



10 ans de Résiste

Journée d'étude

Suicide aucun âge n'est épargné

12 septembre 2014

Atelier : Repérage précoce des risques de dépression
et de suicide chez les enfants et les jeunes

Francine Richon et Nicole Treyvaud

Résiste

- Création de l'association en 2004 sous l'impulsion de Caritas Suisse et son projet CAPS,
- Soutien de l'ass. jurassienne d'action sociale et le groupement d'action sociale du Jura bernois
- Soutien des SPJBB
- Objectifs :
 - Aide à la prévention par la participation à l'édition de documents conseils
 - Participation à la réduction du taux de tentatives de suicide et de décès par suicide
 - Sensibilisation des autorités et du grand public
 - Soutien de l'entourage proche et élargi

Prévenir le risque suicidaire chez les enfants et les jeunes ?

En vrac, notons tout ce qui vous vient à l'esprit :

- Remarques
- Mots-clés
- Questions
- Etc.

Les statistiques

Les chiffres du suicide en Suisse

Tableau 1. Le suicide des jeunes en Suisse

Nombre de suicides en Suisse en 2011	Hommes	Femmes	Total
Total Suisse	757	277	1034
10-14 ans	2	1	3
15-19 ans	22	3	25
20-24 ans	45	12	57
25-29 ans	37	14	51
Total jeunes: 10-29 ans	106	30	136

Source : OFS

Méthodes de suicide par sexe et par âge

Méthodes de suicide par sexe et petites tranches d'âges. 2009																	
Classes d'âges	.10-14	15-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	+.85	Total
Empoisonnements																	
Hommes	0	1	4	3	2	8	13	14	10	6	4	6	2	6	3	3	85
Femmes	0	0	1	6	5	3	9	5	8	8	5	3	1	8	3	0	65
Pendaisons																	
Hommes	1	6	12	9	13	18	31	24	33	33	18	18	12	11	6	11	256
Femmes	0	2	2	2	5	4	10	9	7	8	5	6	1	4	1	6	72
Noyades																	
Hommes	0	1	3	0	2	2	2	0	1	2	2	4	0	2	5	1	27
Femmes	0	0	1	0	0	0	2	1	2	3	4	1	4	0	1	2	21
Armes à feu																	
Hommes	0	5	19	17	4	10	17	24	21	26	20	17	23	10	15	18	246
Femmes	0	1	0	0	1	2	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	7
Chutes																	
Hommes	2	3	4	7	6	12	8	9	7	5	6	5	4	6	8	7	99
Femmes	0	0	1	2	2	7	1	8	5	1	6	8	4	7	2	2	56
Ecrasements par..																	
Hommes	0	8	8	3	3	5	7	7	10	7	2	5	2	2	2	0	71
Femmes	1	7	5	1	1	4	1	6	4	1	6	2	2	1	0	0	42
Autres méthodes																	
Hommes	0	0	1	2	1	5	6	3	4	6	3	2	2	1	3	4	43
Femmes	0	0	0	0	0	3	2	2	1	2	2	0	1	2	0	0	15
TOTAL des suicides																	
Hommes	3	24	51	41	31	60	84	81	86	85	55	57	45	38	42	44	827
Femmes	1	10	10	11	14	23	25	31	27	23	28	21	13	23	8	10	278

Source: Office fédéral de la statistique. Etat des données au 24.10.2011

Repérer et intervenir rapidement



Les humeurs dépressives en fonction de l'âge

Petite enfance (1 à 3 ans)	Préscolaire (4 à 6 ans)	Scolaire (7 à 12 ans)	Adolescence (13 à 18 ans)
Pleurs excessifs	Semble triste	Expression verbale de la tristesse	Diminution de la confiance en soi, doute de soi
Impression de détresse	Anxiété, phobies	Peur de l'avenir, anxiété	Sautes d'humeur
Troubles alimentaires	Perte d'appétit	Perte d'appétit	Plaintes psychosomatiques, perte/prise de poids
Troubles du sommeil	Troubles du sommeil	Troubles du sommeil	Troubles pour s'endormir Troubles du sommeil
Pas de plaisir à jouer	Comportement introverti et/ou agressif	Pensées suicidaires	Changements d'humeur extrêmes, intention suicidaire

Quels jeunes sont en danger ?

L'âge :

- Suicide: 16 - 24, forte croissance du suicide (% des tentatives)
- Humeur dépressive: dès 11 – 12 ans

Situations de vie :

- Dans des phases de transitions (passages: degrés et écoles, entrée dans la vie professionnelle, etc.)
- Avec des charges multiples, par ex. corporelles (puberté) et sociales (passage école-apprentissage)
- Liées à des menaces d'exclusion sociale (chômage, exclusion de l'école, rupture de l'apprentissage, harcèlement, etc.)
- Dans des domaines conflictuels du contexte familial avec une faible disponibilité émotionnelle et de soutien des parents, abandon
- Dépression, respectivement suicidalité chez les parents

Les indices précurseurs

- Baisse des performances scolaires/professionnelles
- Difficultés de concentration
- Attitude négative ou hostile
- Sentiments ou expressions de détresse, pleurs, tristesse
- Changements marqués des habitudes alimentaires, du sommeil
- Consommation d'alcool, de drogues
- Abandon d'activités appréciées jusque-là
- Volonté d'isolement, fin abrupte de bonnes amitiés
- Ordre et rangements dans les affaires personnelles ou laisser-aller inhabituel
- Préoccupation intensive pour des thèmes en lien avec la mort et le suicide
- Annonce verbale directe «Je ne serai bientôt plus là...»
- Vision pessimiste et incapacité à aborder la situation de vie de manière réaliste

Chez les enfants et les ados en particulier

- Impression subjective de ne pas être suffisamment aimé(e)
- Sentiments de solitude, d'isolement, de désespoir
- Sentiments d'impossibilité de s'en sortir, d'inutilité
- Angoisses
- Ruminations mentales
- Apathie, indifférence
- Désir de partir, d'«être ailleurs», de «dormir longtemps»
- Tendances à fuguer ou tentatives de fugue
- Fantômes concernant l'«après», l'«au-delà»
- Recherche d'évitement de situations désagréables par la consommation d'alcool, de drogues, de nouveaux médias, etc.

Filles et gars, pas pareils

Les gars...

...montrent une humeur dépressive au travers de :

- **Hyperactif dans leur comportement, agressivité à l'égard des autres** : irritabilité, anxiété, agitation, provocation
- **Comportements déviants** : consommation de drogues

...restent plus longtemps seuls avec leurs problèmes

Les filles...

...montrent une humeur dépressive au travers de :

- **Passivité, agressivité contre elle-même** : dévaluation, pensées négatives, scarification
- **Comportements d'évitement**: résignation, retrait, repli sur soi

...demandent de l'aide plus rapidement

L'exemple des écoles

- Les écoles possèdent un document «situations de crise, un guide pour les écoles» proposé par la CDIP qui donne des pistes d'action en cas de situation de crise, notamment suicidaire
- Ce document est téléchargeable sous :
http://edudoc.ch/record/24796/files/Krisensituation_f.pdf
- Ce document contient :
 - Des recommandations générales
 - Des exemples concrets
 - Des propositions de gestion des situations de crise
 - Des indications préventives sur l'interprétation des indices précurseurs
 - Des informations sur la législation et la protection des données et le secret de fonction

Où commence et où s'arrête notre mandat ?

- Les professionnels de l'école, enseignant-e-s, travailleur-euse-s sociaux scolaires, infirmières scolaires sont les premiers confrontés aux signaux d'alarme!
- Mais où commence et où s'arrête notre mandat ?
- Le plus important :
 - Éviter de fermer les yeux parce que la situation nous dérange ou nous fait peur
 - Ne pas rompre le dialogue
 - Se montrer disponible en cas de besoin et ne pas porter de jugement de valeur
 - Partager avec l'entourage les inquiétudes concernant le jeune
 - Relayer nos inquiétudes auprès de professionnels de la santé

Notre rôle

- Dans la pratique on constate que le rôle des écoles est essentiel dans :
 - Le repérage et l'intervention précoce
 - L'accompagnement du jeune vers un service professionnel
 - L'accompagnement des victimes secondaires en cas de tentative de suicide ou de suicide avéré :
 - Camarades de classe
 - Membres du corps enseignants et direction
 - Autres parents d'élèves
 - Etc.

Références utiles

- Dans le domaine du repérage et de l'intervention précoce et de la prévention des risques :
 - Fondation Santé bernoise, cours spécialisés sur le repérage et l'intervention précoce des signes de dépression et de suicide chez les enfants et les jeunes (canton de Berne)
 - Centre ACCES, accompagnement, conseil, consultation pour les enseignantes, les enseignants et les établissements scolaires (canton de Berne)
 - Fondation O2 (canton du Jura)
 - SACE, Service d'aide et conseil aux employés, lieu d'écoute, de conseil et de soutien psychologique
 - Associations Résiste, Stop suicide, Présuifri, Parlons-en, etc.
 - Sites spécialisés pour les jeunes : ciao.ch, pro juventute, etc. (national)
 - Situations de crise, un guide pour les écoles, Conférence suisse des directeurs de l'instruction publique (national)

Bibliographie

- Les autres, BD, Stop Suicide, seconde édition, 2014
- Situations de crise, un guide pour les écoles, CDIP, 2005
- Quand un enfant se donne la mort, Boris Cyrulnik, Odile Jakob, 2011
- L'énigme du suicide à l'adolescence, Annie Birraux, Didier Lauru, Albin Michel, 2012
- Adolescents homosexuels, des préjugés à l'acceptation, Elizabeth Thorens-Gaud, Favre, 2009



- Dans les 3 situations présentées maintenant :
 - Comment auriez-vous réagi ?
 - Comment améliorer la collaboration entre prévention et prise en charge médicale ?

Merci de votre attention!