

La tentative de suicide chez l'adolescent

Introduction

Pour introduire le sujet, voici quelques chiffres:

Suicides dans la catégorie d'âge 15-24 ans		
France	Hommes	Femmes
1970	7,5/100.000 hab.	2,8 /100.000 hab.
1982	13/100.000 hab.	6 /100.000 hab.

Le suicide et la tentative de suicide chez l'enfant et l'adolescent sont des phénomènes très préoccupants dans notre société actuelle, cela pour plusieurs raisons.

- à cause de l'augmentation de la fréquence du geste suicidaire dans la tranche d'âge de la population des 15-24 ans

- à cause de la diminution de la moyenne d'âge des jeunes qui font un suicide ou une tentative de suicide. En effet, il y a 10 ans, la moyenne d'âge des jeunes suicidants se situait aux env. de 16 ans alors qu'aujourd'hui elle est aux alentours de l'âge de 13 ans.

- actuellement la mortalité par suicide est à peu près équivalente à la mortalité par cancer chez les jeunes adolescents.

- Nous assistons beaucoup plus fréquemment à des suicides d'enfants très jeunes, parfois à partir de l'âge de 7 ans.

Devant ce phénomène d'augmentation régulière du nombre de suicides et du nombre de tentatives de suicide chez les jeunes, nous ne pouvons que nous interroger. En effet, la cause de cette augmentation est certainement multifactorielle. En effet, il semble impossible de l'attribuer à des causes essentiellement sociales. Cependant, certains changements de société telles que la déstabilisation de la cellule familiale peuvent probablement avoir une certaine influence sur ce phénomène. Nous ne pouvons, cependant, rien affirmer. En effet, toute étude statistique qui serait nécessaire pour analyser ce type de problème ne peut être faite, car immédiatement court-circuitée par d'autres paramètres que les raisons sociales, qui interviennent d'une manière aussi prépondérante dans le phénomène suicide.

Pour se suicider, les jeunes emploient différents moyens, par ordre de fréquence: la pendaison, les médicaments, l'arme à feu et la noyade.

Il y a actuellement un suicide réussi pour 130 tentatives de suicide chez les jeunes filles et un suicide réussi pour 22 tentatives de suicide chez les jeunes hommes.

Les études qui ont été faites pour essayer de définir la personnalité du jeune suicidant n'ont pas montré de grandes différences entre les personnalités du groupe des jeunes suicidants et ceux du groupe témoin. Les différences que nous avons pu cependant constater concernaient principalement un milieu familial déstabilisé et des relations parents-enfant très médiocres.

Symptômes pré-suicidaires.

La tentative de suicide ne vient jamais comme un coup de tonnerre dans un ciel serein. En effet, il existe toujours des symptômes précurseurs. Le rôle de l'entourage est, là, essentiel dans le repérage de ces petits signes qui montrent que la situation de l'adolescent se dégrade. P. ex., un adolescent qui vient de perdre sa petite amie, dont les parents sont séparés et qui est de plus en plus isolé sur le plan social, réagira bien souvent par un passage à l'acte telle que la tentative de suicide. En effet, devant l'angoisse qui monte, l'adolescent qui se raccrochait encore à la dernière personne susceptible de l'écouter, lâche pied, il a peur de craquer encore plus, il a peur de ne pas tenir le coup et il vit cette rupture comme si tout lui devenait vraiment trop lourd à supporter. C'est comme si dans le précaire équilibre qu'il était arrivé à maintenir autour de lui, le chaînon qui tenait le tout était cassé et comme si l'adolescent se vivait à ce moment là comme cassé lui-même et incapable de faire encore face aux événements qu'il doit affronter. Quand nous parlons avec les parents des jeunes qui ont fait une tentative de suicide, ceux-ci décrivent souvent une modification dans la personnalité de l'adolescent, une dégradation des relations sociales et bien souvent une chute du rendement scolaire. Nous savons aussi que la moitié des adolescents ont parlé à leur médecin traitant d'une manière plus ou moins claire de leurs intentions suicidaires. Tout cela pour dire, que, bien souvent, par différents signaux l'adolescent a tenté de dire à son entourage qu'il ne tenait plus le coup et qu'il allait craquer. Il est donc important, que, si l'entourage de cet adolescent décrit des signes précurseurs, il puisse en parler avec lui, éventuellement même parler avec lui de ses idées suicidaires. En ef-

La moyenne d'âge des jeunes suicidants se situe aujourd'hui aux alentours de 13 ans.

fet, on ne risque pas, comme on le dit parfois, de provoquer un suicide parce qu'on en a parlé avec la personne qui désirait se suicider. Au contraire, parler de suicide et d'idées suicidaires avec l'adolescent lui montre qu'on accepte qu'il puisse avoir ce type d'idées et qu'on accepte d'en discuter: l'adolescent aura ainsi l'impression que sa détresse est comprise et n'est pas sous-estimée

Signification du geste suicidaire.

La tentative de suicide ne doit jamais être minimisée. Elle a parfois pour cause une chose qui peut sembler tellement dérisoire à l'adulte qu'on a tendance à ne pas la prendre en considération. Il est important de se rendre compte que l'adolescent qui fait une tentative de suicide essaie d'exprimer quelque chose qu'il n'a pas pu dire autrement. La tentative de suicide est le seul mode de communication que l'adolescent a trouvé. C'est comme s'il faisait une dernière tentative pour jeter un pont entre lui et les autres, le plus souvent: ses parents.

Devant toute tentative de suicide un signal d'alarme doit se déclencher dans la tête de l'entourage de l'adolescent. Souvent la tentative de suicide est interprétée comme un chantage, en fait c'est l'entourage qui l'interprète ainsi, évitant par là de se remettre lui-même en cause. La tentative de suicide traumatise la famille et les parents de l'adolescent, ils vivent cela comme un moyen de pression. Il est donc important que les parents eux aussi puissent en parler.

L'adolescent suicidaire est souvent un adolescent dont le comportement s'est progressivement et insidieusement modifié. Il est pessimiste, triste, anxieux, rapidement débordé, impatient, souvent sans énergie, il a peu de contacts sociaux, en tout cas, il les a souvent beaucoup diminués dans les moments qui ont précédé le geste suicidaire. Il s'ennuie très vite, il n'arrive pas à s'occuper ou à s'intéresser suffisamment à quelque chose de façon à dépasser les moments de vide qui l'envahissent parfois. Il a souvent abandonné les intérêts qu'il avait, il n'a plus envie de travailler à l'école, n'a plus envie de grandir, de réussir. Ce qui est frappant c'est la manière dont tout lui paraît trop, dont tout lui semble une montagne à escalader. Il n'a plus aucun but, ne désire plus arriver à quoi que ce soit. Ces quelques traits du portrait du jeune potentiellement suicidaire peuvent s'attribuer à un grand nombre d'adolescents actuels. En effet, l'adolescence est une période pendant laquelle, le jeune est souvent dépressif et a beaucoup de difficultés à s'investir dans ce qu'il avait aimé auparavant. Cependant, ce n'est pas parce que le jeune présente le comportement décrit quelques lignes plus haut qu'il va passer à l'acte et qu'il va se suicider. En effet, il faudra bien souvent quelque chose, ou plusieurs choses dans l'entourage de l'adolescent qui feront qu'il ne se sentira plus écouté, soutenu ou compris et que c'est face à cette impression de rejet qu'il finira par se sentir de plus en plus seul et de plus en plus incompris. Sur ce tableau se rajoutera bien souvent un facteur déclenchant, qui peut effectivement appa-

raître minime, mais qui sera "la goutte qui aura fait déborder le vase" à tel point que l'adolescent se sentira vraiment de trop et vraiment incapable de continuer. L'adolescent qui passe à l'acte, qui se suicide ou qui tente de se suicider, est un adolescent qui n'a plus du tout confiance en lui, qui a totalement perdu toute notion de sa propre valeur et qui a l'impression de ne plus devoir exister. Le suicide, la mort sont aussi espérés par lui comme une espèce de voyage, de paradis dans lequel les problèmes n'existeraient plus et où les difficultés ne devraient plus être affrontées. A ce moment là, le geste suicidaire est plutôt un geste pour tenter d'éviter ces problèmes, avec l'idée que de toute façon il ne s'en sortira pas et que donc ce n'est pas la peine de continuer à lutter: il vaut mieux dormir tranquillement et ne plus devoir penser, ne plus devoir bouger.

C. Schmitz



**L'adolescent
qui se suicide
a totalement
perdu toute
notion de sa
propre valeur.**

Récidives

Nous savons

- que 26 % des adolescents de moins de 18 ans qui ont fait une tentative de suicide en avait déjà faite une auparavant.
- qu'il y a 30 à 50% de récidives parmi les adolescents suicidants.
- que 42 % vont récidiver dans les 21 mois après la première tentative de suicide.
- que les récidives sont 3 fois plus meurtrières que les premières tentatives de suicide.

Alors que faire devant un adolescent suicidant?

Il faut d'abord évaluer le risque de récurrence, parler avec le jeune du vécu de sa tentative de suicide p. ex., est-ce qu'il l'a vécue comme un soulagement ou comme un échec?. Il faut essayer d'évaluer les idées suicidaires qui restent, il faut dramatiser ou dédramatiser, suivant les circonstances. Il est important que

les adolescents suicidants soient vus par des spécialistes. Les tentatives de suicides ne doivent jamais être négligées. Il est aussi important qu'un traitement soit mis en place pour l'adolescent et sa famille. L'idéal serait de pouvoir avoir des entretiens familiaux qui permettraient de débloquer la situation entre les parents et l'adolescent et de restaurer une meilleure communication entre eux. Si l'adolescent désire avoir un lieu pour parler à lui tout seul, il faut mettre en place une prise en charge psychothérapique individuelle. Il est important de travailler en commun avec l'adolescent de telle façon que celui-ci se sente responsabilisé par son traitement. Il ne faut surtout jamais oublier que la tentative de suicide est un signal d'alarme, que les jeunes suicidants sont plus susceptibles de récidiver que les autres et que les récidives sont 3 fois plus meurtrières que les premiers gestes suicidaires.

En conclusion, nous dirions donc qu'il est primordial pour l'avenir du jeune suicidant que sa tentative de suicide soit donc reçue comme telle par l'entourage, c'est-à-dire comme un signal désespéré d'être écouté, d'être entendu et d'être compris par celui-ci.

Dr. C. Frisch-Desmarez