

Prévenir le risque suicidaire chez l'enfant et l'adolescent

Le 5 mai 2015, au Battoir de Diesse,

Organisation :

Les Paroisses de La Neuveville et du Plateau, en collaboration avec la Main Tendue

Conférencier :

Jean-Michel Reinert, psychothérapeute répondant de l'Association Cabinet de la Vie



Plan



- | | | |
|----|-------------------------------|---------|
| 1. | Mises en situation | |
| 2. | Introduction et chiffres | 3 - 4 |
| 3. | Facteurs de risque | 5 - 6 |
| 4. | Impasse, estimation du risque | 7 - 9 |
| 5. | Relation d'aide dans la crise | 10 - 11 |
| 6. | Risques augmentés et tabous | 12 - 13 |
| 7. | Entre risque et protection | 14 - 16 |
| 8. | Des stratégies de protection | 17 - 19 |
| 9. | Questions et discussion | 20 |

Pays	Sexe	Taux mortalité par suicide 5-29 ans		
		Tous âges	5 - 14	15 - 29
Allemagne	Tous	13,0	0,3	7,7
	F	6,2	0,2	3,1
	H	20,0	0,3	12,0
Finlande	Tous	16,7	0,3	18,8
	F	8,1	0,1	10,7
	H	25,5	0,5	26,6
France	Tous	15,8	0,6	7,6
	F	7,9	0,5	3,2
	H	24,2	0,6	11,8
Grèce	Tous	4,9	0,1	3,0
	F	1,8	0,0	0,9
	H	8,2	0,1	5,0
Italie	Tous	6,4	0,2	3,4
	F	2,6	0,1	1,3
	H	10,5	0,3	5,4
Suisse	Tous	12,2	0,2	7,6
	F	6,6	0,1	4,4
	H	17,8	0,4	10,8

Quelques chiffres

SUICIDES DES JEUNES

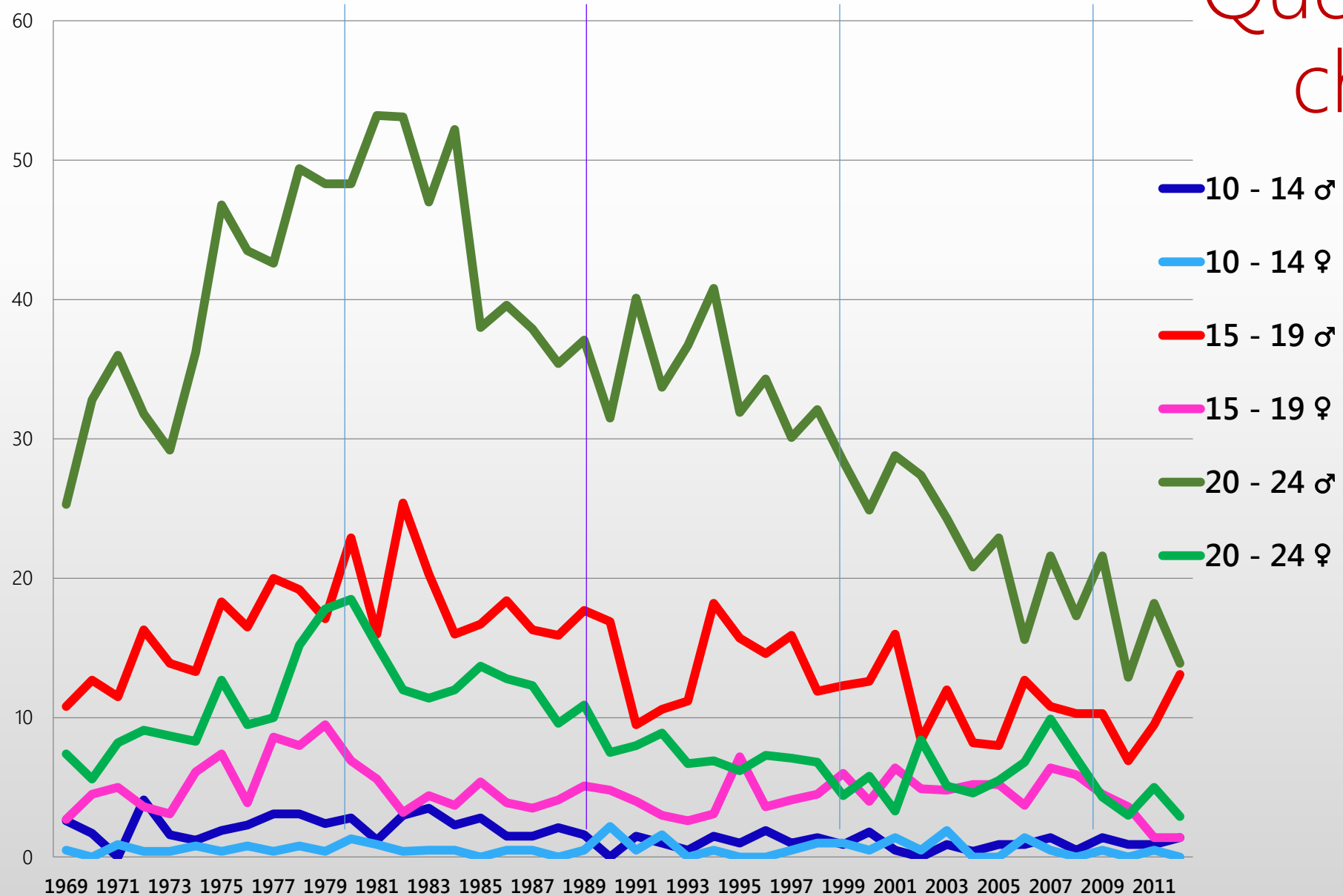
- En Suisse, 1^{ère} cause de décès entre 15 et 24 ans
- En Suisse un jeune se suicide tous les 3 jours
- Dans le monde, 2^{ème} cause de mortalité entre 15 et 29 an
- NB: Dans les pays méditerranéens d'Europe, moins de suicides qu'en Suisse

Taux de mortalité : rapport entre le nombre de décès et le chiffre de la population par classe d'âge dans lieu et espace de temps déterminé

Suicides : 10 - 24 ans, taux mortalité /100'000 hab. 1969 - 2012

Quelques chiffres

Chiffres suisses :
OFS Office fédéral de
la statistique



Enfance et adolescence : facteurs de risques I

Génétique/ Environnement/
Périnatal/ Transgénérationnel

- Attachements insécures, déprivations
- Abus, maltraitements, violences
- Précarité, chômage, dettes, sans domicile
- Dépressions, variations saisonnières

Subir, se résigner, peur,
honte, rage,
impuissance

- Harcèlement, mobbing, humiliation
- Migration, minorités ethniques

- Placement, adoption

Stigmatisation / Discrimination

Exclusion / Exploitation / Fardeau

TS et risque
suicidaire

Enfance et adolescence : facteurs de risques II

Génétique/ Environnement/
Périnatal/ Transgénérationnel

- Tentatives de suicide antérieures
- Suicide proche et/ou exposition
- Fugue, rejet, abandon
- Maladies psychiques, physiques, intrafamiliales

Subir, se résigner, peur,
honte, rage,
impuissance

Stigmatisation / Discrimination

Exclusion / Exploitation / Fardeau

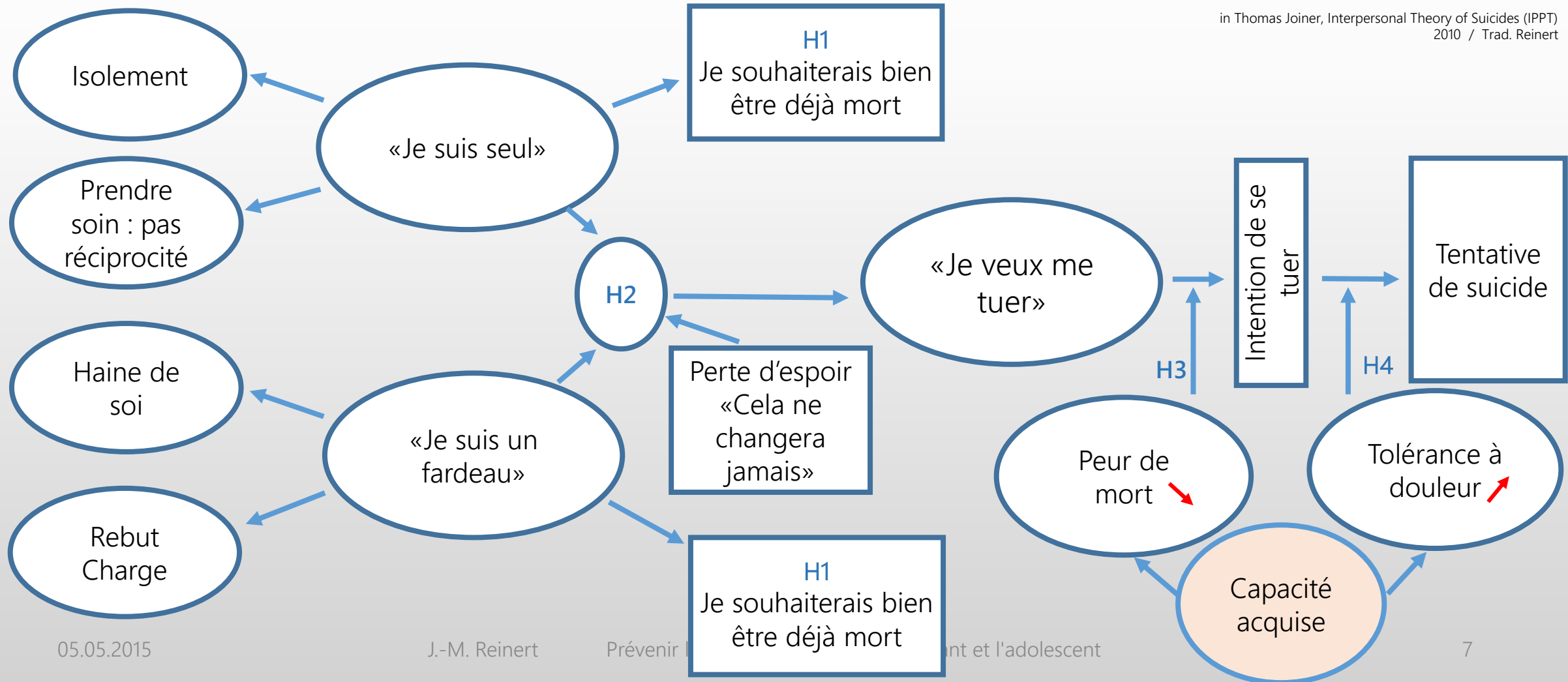
TS et risque
suicidaire

- Orientations sexuelles minoritaires, identités transgenres et intersexes
- Procédures judiciaires / détention
- Ruptures, pertes, deuils, séparations

L'impasse suicidaire I

Rumination d'un scénario de désir de mourir lié souvent à capacité mortelle d'automutilation

in Thomas Joiner, Interpersonal Theory of Suicides (IPT)
2010 / Trad. Reinert



L'impasse suicidaire II

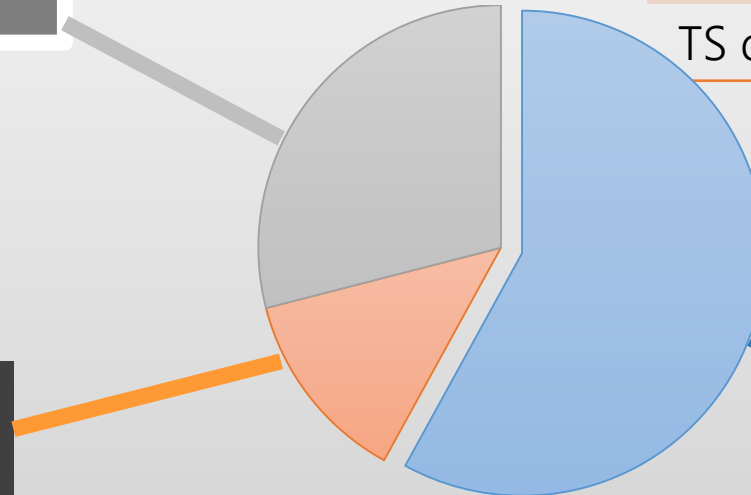
Saving and Empowering Young Lives in Europe (SEYLE)

- Etude sur intervention préventive en milieu scolaire → facteurs et comportement à risque dont le suicide
- 12'395 élèves de 15 ans dans 11 pays européens
- Nouveau : 3 groupes distincts

29% des élèves ont des conduites à risque « silencieuses »



13% des élèves ont très haute fréquence des conduites à risque



58% des élèves ont peu ou très peu des conduites à risque

	29% vs. 13%	
Idéations suicidaires	42,2%	44%
Anxiété	8%	9,2%
Sous seuil dépression	33,2	34
dépression	13,4	14,7
TS	5,9	10,1
TS dans groupe des 58% = 1,7%		

Estimation du risque suicidaire

Risques individuels, familiaux, psychosociaux



Protection

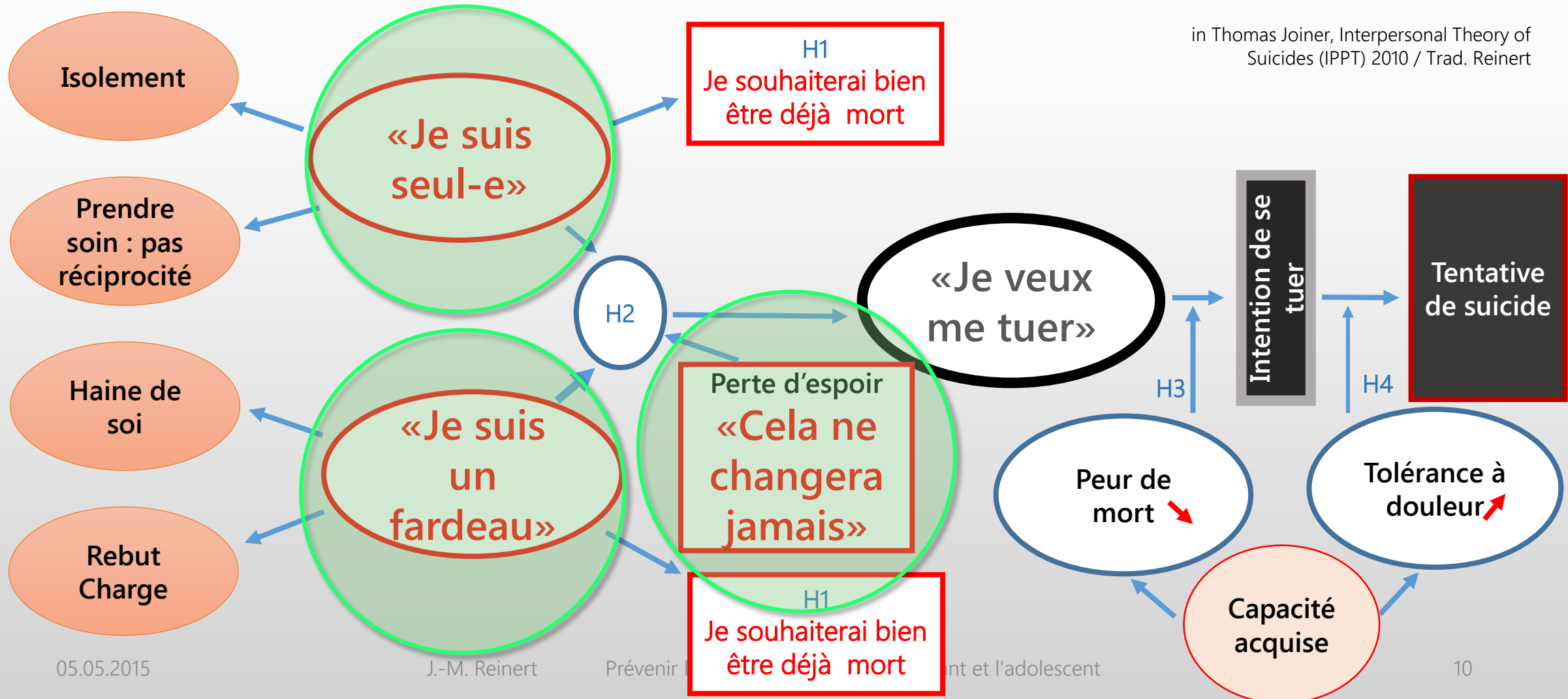
Stratégies adaptatives, liens significatifs

Urgence :

- a) **faible** si pense suicide sans scénario précis
- b) **moyenne** si intention claire
- c) **élevée** si décision prévue (coupé des émotions, immobilisé ou agité, isolé)

Danger :
accessibilité
et létalité
des moyens

Relation d'aide dans la crise I

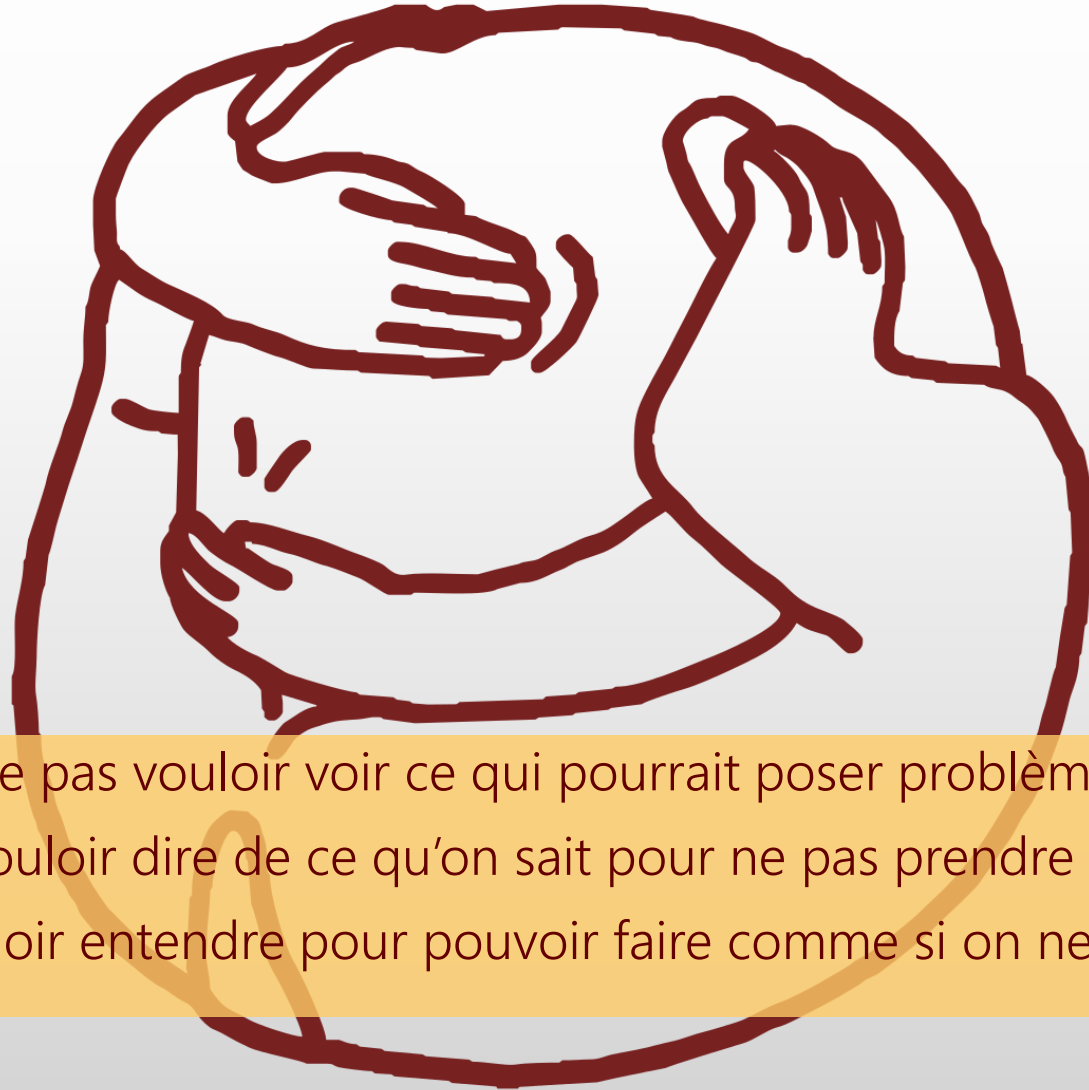


Relation d'aide dans la crise II

- Écoute, bienveillance, non jugement
- Chercher à bien comprendre
- Empathie, valorisation, non-confrontation
- Quels facteurs de protection ?
- Si détresse significative, aborder le risque suicidaire : « As-tu déjà pensé au suicide ...? »
- Si risque, estimation du risque
- Questionner, clarifier
- Convaincre – s'il y a lieu – d'une aide d'urgence : « As-tu déjà pensé à prévenir (ton maître, prof, police, médecin etc. ... ?) »
OU « J'aimerais t'amener chez un médecin, etc. »
- **Ne pas quitter jeunesse désemparée !**

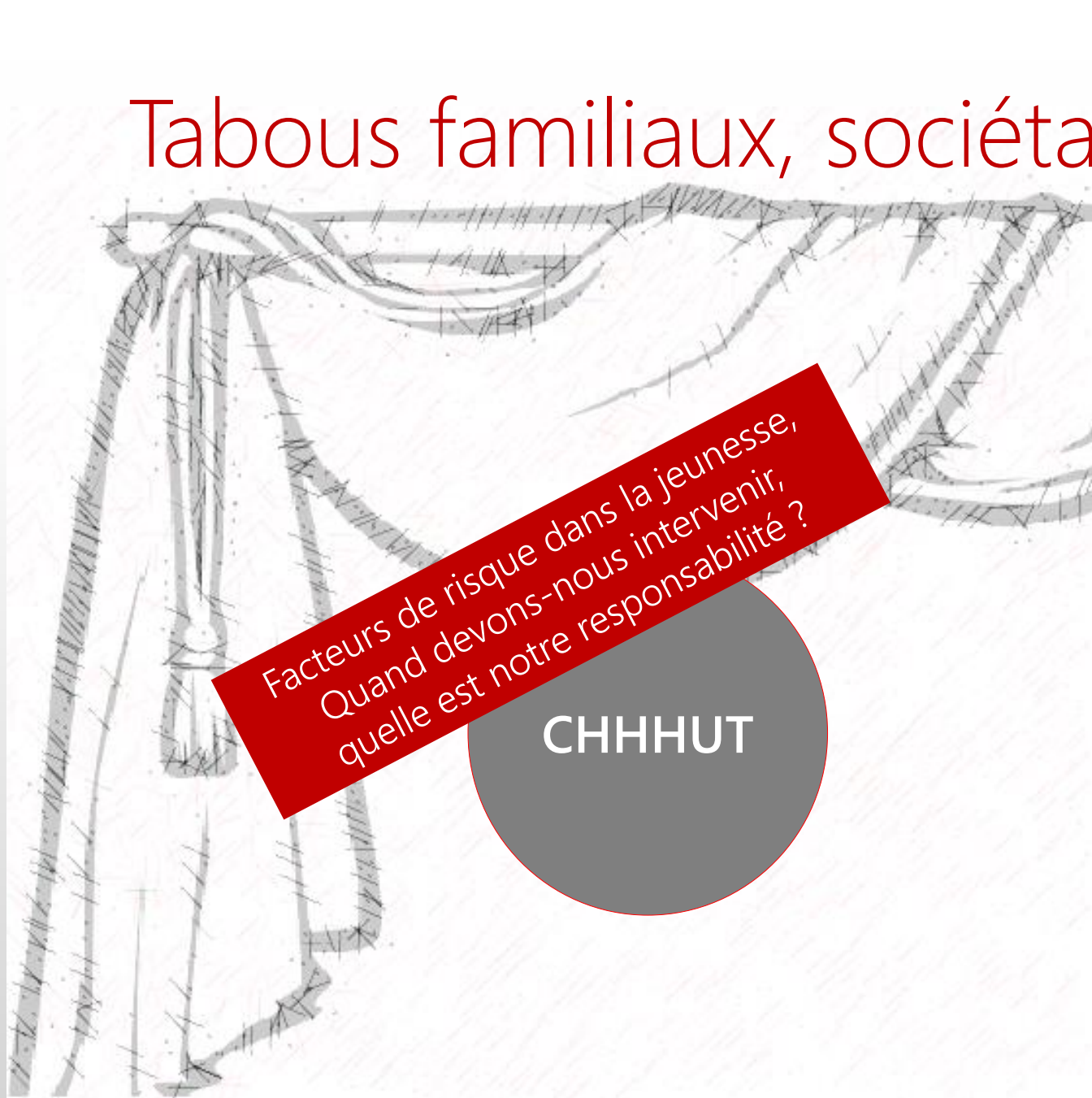


Risques augmentés



Ne pas vouloir voir ce qui pourrait poser problème
Ne rien vouloir dire de ce qu'on sait pour ne pas prendre de risque
Ne pas vouloir entendre pour pouvoir faire comme si on ne savait pas !

Tabous familiaux, sociétaux et risque suicidaire



Facteurs de risque dans la jeunesse,
Quand devons-nous intervenir,
quelle est notre responsabilité ?

CHHHUT

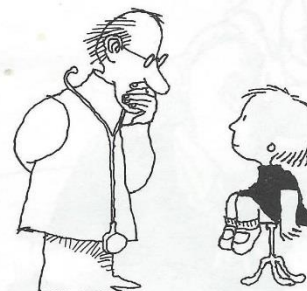
- Dépressions stigmatisées
- Tentatives de suicide
- Secrets de famille
- Maladies psychiatriques
- Orientations sexuelles
- Violences, maltraitances, abus
- Abus de substances et addictions
- Conduites à risque idéologique
- Isolement

Entre risque et protection chez l'enfant

- Rupture(s) et ambivalences avec donneurs de soin
- Stigmatisation, discrimination, exclusion
- Représentations binaires
- Comportements à risque, problématique sous-estimée
- Évaluation du risque suicidaire basé sur clinique de l'adolescent



- Sécurité, disponibilité et amour des parents, bienveillance, bientraitance des donneurs de soins
- Relation dynamique avec l'environnement, apprentissages valorisés. «Mes parents croient en moi»
- Estime de soi favorisée, partage de sentiments, d'émotions, de connaissances
- Droits de l'enfant respectés

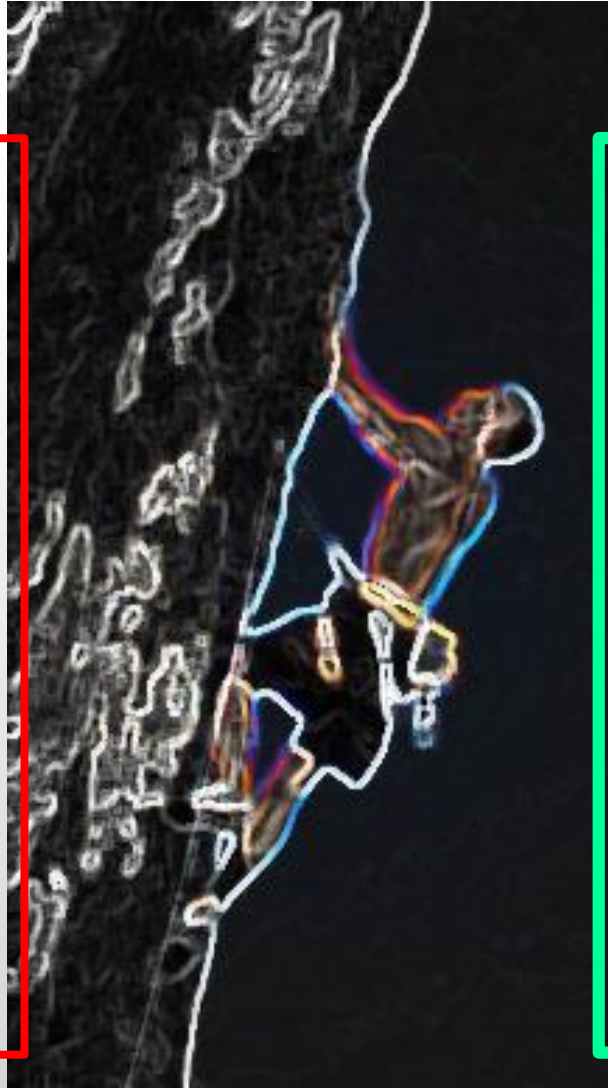


Entre risque et protection chez l'enfant selon Quino



Entre risque et protection chez l'adolescent

- La cause de solitude, de l'isolement, de violences, de prises de risque, de l'addiction
- Risques d'harcèlement, d'humiliation publique, risques sexuels
- Difficultés à accéder aux émotions, impulsivité
- Difficulté à demander de l'aide (plus important chez ♂)
- Cause et honte des pensées suicidaires
- Peur de devenir adulte, de devenir comme les parents

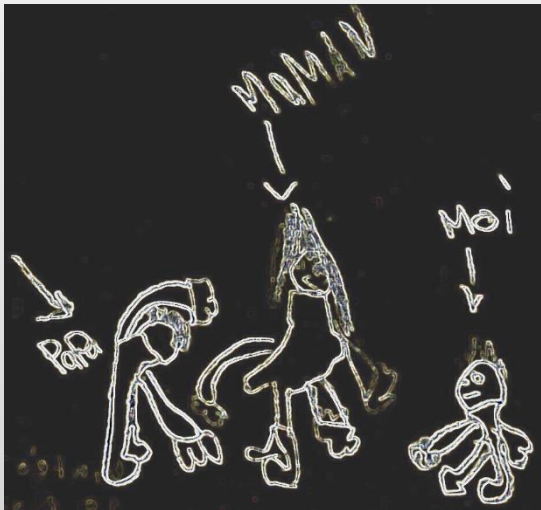


- Sécurité, disponibilité et amour des parents, bienveillance, bientraitance des donneurs de soins
- Relation dynamique avec l'environnement, apprentissages valorisés
- Estime de soi ↗, partage de sentiments, d'émotion de connaissances
- Droits de l'enfant respectés

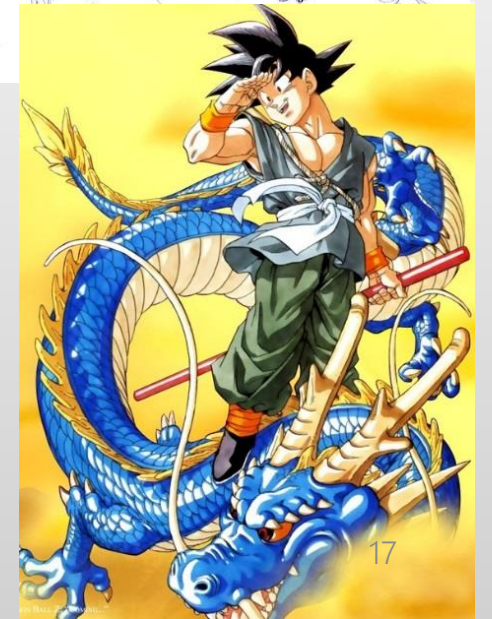
Le couteau contre soi, contre les autres, **avec soi**



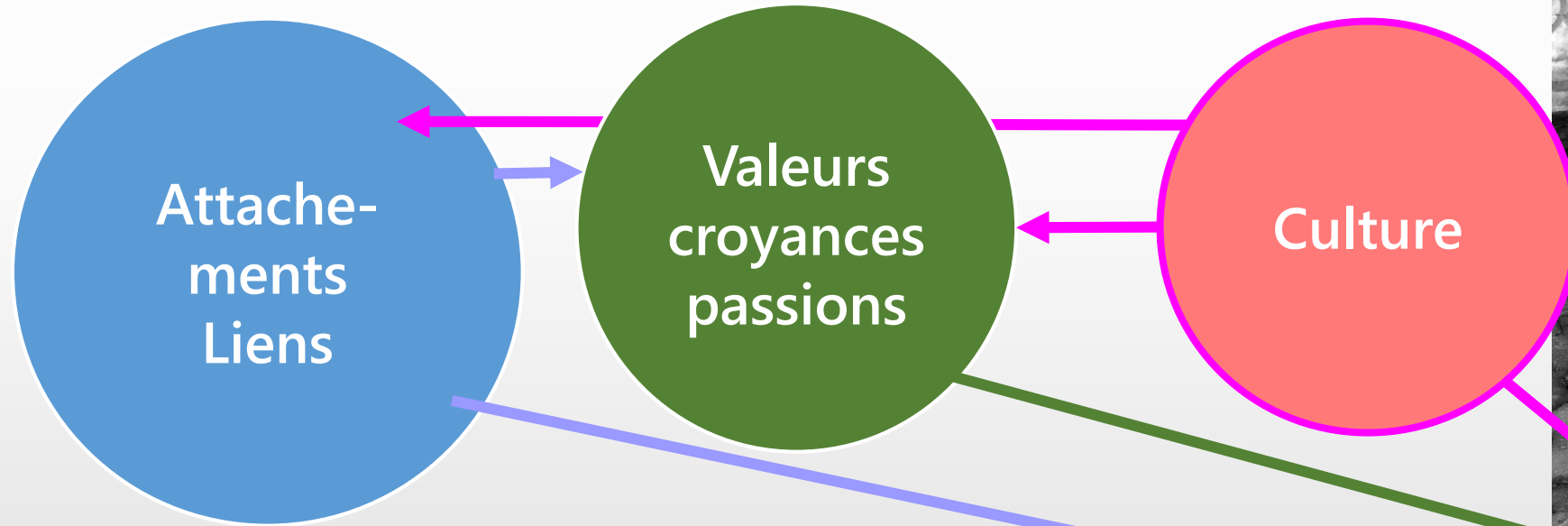
- Subir, se résigner, avoir peur, honte, rage, se maintenir en impuissance, c'est souffrir avec le couteau contre soi et/ou contre les autres



- Négocier, gérer, savoir dire non, faire face, faire des choix, maîtriser, c'est progressivement se libérer de ses entraves, de ces chaînes, c'est gagner en développement, en déploiement



Ce qui peut connecter à soi et aux autres



Concurrencer le désespoir par le positif des attachements, liens, valeurs, croyances, passions autant que la/les culture-s dont on est issu. Cela peut aller au cœur de soi, réveiller des émotions et des hormones, ouvrir à de nouvelles perspectives, à de la résilience



Résumé : facteurs protecteurs jeunesse à risque

Jeunesse

- Liens familiaux et sociaux valorisés
- Savoir demander de l'aide
- Apprentissages à se projeter dans l'avenir
- Apprentissages au dialogue, à la négociation, à la gestion
- Apprendre à mettre en perspective ses échecs, ruptures, savoir tirer profit, construire à côté



Société

- Faciliter l'accès à l'aide
- Garder et favoriser lien social
- Moins de pouvoir, plus de conviction
- Pour une couverture médiatique responsable
- Facteurs de protection des pays méditerranéens
- Limitation aux moyens létaux
- Sentinelles, mentorat

Questions et discussion

jm.reinert@cabinetdelavie.ch

Prévenir le risque suicidaire chez l'enfant

