

Prévention «Qu’aurais-tu fait à ma place», la web série pour sensibiliser au suicide des étudiants

Dé-stigmatiser la question du suicide, prévenir le passage à l’acte et mettre fin aux idées reçues. Voilà les objectifs d’une mini-série interactive de 20 minutes accessible sur YouTube.

Julie Fraysse, Afp | 20/10/2018

[PARTAGER](#) [TWITTER](#)

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. La fiction intitulée *Qu’aurais-tu fait à ma place ?* est découpée en séquences de trois minutes. À 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.

« *Les gens qui se suicident ont tous, d’une façon ou d’une autre, prévenu leur entourage.* »

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.

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. À titre d'exemple, il rappelle que « *les gens qui se suicident ont tous, d'une façon ou d'une autre, prévenu leur entourage* ».

« **Se mettre à la place du personnage** »

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.

« *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.* »

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.**