

ALLO, MAMANBOBO....

Les tentatives de suicide des adolescents

Article paru dans la revue Apertura n°18, Janvier 2001

On peut citer des chiffres, des sondages, des statistiques mais se serait sans doute bien mal rendre compte de ce sujet douloureux que sont les tentatives de suicide chez les adolescents. Chaque tentative a son histoire, elle a aussi son environnement. Pour chaque jeune, ses raisons sont les siennes et ne se confondent pas avec celles des autres; pour chaque famille impliquée, ses questionnements, ses peurs, ses doutes et ses remises en cause. Bref, c'est un des sujets où la douleur de chacun des membres de la famille ne permet pas et n'autorise que peu de généralisations.

C'était en septembre 2000, Marie et ses parents se sont présentés en consultation suite à une ingestion de médicaments de la part de Marie. Quelques minutes avant d'avaler des comprimés trouvés dans la pharmacie familiale, Marie a tenté d'expliquer au travers d'une lettre son geste à ses parents :

" Je sais que tu as tout fait pour m'aider. Tu as très vite compris que j'allais mal, mais je suis un cas désespéré. Je n'ai plus envie de rien, j'ai peur de tout. (...) Tu vois, je me sens trop faible pour me battre et après cette bataille il y en aura d'autres et je pourrai pas le supporter. (...) N'essaie pas de comprendre ce qui s'est passé, même moi je ne le comprends pas. (...) Quelque chose ne marchait pas rond chez moi ."

L'adolescence est une porte qui vous chasse de l'enfance dont il faut faire le deuil, vers une autre porte grande ouverte : le monde des adultes qui est un monde angoissant car on n'en sait pas grand chose à cet âge là, ni comment il fonctionne. **Le plus souvent, c'est l'impossibilité de communiquer** qui caractérise cette étape de la vie : impossibilité de communiquer ses angoisses, questions, inquiétudes, problèmes relationnels, scolaires ... Alors, le seul moyen qui permette d'alerter les proches et/ou de fuir une situation trop chargée d'angoisse c'est un geste conduisant à la tentative de suicide. **Ce ne sont pas toujours les parents qui sont visés mais plutôt un système dans lequel ils se sont enfermés et dont ils ne savent plus comment sortir.** Ils ont des difficultés à communiquer avec leurs parents ,certes, mais avec leurs camarades également, avec leurs professeurs, ils ne savent plus à qui s'adresser. " Je ne voulais plus souffrir, je croyais que c'était la seule solution. J'avais l'impression que de l'autre côté c'était la liberté" (Sébastien).

Certains signes d'alerte peuvent permettre de repérer un adolescent en difficulté :

1) Les troubles de comportement :

- Il ne faut jamais considérer que le comportement d'un jeune qui s'enferme sur lui même est une façon de "frimer". C'est toujours le signe d'une détresse qu'il faut prendre au sérieux.
- Un désinvestissement scolaire, retards, absences répétées...

2) Les troubles "du corps" :

- Jeune qui se sent fatigué avec une fatigue qui dure dans le temps malgré des remontants.

- Troubles du sommeil, nervosité et tout ce qui concerne la consommation de tabac, éventuellement d'alcool, éventuellement de drogue, mais également consommation de médicaments contre la nervosité, l'insomnie.

La tentative de suicide est une atteinte au corps et les jeunes qui ont des idées suicidaires ont, le plus souvent que les autres, plusieurs signes de malaises. Ce sont souvent des jeunes qui consultent les professionnels de santé facilement accessibles (médecin, infirmière scolaire, gynécologue pour les filles) d'où l'importance de l'écoute des symptômes du corps si fréquents parmi les jeunes en difficulté psychologique.

Chez les jeunes filles, l'acte suicidaire est associé à une intolérable idée de souffrance : ce désir "de mourir sans souffrir" les conduit à utiliser des moyens non traumatiques (prise de médicaments). Le fait de mourir "en s'endormant" représente une modalité douce et acceptable en soi.

Pour les garçons, la "masculinité" est souvent mise en jeu d'où le recours à de moyens plus violents (pendaison, défenestration, collision automobile). Ceci explique la surmortalité masculine par suicide.

Pour les parents, intervient en premier lieu la peur de perdre leur enfant bien sûr. Et tout de suite après, les questions : pourquoi ? Que faire afin d'éviter les blocages, les violences verbales et physiques et finalement l'enfermement dans le silence ? Parler? Laisser parler ? Faire parler ?

Une tentative de suicide est très souvent une énigme pour les parents. La pensée qu'un jeune puisse essayer de mettre fin à ses jours est quelque chose d'extêmement déroutant. Mais il n'y a pas de cause univoque. Il s'agit en fait de replacer chaque tentative de suicide dans son contexte familial (divorces, séparation, rupture avec l'un des parents), dans le contexte individuel, dans chaque histoire et, chaque histoire est unique. Certes le jeune se plaint d'un manque de compréhension. **Mais ce manque de compréhension n'est pas nécessairement ressenti par les parents eux-mêmes et c'est plutôt ce décalage là qui est important plutôt que de se dire j'ai fait telle ou telle erreur. C'est moins lié à un comportement qu'à ce décalage dans la perception de la communication entre l'adolescent et ses parents.**

L'adolescence devrait se dérouler normalement avec ses heurts et ses passages à l'acte mais qui doivent rester dans les limites du raisonnable. Toutefois, si le geste a été fait, il faut qu'il serve à reconstruire. Il ne faut surtout pas banaliser une tentative de suicide et résumer les soins à un simple lavage d'estomac en service de réanimation avec un retour "direct" à la maison.

Il n'y a pas de guérison de la crise d'adolescence car ce n'est pas une maladie". Mais parfois certains adolescents dépressifs, isolés, paumés, en conflit avec la famille ont alors besoin de parler de leurs problèmes; les parents étant rarement les meilleurs interlocuteurs; les copains, eux-mêmes débordés par leurs difficultés, offrent, certes, un soutien affectif mais parfois insuffisant pour retrouver équilibre et confort. **Une prise en charge psychologique est fortement recommandée. La prise en charge ne doit pas forcément être lourde. L'aide d'un psychologue peut éviter à l'adolescent l'isolement et l'incompréhension. Les entretiens de soutien ont cet objectif. Ni thérapie, ni psychanalyse ils apportent une aide ponctuelle à l'adolescent à un moment difficile.**

Mais afin d'éviter toute récurrence de la part du jeune, **la famille également a besoin d'être entendue**. Les parents sont extrêmement culpabilisés, extrêmement blessés. L'accompagnement est indispensable pour déculpabiliser la famille et permettre de prendre conscience et de prendre en compte les dimensions particulières de l'adolescent. On ne peut pas travailler avec l'adolescent sans proposer également une écoute de la famille et une tentative de mise en relation entre les parents et leur enfant.