

Publication de STOP SUICIDE : Le risque de suicide parmi les personnes LGBT

Le suicide, les tentatives de suicide et les pensées suicidaires sont beaucoup plus fréquents dans la population LGBT (lesbienne, gay, bi-e, trans*¹), en particulier chez les jeunes.

« Il faut préciser d'entrée que nous savons, aujourd'hui, que le suicide ne peut pas être considéré seulement comme le résultat d'un trouble psychique, mais qu'il met avant tout en évidence un mal-être social. ² »

Sommaire

- 1) Le risque de suicide parmi les personnes LGB
- 2) Le risque de suicide parmi les personnes trans*
- 3) Exemples d'outils de prévention
- 4) Des pistes pour la prévention
- 5) Lexique et bibliographie commentée

1) Le risque de suicide parmi les personnes LGB

Chiffres-clés : En Suisse

- ◆ Les jeunes LGB ont 2 à 5 fois plus de risque de se suicider que les jeunes hétérosexuel-le-s (Häusermann 2014, p. 9 ; Descuves et Berrut 2013, p. 35).
- ◆ La période du *coming out*³ (entre 14 et 17 ans) est celle où le risque suicidaire est le plus élevé, particulièrement le moment de la première annonce à l'entourage (Häusermann 2014, p. 9).
- ◆ Pour les jeunes gays, 50% des premières tentatives se produisent avant l'âge de 20 ans (Häusermann 2014, p. 9).
- ◆ 74% des premières tentatives de suicide parmi les jeunes lesbiennes ont lieu avant l'âge de 20 ans, 43% entre 14 et 16 ans (Descuves et Berrut 2013, p. 35).
- ◆ Ce sont les jeunes de moins de 25 ans qui sont le plus victimes d'actes homophobes (Häusermann 2014, p. 9).

¹ Voir lexique p. 4

² FIRDIRON et VERDIER (2003) cité dans ASTORI Sandrine, RIVA-MOSSMANN Susie. « Rapport de recherche : prévention de la détresse existentielle des jeunes valaisans-n-e-s en orientation sexuelle : état de la situation en Valais », *Institutions Psychiatriques du Valais Romand*, Hôpital du Valais (RSV), 2012.

³ Voir lexique p. 4



L'enfance, parfois l'adolescence, est généralement le moment où l'on découvre son orientation sexuelle. C'est l'âge des premières expériences amoureuses et que se produit le processus du *coming-out*. Lors de ce moment charnière, entre peur de décevoir et difficulté d'assumer son orientation sexuelle, le risque suicidaire est très élevé.

L'environnement, plus ou moins homophobe, influe énormément sur le risque de suicide. Dans un environnement social homophobe, le risque de tentatives de suicide est plus élevé de 20% que dans un environnement social favorable. La famille, habituellement considérée comme un facteur de protection, est une des premières raisons du mal-être des jeunes gays. Viennent ensuite la difficulté à accepter sa propre sexualité, les problèmes relationnels et la dépression. La discrimination, la violence et le rejet sont donc autant de facteurs qui produisent un terrain fertile à la vulnérabilité et aux pensées suicidaires.

2) Le risque de suicide parmi les personnes trans*

A l'heure actuelle, il n'existe pas d'étude sur la suicidalité des personnes trans* en Suisse. Les chiffres suivants proviennent d'études ayant été menées en France, en Europe et aux Etats-Unis. Selon le Groupe Trans de l'association 360 et Transgender Network Switzerland on peut raisonnablement penser que ces taux sont similaires en Suisse.

Chiffres clés :

- ◆ Les personnes trans* ont jusqu'à dix fois plus de risque se suicider que les personnes cisgenres⁴ (Haas, Rodgers et Herman 2014, p. 2).
- ◆ Parmi les jeunes trans*(16 à 26 ans), 69% ont déjà pensé au suicide, contre 20% chez les jeunes en général (Alessandrin 2013, p. 5).
- ◆ 50% des personnes trans* ont été victimes de discrimination et/ou de violences à l'école (Haas, Rodgers et Herman 2014, p. 2).
- ◆ 63% des adultes ont pensé au suicide ou on fait des tentatives de suicide avant leur transition⁵, contre seulement 3% post-transition (McNeil et al. 2012, p. 59).
- ◆ Le taux de tentative de suicide est compris entre 29.9% et 41%, selon les études (Haas, Rodgers et Herman 2014, p. 2).

Les personnes trans* sont davantage discriminées à cause de leur inadéquation aux normes de la féminité ou de la masculinité qu'à cause de leur d'orientation sexuelle réelle ou supposée et sont des cibles privilégiées d'insultes et de coups, notamment à l'école.

La majorité des tentatives de suicide a lieu avant une éventuelle transition de genre, ou lorsqu'une transition est souhaitée mais pas possible (pas de service de santé adapté, pression sociale/familiale, manque de ressources, etc.). Parmi les personnes trans* ayant entamé ou cherché à entamer une transition de genre 46 % relatent avoir eu des difficultés à obtenir le traitement ou l'assistance dont elles

⁴ Voir lexique p. 4

⁵ Voir lexique p. 4



avaient besoin. En Suisse, certains prestataires de soins refusent de suivre des personnes en transition de genre.

Après la transition, le taux de tentative de suicide diminue fortement. Plus de 70% des personnes trans* estiment que leur santé mentale s'est améliorée avec leur transition de genre. Toutefois, les modifications corporelles insatisfaisantes, voire « ratées » (complications, douleurs, insensibilité, inesthéticité, etc.) pèsent sur la santé psychique des personnes.

Par ailleurs, de nombreuses personnes trans* subissent également des mécanismes de désinsertion sociale (stigmatisation, violences, perte d'emploi, rejet, difficulté à faire modifier son prénom et son genre officiellement, etc.) qui influent négativement sur leur santé mentale et qui peuvent conduire à des tentatives de suicide.

3) Exemples d'outils de prévention

- [The Trevor Project](#) est une organisation américaine spécialisée dans la prise en charge de personnes LGBT traversant une crise suicidaire. Ligne d'écoute spécialisée 24/7, ils proposent également un chat sécurisé et la possibilité de rencontrer un-e conseiller-ère spécialisé dans le soutien et les interventions de crise. De nombreuses ressources sont disponibles sur leur site.
- La troisième histoire de la Bande Dessinée *Les Autres*, en collaboration avec [TOTEM](#) (espace genevois de rencontre et d'accueil pour personnes LGBT), raconte l'histoire d'une jeune fille qui découvre son orientation sexuelle et les difficultés auxquelles elle se trouve confrontée. [Une liste de ressources romandes](#) est disponible, sur les questions d'orientation sexuelle et d'identité de genre.
- [Blues-out](#) est un projet mis en place pour aider les communautés gaie et lesbienne à trouver des réponses en santé mentale. Créé par [Dialogai](#) et réalisé en collaboration avec [Lestime](#), il s'inscrit dans le cadre du projet de l'Alliance européenne contre la dépression. Via son site Internet, il propose aux gays et aux lesbiennes des conseils sur la santé mentale et les réoriente vers des médecins, thérapeutes et services gay and lesbian-friendly sur la région genevoise.
- Sur les questions d'identité de genre, [le Groupe Trans](#) de l'Association 360 est un espace de rencontre pour toutes les personnes concernées par les questions liées au genre et à leur proche.
- L'association [Transgender Network Suisse](#) (TGNS) est l'organisation nationale pour les personnes trans*. Elle est engagée au niveau politique et communautaire, et propose des permanences sur les cantons de Zurich et de Vaud s'adressant spécifiquement aux personnes trans* ou qui expriment une identité de genre atypique, ainsi qu'à leurs proches et aux professionnel-le-s intéressé-e-s par la thématique.
- La fondation [Agnodice](#) offre écoute, soutien et accompagnement aux personnes transgenres, à leurs proches ainsi qu'aux professionnel-le-s intéressé-e-s par la thématique.

4) Des pistes pour la prévention

- Cibler les groupes LGBT lors d'action de prévention du suicide (groupes d'aides, lignes téléphoniques, forums etc.)
- Présenter dans les manuels scolaires toutes les différentes orientations sexuelles et identités de



- genre comme des composantes identitaires importantes et comme étant toutes valides.
- Les besoins de ressources d'aide en santé mentale des personnes trans* doivent faire partie des plans de prévention du suicide. Des mesures médicales adaptées et de qualité, en particulier dans le domaine de la chirurgie, sont des facteurs qui influent positivement sur la santé psychique et éventuellement sur la suicidalité des personnes trans*. Une prise en charge psychothérapeutique adaptée, bienveillante et précoce des enfants et ados transgenres est également nécessaire.
 - Les recherches sur la prévention du suicide parmi les personnes LGBT et de lutte contre l'homophobie et la transphobie doivent être poursuivies pour comprendre les interactions complexes des facteurs qui influent sur le risque de suicide ou de tentatives de suicide. Ces recherches doivent impliquer les personnes LGBT elles-mêmes.

LEXIQUE

- Coming out : On appelle «coming out» le processus qui amène une personne homosexuelle à annoncer son orientation sexuelle vis-à-vis de la majorité hétérosexuelle. « Les 3 grandes étapes de ce processus sont chronologiquement: 1) la prise de conscience d'une attirance pour des personnes de même sexe (orientation sexuelle), 2) les premières expériences homosexuelles (sexualité) et 3) l'acceptation et l'annonce ou non à son entourage de son homosexualité (identité sexuelle). Cette dernière étape est le coming out proprement dit. » (Häusermann 2014).
- Les personnes trans' vivent aussi ce processus de coming-out, mais au plan de l'identité de genre cette fois.
- Identité de genre : sentiment intime et personnel d'une personne d'être un homme ou une femme (ou les deux ou ni l'un ni l'autre), identité ressentie, sociale, comportementale. Pour beaucoup de personnes, l'identité de genre coïncide avec le sexe de naissance mais ce n'est pas le cas pour tout le monde.
- Orientation sexuelle : genre-s par le(s)quel-s une personne est attirée
- Trans* : personne dont l'identité de genre ou l'expression de genre diffère du sexe auquel elle a été assigné à la naissance. « Le terme trans est souvent accompagné d'un astérisque ou parfois d'une apostrophe. C'est pour signifier que ce terme englobe toutes les identités transidentitaires, qui ne se limitent pas à transsexuel-le ou transgenre, mais comprennent aussi les identités de genre non-binaires qui sortent de la dichotomie homme/femme. » Pour un lexique plus détaillé : www.association360.ch/trans
- Transition de genre : Le fait pour une personne transidentitaire de modifier son corps (sans forcément passer par la chirurgie), son apparence, et/ou son comportement social pour changer du genre assigné par son sexe à la naissance vers celui qu'elle ressent être dans son identité de genre.
- Cisgenre : personne dont l'identité de genre correspond avec le sexe de naissance.



Bibliographie commentée :

Les textes originaux sont tous disponibles sur notre site web, rubrique « Documents ».

- ◆ ALESSANDRIN Arnaud. *Quelle place pour les élèves trans ?* Lyon : 2013

Cet article se penche sur les identités/expressions de genre parmi les élèves et les discriminations qui en résultent, au sein de l'école. L'auteur cherche à savoir si l'institution scolaire est un poste d'observation privilégié pour expliquer d'une part les représentations en circulations et d'autre part, les représentations *en train de se faire*.

- ◆ ASTORI Sandrine, RIVA-MOSSMANN Susie. « Rapport de recherche : prévention de la détresse existentielle des jeunes valaisans-n-e-s en orientation sexuelle : état de la situation en Valais », *Institutions Psychiatriques du Valais Romand*, Hôpital du Valais (RSV), 2012

Etat des lieux de la prévention actuelle de la détresse des jeunes LGB en valais et de leurs besoins, dans le but de dégager des pistes d'action concrètes pour améliorer la prévention.

- ◆ DESCUVES Anne et BERRUT Sylvie. *La santé des femmes qui aiment les femmes* [en ligne]. 2013 <http://www.profa.ch/multimedia/docs/2013/12/santedesfemmes-dec2013.pdf>

Les femmes qui aiment les femmes ont-elles d'autres problèmes et besoins en matière de santé et de santé sexuelle que les femmes hétérosexuelle ? Cette question, largement oubliée dans les programmes de prévention, sert de fil rouge à cette recherche, menée en Suisse, en 2013, auprès de 356 femmes lesbiennes.

- ◆ HAAS Ann, RODGERS Philip et HERMAN Jody. *Suicide attempts among transgender and gender non-conforming adults*. American foundation for suicide prevention et The Williams Institute : 2014

Aux Etats-Unis, on constate qu'il y a dix fois plus de tentatives de suicides chez les personnes trans*. L'objectif de la recherche est d'identifier les caractéristiques et expériences de vie associées aux tentatives de suicide.

- ◆ HÄUSERMANN Michael. « L'impact de l'hétérosexisme et de l'homophobie sur la santé et la qualité de vie des jeunes gays, lesbiennes et bisexuel-les en Suisse. » *Le droit de l'enfant et de l'adolescent à son orientation sexuelle et à son identité de genre*, mai 2014. Editeur : Institut universitaire Kurt Bösch.

Plusieurs études étrangères ont démontré que les gays, lesbiennes et bisexuel-les, surtout les jeunes, sont plus à risque de comportement suicidaire. Pour vérifier ces affirmations, l'auteur analyse de manière transversale les résultats de trois enquêtes réalisées en Suisse entre 2002 et 2003.

- ◆ MCNEIL Jay et al., *Trans health mental study*. 2012

Cette recherche représente une des plus grandes études de ce type en Europe, produisant des statistiques et des données sur la santé mentale et les expériences de vie des personnes trans*. Le processus central de l'étude est d'analyser comment le processus de transition impacte la santé mentale et le sentiment de bien-être.



- ◆ WANG Jen, HÄUSERMANN Michael et collègues. « Suicidality and Sexual Orientation Among Men in Switzerland : Findings from 3 Probability Surveys », *Journal of Psychiatric Research*, 2012/46, p. 980-986.

L'objectif de cette étude est d'évaluer le risque suicidaire selon l'orientation sexuelle en particulier parmi les adolescents et les jeunes hommes. Les résultats montrent une augmentation du risque suicidaire particulièrement prononcée parmi les jeunes hommes homosexuels ou bisexuels.

