

LISTE DES QUESTIONS RELATIVES AUX CONDUITES A RISQUES CHEZ LES ADOLESCENTS SUICIDE

- Un ami, un proche vous parle de suicide, comment pouvez-vous réagir ?

Ecouter, ne pas juger, ne pas faire la morale, ne pas chercher à convaincre, ne pas le culpabiliser (d'autres personnes ont de plus graves soucis que toi et ne se plaignent pas »

Rester dans son « rôle » d'écouter et si la personne demande un avis, un conseil, lui répondre : « tu as visiblement besoin d'être aidé par un spécialiste, moi, je ne le suis pas, je peux juste t'écouter, et tu as besoin d'une aide spécialisée ».

Les paroles à éviter : ne pas minimiser les souffrances de la personne, éviter tout ce qui peut être interprété comme de la dévalorisation.

Ne pas rester seul face à cette confiance, en parler avec ses proches pour voir s'ils partagent les mêmes craintes.

Envoyer vers une association ou une personne « relais » ou « sentinelle ».

- Avoir des idées suicidaires, est-ce normal à l'adolescence ?

La période de l'adolescence est une étape importante de plusieurs deuils (cf le livre de JM Petitclerc : Et si on parlait de suicide des jeunes).

Deuil de l'image idéale des parents, deuil de l'image idéale de soi, deuil de l'image idéale des autres, deuil de sa toute-puissance enfantine.

Ce travail ne se fait pas facilement. Le jeune doit « mourir à son enfance » pour entrer dans le monde adulte. Il le fait comme il peut, avec ses moyens, ses expériences, ses fragilités et ses doutes.

La crise suicidaire apparaît plus comme un appel ou une demande de reconnaissance, plutôt que comme une volonté de disparaître.

L'adolescent qui a rencontré une fracture dans ses repères peut s'installer dans des conduites suicidaires, comme par exemple : le décès d'un parent, le divorce des parents, une agression physique, émotionnelle, prise de conscience de son homosexualité, IVG, grossesse non désirée, rater un examen, se savoir atteint par une grave maladie, existence d'un suicide dans son entourage, se retrouver au chômage, vivre un conflit permanent avec un membre de la famille.

Utiliser des phrases de dévalorisation de façon répétitive, dépassant le découragement : « je suis nul, je n'y arriverai jamais, la vie ne vaut rien, ».

- Comment repérer une tendance suicidaire chez l'un de mes élèves ?

Bien sûr il existe une liste de signes avant coureurs.

Toutefois, il faut particulièrement s'inquiéter quand le jeune :

- se débarrasse d'objets qui lui sont particulièrement chers ,
- met de l'ordre dans toutes ses affaires,
- se documente sur les types de médicaments,
- se documente sur les armes, les formes possibles de suicide,
- montre une admiration pour ceux qui sont aller jusqu'au bout de leur geste,

La fugue est également un élément qui n'est pas anodin. Il répond à une pulsion de fuite d'une situation insupportable.

Un seul de ces facteurs n'est pas synonyme d'une tentative de suicide imminente, c'est souvent un faisceau de signes qui indique que le risque potentiel et en train de devenir réel. Mais il n'existe aucune règle en la matière. Il est important que l'information circule entre les adultes qui ont repéré des indices différents, mis en commun permettent de prendre une décision « éclairée ».

- Faut-il parler du suicide aux jeunes ?

- Existe-il un phénomène d'« épidémie » ?

- Un élève vient me parler de ses tendances suicidaires, dois-je en parler à ses parents ?