

Une mini-série web pour prévenir le suicide chez les étudiants

- FRANCE

Publié le 20/10/2018

Laura et Lucas sont étudiants, la vie leur sourit... en apparence. C'est sur ces images de bonheur que débute la mini-série destinée à sensibiliser les jeunes au suicide et réalisée à Bordeaux par l'équipe de l'étude i-Share.

Dé-stigmatiser la question du suicide, prévenir le passage à l'acte et mettre fin aux idées reçues sont les objectifs de cette mini-série interactive de 20 minutes accessible sur www.i-share.fr/actualite/mini-serie-quaurais-tu-fait-ma-place

La fiction intitulée "Qu'aurais-tu fait à ma place?" est découpée en séquences de trois minutes. A la fin de chacune, le spectateur doit cliquer sur un ou deux choix de suite possibles pour Laura ou Lucas, deux étudiants dont les destins se croisent.

"Cette mini-série s'adresse autant à la personne en souffrance qu'à l'aidant. Quand quelqu'un va mal, il ne faut pas hésiter à lui en parler et aborder la question, oser prononcer le mot de suicide", explique Marine Quéroué, interne en médecine et réalisatrice de la série.

Entre 6% et 9% des étudiants déclarent avoir fait une tentative de suicide, selon l'étude i-Share, à laquelle 19.500 jeunes francophones ont participé depuis son lancement en 2013.

Plus d'1/5 des étudiants ont eu des pensées suicidaires dans l'année écoulée dont 4% déclarent que ces pensées étaient fréquentes, selon cette étude pilotée par l'Université de Bordeaux en partenariat avec l'Université Versailles Saint-Quentin-en-Yvelines.

Seulement la moitié de ceux qui ont eu des pensées suicidaires fréquentes – dont on sait qu'il s'agit d'un facteur de risque important de passage à l'acte – en ont parlé à leurs proches, un sur trois à un médecin, et seulement 30% ont été pris en charge.

Le suicide est pourtant la deuxième cause de mortalité chez les 15-24 ans après les accidents de la route, selon une autre étude publiée au début de l'année.

"La prévention en santé mentale chez les jeunes est vraiment très compliquée", reconnaît Elena Milesi, de l'équipe i-Share.

-Impliquer le spectateur -

En effet, "beaucoup de jeunes sont dans le déni et il y a beaucoup d'idées totalement fausses autour de cette question", souligne le professeur Christophe Tzourio épidémiologiste bordelais et investigateur principal d'i-Share.

A titre d'exemple, il rappelle que "les gens qui se suicident ont tous, d'une façon ou d'une autre, prévenu leur entourage".

Le format mini-série "permet d'impliquer au maximum le spectateur dans l'histoire" afin qu'"il puisse se mettre à la place du personnage. Car si on fait appel à l'émotion, le message passe mieux", explique l'interne Marine Quéroué. Elle a écrit le scénario et dirigé les comédiens, tous des étudiants amateurs et bénévoles.

"Cela permet au spectateur de vivre de façon plus personnelle ce qu'est vivre avec une personne en situation de suicide", souligne le professeur conscient que "donner des arguments scientifiques, cela ne marche pas, en particulier auprès des jeunes, rétifs à tout message vertical".

Outre le problème du suicide, de nombreux "sharers" présentent un taux de 20% de "dépressivité", souligne Elena Milesi.

Ainsi, 73% des étudiantes et 59% des hommes ayant répondu au questionnaire ont déclaré s'être senti tristes, vides, plusieurs jours de suite.

"Cela peut toucher tout le monde et pas seulement les gens faibles psychologiquement comme on le croit souvent et à tort", remarque le professeur.

Les chiffres sur "la prise de somnifères, de médicaments anti-stress et les visites chez des psy confirment qu'il y a un problème grave en matière de santé mentale", affirme l'épidémiologiste.

Il rappelle qu'i-Share a également pour objectif de tester des stratégies de prévention et certaines sont en cours, notamment sur le stress et les pensées suicidaires.

Obtenir une telle cohorte frôlant les 20.000 personnes ayant accepté, durant une trentaine de minutes, de répondre à des questionnaires sur internet et

d'être suivi chaque année, est exceptionnel et "vaut de l'or et nos collègues étrangers sont très admiratifs", se félicite l'épidémiologiste.

Aujourd'hui, son principal problème n'est plus de trouver des étudiants acceptant de participer mais des financements pour pérenniser i-Share.

1. Site de la mini-série sur i-share

AFP