présentent pas d'indications sociales, ni le ton de voix et expressions visuelles et sont donc interprétées selon la réalité du lecteur, ce qui fait en sorte qu'elles sont perçues comme plus empathiques. Cependant les manuels de formation des intervenants indiquent que c'est plus difficile de communiquer l'empathie par écrit. According to research, written communications lack social information, such as tone of voice and visual expressions, and are thus interpreted according to the reality of the reader. Written communication is thus seen as more empathetic. However, training manuals indicate that empathy is more difficult in written communication.

Qui a raison ? Who is correct?

Quoi faire différemment ? How should help with written communication be different?

Est-ce que ce phénomène explique la vulnérabilité de internautes à être incités à faire des tentative de suicide ? Can this research explain the vulnerability of internet users to be influenced to proceed with a suicide attempt?

Si oui, quoi faire pour contourner cet effet ? If this is the case, how can we decrease this tendency?



Quelques questions de recherche qui ont des implications pratiques **Some research questions that have practical implications** 2

- 2) Est-ce qu'on vraiment a besoin d'intervenants formés pour donner de l'aide par le biais de l'internet, ou est-ce que l'aide par les pairs est aussi bon (ou meilleur) ? **Do we really need trained helpers to give aid over the internet or is peer support just as good (or better)?**



Quelques questions de recherche qui ont des implications pratiques

Some research questions that have practical implications 3

- 3) Selon les recherches, quand il faut deviner si une intervention psychothérapeutique a été donnée par un ordinateur ou par un être humain, en général on pense que l'ordinateur est l'humain et que l'humain est l'ordinateur. Est-ce qu'il existe des avantages aux interventions par les humains au lieu de créer des logiciels de thérapie, d'intervention de crise et d'écoute par ordinateur? **Research has found that when people are asked to say whether psychotherapy over the internet was given by a computer programme or a human, people generally think that the computer is the human and the human is the computer. Is help provided by humans any better than help provided by computer programmes that provide therapy, crisis intervention and listening?**



Questions pour l'avenir de la prévention du suicide sur Internet

Some Questions for the Future of Internet Suicide Preventions

1

- Qui va s'assurer que les ressources d'aide (comme Google et Yahoo) soient affichées pour les personnes qui cherchent de l'info sur le suicide en français ? *Who is going to see to it that resources for help are shown when people search in French using Google, Yahoo and others?*
- Est-ce qu'on doit tenter d'aider les personnes qui montrent sur Internet des signes de risque suicidaire mais qui ne demandent pas directement de l'aide ? Qui va le faire ? *Should we reach out to try to help people who appear suicidal on the internet but do not ask for help? Who is going to do it?*
- Lorsque les nouvelles ressources en prévention du suicide seront disponibles, est-ce qu'on doit limiter l'accès à l'aide aux personnes de la région qui finance les activités ? Comment (AQPS ?) ? *When we offer new suicide prevention resources over the internet, should we limit access to people from the region that finances the activities? How (AQPS) ?*
- Doit-on passer des lois pour contrôler les activités sur Internet qui encouragent ou fournissent des moyens pour se suicider ? *Should we pass laws to control internet activities that encourage suicide or provide information on suicide methods?*



Questions pour l'avenir de la prévention du suicide sur Internet

Some Questions for the Future of Internet Suicide Preventions

2

- Doit-on avoir accès aux informations dont les réseaux sociaux (e.g. Facebook) disposent pour briser la confidentialité et tenter de sauver des vies ? Si oui, dans quelles circonstances ? Quoi faire pour les obtenir ? Par qui ? **Should we have access to information that social networks have about users (e.g. Facebook) and break confidentiality when it is needed to try to save a life? How can we obtain it? Who will do it?**
- Dans un contexte où on ne dispose d'aucune donnée scientifique sur l'efficacité des différentes pratiques d'aide sur Internet, qu'est-ce qu'on doit faire ? Quelles sont les priorités en recherche ? **Since at the present time there is no scientific evidence about which intervention techniques work on the internet, what should we do? What are the research priorities?**
- L'anonymat encourage l'utilisation de l'internet par les personnes vulnérables qui ne contactent pas les autres sources d'aide. Cependant, l'anonymat permet aux « prédateurs » et autres qui veulent provoquer les suicides de falsifier l'information pour attendre leurs objectifs. Quoi faire ? **The anonymity of the internet may encourage vulnerable individuals who do not use other resources to seek help. However, anonymity also allows « predators » and others who want to provoke suicides to use false information to achieve their goals. What should we do?**
- Comment informer les internautes quelles sources d'aide sont bonnes et fiables ? **How can we let internet users know which resources are good and reliable?**



Enjeux et défis en prévention du suicide sur Internet **Issues and Challenges in Internet Suicide Prevention**

Brian L. Mishara, Ph.D.

Directeur, Centre de recherche et d'intervention sur le suicide et l'euthanasie(CRISE)

Professeur, Département de psychologie

9^e Institut d'été du CRISE **9th CRISE Summer Institute**

Montréal, jeudi le 31 mai 2012 **Thursday, May 31, 2012**

www.crise.ca

mishara.brian@uqam.ca