

Lundi 17 septembre 2018
Sud Ouest (site web)

Vidéo. Bordeaux : une mini série pour prévenir du suicide des jeunes

isabelle castéra

L'

équipe bordelaise de l'étude I-Share, sur la santé des étudiants, a mis en ligne une mini-série

interactive grand public pour prévenir le suicide chez les jeunes. Difficile de croire qu'à 20 ans, la vie se révèle insupportable. Difficile d'imaginer un jeune rongé par la dépression, miné par le stress, avec l'envie d'en finir. Pourtant, l'étude sur la santé des étudiants francophones, I-Share, portée par l'université de Bordeaux en partenariat avec celle de Versailles Saint-Quentin-en-Yvelines, a mis au jour ce sujet grave. Et cette réalité.

Entre 6 et 9 % des « Sharers », les jeunes entre 18 et 25 ans qui participent à l'étude, ont déclaré avoir fait une tentative de suicide. Un sur cinq d'entre eux a révélé avoir eu des pensées suicidaires dans l'année écoulée, dont certains assurent que ces pensées étaient fréquentes. « On sait que c'est un facteur de risque important de passage à l'acte », révèle Marine Quéroué, interne en santé publique au sein de l'étude I-Share.

Si la plupart des étudiants concernés disent en avoir parlé à leurs proches, seulement un sur trois a consulté un médecin. Et uniquement 30 % d'entre eux ont été pris en charge. C'est peu et inquiétant. « La prévention en santé mentale chez les jeunes est vraiment un écueil, déclare Elena Milesi, responsable de la communication pour I-Share. Notre étude constitue la plus grande sur la santé des étudiants dans le monde. À ce jour, elle comprend 19 200 participants. » Cela confère aux conclusions d'I-Share une crédibilité, mais aussi une capacité d'observation des adolescents, jusque-là inconnue.

La rédaction vous conseille Bordeaux : faute de métro, un téléphérique sur la Garonne?? Trouver un accompagnement

« Trop d'idées reçues sur le suicide, remarque Marine Quéroué. Déjà, les chiffres mis au jour par l'étude I-Share sont en deçà du réel. Puisqu'on évalue le taux de dépressivité (1) chez les jeunes à 20 %. De plus, on remarque que les idées reçues sur le suicide empêchent une prise en compte du problème, et donc éloignent d'un éventuel accompagnement. J'ai proposé à I-Share de fabriquer une vidéo, sous forme de mini- série interactive. »

L'idée est de briser le tabou, les idées reçues et d'élaborer une stratégie d'accompagnement. Les vidéos s'adressent aux jeunes, aussi bien aux personnes dépressives qu'à celles qui les accompagnent, copains, famille. « Qu'aurais-tu fait à ma place?? » a été réalisé par Marine Quéroué, qui n'est pas vidéaste. Avec des comédiens amateurs et bénévoles et une équipe technique également néophyte.

« Pour l'écriture du projet, nous avons été soutenus par le professeur de santé des populations, Christophe Tzourio, responsable I-Share, mais aussi Marie Tournier, psychiatre à l'hôpital Charles-Perrens et chercheuse, puis les psychologues de l'Espace santé, signale l'interne en médecine.

Déstigmatiser, bien entendu, est l'une des vocations de cette initiative, mais aussi donner des clés pour aider la personne dépressive à formuler son mal-être, déceler un réel danger de passage à l'acte, conserver le lien et aller jusqu'à la prise en charge. » Les vidéos ont été mises en ligne, lundi 10 septembre, journée de la prévention du suicide, et en trois jours, ont cumulé 1 400 vues.

(1) Ce terme désigne l'état de fragilité des jeunes.

Site Internet : www.i-share.fr/actualite/mini-serie-qua-rais-tu-fait-a-maplace

Témoignages : " J'ai des copines au bout de leur vie "

Léa a 20 ans. Elle est étudiante en développement web. Valentin, 22 ans, étudie la communication. Tous deux vivent à Bordeaux. Ils vont bien, mais les vidéos réalisées par I-Share ont suscité, chez eux, questions et doutes : « Carrément. Les vidéos sont très justes, elles racontent bien notre réalité, et du coup, on se sent vraiment concernés », commencent-ils.

« Moi, dit Léa, j'ai des copines en médecine, elles sont au bout de leur vie. Je vois bien qu'elles souffrent, ce ne sont pas que des mots. Elles bossent comme des dingues et sont même pas sûres que ça marche. Je reste à leurs côtés, mais je ne sais pas comment réagir. Les vidéos m'ont permis de me confronter à ces questions, et d'y trouver une forme de réponse. Je n'aurai jamais osé en parler franchement. Or, apparemment, il ne faut pas hésiter à poser la question "T'as pensé au suicide??" Jusque-là, je pensais que d'en parler pouvait être incitatif. Alors que non, c'est le silence qui l'est. »

« On cherche à dédramatiser »

Valentin, lui aussi, admet connaître des potes en proie à des situations de souffrance : « Pas de fric, problèmes familiaux, ils ne savent pas à quoi les études vont les mener... Ils ont le sentiment que tous les problèmes leur tombent dessus en même temps. Ce n'est pas parce que nous sommes jeunes que les problèmes ne nous touchent pas. Beaucoup boivent pour échapper à ces angoisses, mais ils sont rattrapés. Et nous sommes tous pareils, on cherche à dédramatiser. Les vidéos montrent bien que ce n'est pas la bonne méthode. »

Cet article est paru dans Sud Ouest (site web) <https://www.sudouest.fr/2018/09/13/video-bordeaux-une-mini-serie-pour-prevenir-du-suicide>