



Défaire le suicidisme : le regard critique du professeur Alexandre Baril

Description

[vc_row type= "full_width"] [vc_column] [vc_column_text] Crédit visuel : Courtoisie

Entrevue réalisée par Joelluc Liandja - Chef du pupitre Sports et Bien-être

La détresse psychologique demeure une triste réalité dans de nombreux milieux, y compris dans les universités. Elle reste toutefois souvent entourée de silence et de stigmatisation. Dans son livre « [Défaire le suicidisme](#) », [Alexandre Baril](#), professeur agrégé à l'Université d'Ottawa (UO), invite à réfléchir à la manière dont la société aborde le suicide. À l'occasion du lancement de la [version européenne de l'ouvrage](#), il explique les concepts clés du suicidisme et partage des idées pour encourager des conversations plus ouvertes et authentiques sur la question.

La Rotonde (LR) : Qu'est-ce qui vous a motivé à écrire « [Défaire le suicidisme](#) » ? S'agissait-il d'une démarche personnelle, militante ou académique ?

Alexandre Baril (AB) : Ce projet se situe à la croisée des trois dimensions. Sur le plan académique, mon objectif consistait à documenter l'histoire et les différentes façons dont le suicide a été conceptualisé. Le livre s'appuie sur un corpus très vaste, comprenant près de 2000 sources, afin d'analyser les approches dominantes et d'explorer d'autres manières de comprendre cette réalité.

Mais il comporte également une dimension politique et sociale. Comme dans d'autres luttes, notamment féministes ou antiracistes, il s'agit de nommer certaines formes d'oppression et de réfléchir collectivement aux expériences vécues par certains groupes. Mon objectif consistait donc à apporter une contribution scientifique et à ouvrir un espace de dialogue sur la façon dont la société aborde la détresse suicidaire.

LR : Vous avez justement introduit le terme « [suicidisme](#) ». Pourquoi la création de ce concept vous semblait-elle importante ?

AB : Pendant longtemps, j'ai constaté qu'aucun concept ne permettait de décrire l'oppression ou la stigmatisation vécue par les personnes suicidaires. Dans d'autres domaines, on utilise des termes se terminant par « -isme » pour désigner des systèmes de discrimination, comme le racisme ou le sexisme.

J'ai donc proposé le terme « suicidisme » afin de nommer l'ensemble des attitudes, des normes et des pratiques qui marginalisent ou réduisent au silence les personnes qui vivent de la détresse suicidaire. Depuis son introduction, le concept lui-même n'a pas tellement changé, mais je l'ai approfondi en le reliant à d'autres idées. Par exemple, je parle de la « contrainte à la vie », c'est-à-dire l'idée selon laquelle la société impose une norme selon laquelle vouloir vivre doit être évident et incontestable. Ces réflexions permettent de mieux comprendre les dynamiques sociales et culturelles qui entourent la question du suicide.

LR : Selon vous, comment les universités pourraient-elles améliorer leur manière d'aborder la question du suicide afin d'éviter les différentes formes de marginalisation ?

AB : Les universités se trouvent souvent prises dans des cadres locaux et institutionnels qui obligent les professionnels à intervenir d'une certaine manière lorsqu'une personne exprime des idées suicidaires. Ces obligations demeurent importantes, mais elles peuvent parfois instaurer un climat de peur.

Certaines personnes hésitent à parler de leur détresse parce qu'elles craignent des conséquences telles que des interventions forcées ou une perte de contrôle sur leur situation. À mon avis, une approche plus humaine et moins stigmatisante pourrait favoriser un climat de confiance. Cela signifie mettre l'accent sur l'écoute, le dialogue et l'accompagnement. Créer des espaces sécuritaires où les étudiants peuvent parler ouvertement pourrait réduire le tabou et favoriser la recherche d'aide.

LR : Vous évoquez également l'idée d'un mouvement « anti-suicidisme ». À quoi pourrait-il ressembler sur un campus universitaire ?

AB : L'idée ne vise absolument pas à encourager le suicide. Au contraire, reconnaître et nommer certaines formes de stigmatisation pourrait contribuer à réduire la détresse. Un mouvement anti-suicidisme pourrait prendre plusieurs formes. Par exemple, il pourrait s'agir de groupes de soutien entre pairs où les personnes peuvent partager leurs expériences dans un espace sécuritaire et parler de leurs difficultés sans craindre immédiatement des interventions institutionnelles.

Les universités rassemblent des populations très diverses (étudiants internationaux, communautés minoritaires, etc.), et il devient nécessaire de favoriser la solidarité entre ces groupes et de créer des espaces de dialogue susceptibles de réduire l'isolement.

LR : Avez-vous rencontré des obstacles dans la publication et la diffusion de votre ouvrage ?

AB : Oui, certains défis se sont présentés. Bien que plusieurs éditeurs aient accueilli le projet positivement, d'autres se montraient moins à l'aise avec l'approche critique du livre. Le sujet du suicide demeure très sensible, et certaines institutions préfèrent éviter les perspectives qui

remettent en question les approches dominantes.

Du côté médiatique, la réception s'est avérée relativement prudente. Peu d'entrevues ont été réalisées depuis la publication du livre. Cette situation montre que la question reste délicate à aborder dans l'espace public. En revanche, dans les milieux académiques et militants, les discussions se sont multipliées. J'ai reçu beaucoup de messages de personnes qui disent se reconnaître dans ces réflexions ou qui souhaitent ouvrir davantage le dialogue.

LR : Pour conclure, quel message aimeriez-vous transmettre aux Étudiant.e.s de l'Université d'Ottawa (U d'O) ?

AB : Je dirais d'abord que la vie étudiante peut se révéler exigeante et stressante, et qu'il demeure normal de traverser des périodes de grande détresse. Beaucoup plus de personnes vivent ces expériences qu'on ne le pense. Le problème, c'est que ces réalités sont encore entourées de tabous. L'un des messages centraux de mon livre consiste donc à souligner l'importance de briser ce silence.

Parler de ses difficultés, chercher du soutien et créer des espaces de solidarité peuvent faire une réelle différence. Personne ne devrait avoir à vivre ces moments seul.e. Favoriser une culture de dialogue et de bienveillance sur les campus contribue grandement au bien-être collectif.

[/vc_column_text][/vc_column][/vc_row]

Date de création

11/03/2026

Auteur

redaction