

Une nouvelle approche pour combattre le suicide des ados

Prévention Pour faire face à ce problème de santé publique encore tabou, les Hôpitaux universitaires de Genève lancent une unité de crise baptisée Malatavie. Une grande variété de soutiens y est proposée.

De quoi on parle

► Les faits

En 2014, l'Organisation mondiale de la santé a publié son premier rapport sur le suicide et a appelé tous les pays à développer ou renforcer leurs stratégies globales de prévention.

Le 10 septembre prochain, à l'occasion de la Journée mondiale de prévention du suicide, les Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) et la fondation Children Action inaugureront Malatavie, une structure pluridisciplinaire destinée à la prévention et à la prise en charge des mouvements suicidaires chez les adolescents.



Stéphany Gardier
stephany.gardier@planetesante.ch

Parler de la mort est compliqué, évoquer le suicide encore plus. Lors de la publication, il y a tout juste un an, du premier rapport de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) sur le sujet, la directrice de l'agence onusienne, Margaret Chan, avait décrit le suicide comme «un grave problème de santé publique qui est depuis trop longtemps resté tabou». Et le coût du silence est énorme: chaque année dans le monde ce sont environ 800 000 personnes qui se donnent la mort, soit un décès toutes les 40 secondes. Si tous les pays et toutes les tranches d'âge sont touchés, les adolescents et les jeunes adultes sont particulièrement concernés par le phénomène. En Suisse, comme ailleurs en Europe, le suicide est même la cause première de décès chez les 15-29 ans. Pourtant, comme le souligne l'OMS, «le suicide est évitable».

A Genève, les Hôpitaux universitaires (HUG) ont scellé depuis presque vingt ans un partenariat original avec la Fondation Children Action, pour proposer une structure rassemblant un pôle de prévention et un pôle thérapeutique destiné aux 14-18 ans. Rebaptisée officiellement «Malatavie - Unité de crise» le 10 septembre prochain, à l'occasion de la Journée mondiale de prévention du suicide, la structure regroupe des services qui ont déjà une longue expérience dans la prise en charge des ados. Cette unité, rattachée au Service de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent des HUG, est dirigée par Anne Edan, secondée par Nathalie Schmid Nichols, psychologue responsable de la partie prévention. «Cette synergie entre soin et prévention existe depuis la création de l'unité en 1996, et elle s'est avérée très fertile», explique la psychologue.

Regrouper tous les intervenants sous une même bannière permettra à la structure de gagner en visibilité. Quant au nom Malatavie, il a été choisi pour être facilement retenu, le but étant bien entendu que les jeunes aux prises avec des idées suicidaires sachent qu'un espace d'accueil et de dialogue est disponible.

Une offre «à la carte»

Malatavie propose une grande diversité de recours pour les jeunes, mais aussi leur famille. Rencontre en face à face, ligne téléphonique*, adresse email**: le pôle prévention est accessible par de nombreux canaux. «Il nous arrive aussi parfois de nous déplacer pour aller rencontrer un jeune, mais la mobilité reste encore un axe que nous souhaiterions développer», confie Nathalie Schmid Nichols.



Du côté du pôle thérapeutique, le suivi peut se faire dans le cadre d'une hospitalisation classique dans l'équipe médico-soignante, originale dans le lieu d'accueil (un appartement dans un immeuble locatif), ou encore en ambulatoire. Une modalité de soin souvent plus facile à accepter pour les jeunes. «Nous n'avons pas des formules de soins, mais une offre à la carte, détaille la doctoresse Edan. Tout commence par une rencontre, à l'issue de laquelle nous faisons des propositions de prise en charge en fonction des besoins et des attentes.» Une approche individualisée et pluridisciplinaire qui a déjà permis à des centaines d'adolescents d'être aidés.

Impliquer le réseau des ados

Mais Malatavie ne s'adresse pas qu'aux jeunes concernés par un mouvement suicidaire, la structure est aussi là pour épauler et conseiller leurs proches. Le pôle prévention a ainsi été créé à leur intention, et se veut

une source d'informations également pour les professionnels. «Les ados se confient plus volontiers à leurs amis, qui peuvent se trouver désemparés face au poids de telles confidences. Nous sommes aussi là pour les aider», rappelle Nathalie Schmid Nichols. Les proches sont aussi des éléments majeurs de la prise en charge: «Quand il existe, le réseau autour des ados est un atout précieux», explique la psychologue.

Mais quand faut-il s'inquiéter du comportement ou des paroles d'un ado? «La fameuse crise d'adolescence ne doit pas être un prétexte pour minimiser une souffrance, insiste Anne Edan. Ce n'est pas facile de faire face au maître de quelqu'un, mais il est capital de témoigner à celui qui souffre que nous avons vu ou entendu que ça ne va pas. Une petite parole peut parfois faire beaucoup.» Face à un ado dont le comportement se modifie brusquement ou qui évoque même à demi-mot des pensées suicidaires, il faut creuser: «C'est tout à fait normal de

Au moment de l'adolescence, le corps et le psychisme sont en pleine mutation et les émotions surmultipliées.

Nathan Lau/Corbis/Dukas

Le suicide en chiffres

- En Suisse, le suicide est la première cause de mortalité chez les jeunes entre 15 et 29 ans.
- En 2013, 128 suicides ont été enregistrés pour cette tranche d'âge. Cela représente plus d'un suicide de jeune tous les trois jours.
- Toutes tranches d'âge confondues, 1070 suicides ont été enregistrés en 2013. Cela représente environ 3 suicides par jour.
- On estime entre 15 000 et 25 000 le nombre de tentatives de suicide par année.
- 12 cantons suisses possèdent un programme de santé mentale.

Source: stopsuicide.ch

De l'effet Werther à Papageno

► Dans son rapport sur la prévention du suicide, l'OMS rappelle que certaines mesures ont démontré leur efficacité. Si l'agence onusienne prône par exemple l'encadrement de l'accès aux armes à feu, elle interpelle aussi sur le rôle des médias. «Les facteurs qui mènent au suicide et ceux qui favorisent sa prévention sont complexes et non encore entièrement élucidés. Cependant, le rôle des médias semble aujourd'hui clair», explique l'OMS, qui a même édité un guide de bonnes pratiques à destina-

tion des journalistes. «La manière dont un décès par suicide est médiatisé peut entraîner des passages à l'acte par imitation, et particulièrement chez les plus jeunes, qui sont dans un moment de vulnérabilité identitaire», confirme la Dre Anne Edan. Ce phénomène connu sous le nom d'effet Werther (en référence à l'œuvre de Goethe, en son temps accusée d'avoir déclenché une vague de suicides dans toute l'Europe) peut s'observer après le décès d'une célébrité. Mais l'effet

d'incitation peut se produire simplement lorsque les jeunes partagent certains points communs avec une victime anonyme (lieu d'habitation, école, activité de loisirs...). «Les médias ont un vrai rôle à jouer dans la prévention du suicide, commente Anne Edan. Un bon traitement de l'information peut même permettre de protéger les personnes vulnérables.» Cet effet porte lui aussi un nom, Papageno, en référence au personnage de la «Flûte Enchantée», qui finit par renoncer à tenter à sa vie.

«Il nous arrive aussi parfois de nous déplacer pour aller rencontrer un jeune, mais la mobilité reste encore un axe que nous souhaiterions développer»

Nathalie Schmid Nichols,
psychologue

traverser des moments de vulnérabilité, mais il ne faut pour autant pas banaliser, c'est à prendre au sérieux», ajoute Nathalie Schmid Nichols. Car, et cela peut sembler paradoxal, les jeunes qui ont des pensées suicidaires, ou sont passés à l'acte, ne veulent pas forcément en finir avec la vie. «Ils ont même pour la plupart plein de rêves et d'envies, souligne Anne Edan. Mais face à une situation qu'ils ressentent comme insurmontable, ils ne voient plus que cette issue radicale.» A ce moment de la vie, où le corps et le psychisme sont en pleine phase de mutation et de maturation, les émotions sont surmultipliées et les adolescents peuvent être submergés par des souffrances, parfois minimisées par les adultes. «Les jeunes peuvent être convaincus que la souffrance qu'ils ressentent est là pour toujours, qu'il n'y a pas de réparation possible», souligne Nathalie Schmid Nichols. Le rôle des thérapeutes consiste alors à accompagner l'ado pour qu'il trouve par lui-même ses propres solutions. «Réussir à affronter les yeux grands ouverts un tel moment de vulnérabilité, insiste encore Anne Edan, peut être très structurant et bénéfique pour l'avenir.»

* HelpAdoLine: 022 372 42 42
** preventionsuicide@hcuge.ch