



HUIT CLÉS pour la prévention du suicide chez les jeunes

MARLÈNE FALARDEAU

Préface de MICHEL TOUSIGNANT



Presses de l'Université du Québec



HUIT CLÉS pour la prévention du suicide chez les jeunes

Dans la même collection

Sous la direction de Henri Dorvil et Robert Mayer

Problèmes sociaux

- Tome 1 – Théories et méthodologies

Sous la direction de Henri Dorvil et Robert Mayer

2001, ISBN 2-7605-1126-X, 622 pages, D-1126

Problèmes sociaux

- Tome 2 – Étude de cas et interventions sociales

Sous la direction de Henri Dorvil et Robert Mayer

2001, ISBN 2-7605-1127-8, 700 pages, D-1127

Le jardins d'ombres

La poétique et la politique de la rééducation sociale

Michel Desjardins

2002, ISBN 2-7605-1157-X, 260 pages, D-1157

La rue attractive

Parcours et pratiques identitaires des jeunes de la rue

Michel Parazelli

2002, ISBN 2-7605-1158-8, 372 pages, D-1158

PRESSES DE L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC

Le Delta I, 2875, boulevard Laurier, bureau 450

Sainte-Foy (Québec) G1V 2M2

Téléphone : (418) 657-4399 • Télécopieur : (418) 657-2096

Courriel : puq@puq.quebec.ca • Internet : www.puq.quebec.ca

Distribution :

CANADA et autres pays

DISTRIBUTION DE LIVRES UNIVERS S.E.N.C.

845, rue Marie-Victorin, Saint-Nicolas (Québec) G7A 3S8

Téléphone : (418) 831-7474 / 1-800-859-7474 • Télécopieur : (418) 831-4021

FRANCE

DIFFUSION DE L'ÉDITION QUÉBÉCOISE

30, rue Gay-Lussac, 75005 Paris, France

Téléphone : 33 1 43 54 49 02

Télécopieur : 33 1 43 54 39 15

SUISSE

SERVIDIS SA

5, rue des Chaudronniers, CH-1211 Genève 3, Suisse

Téléphone : 022 960 95 25

Télécopieur : 022 776 35 27



La *Loi sur le droit d'auteur* interdit la reproduction des œuvres sans autorisation des titulaires de droits. Or, la photocopie non autorisée – le « photocopillage » – s'est généralisée, provoquant une baisse des ventes de livres et compromettant la rédaction et la production de nouveaux ouvrages par des professionnels.

L'objet du logo apparaissant ci-contre est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit le développement massif du « photocopillage ».



HUIT CLÉS pour la prévention du suicide chez les jeunes

MARLÈNE FALARDEAU

Préface de MICHEL TOUSIGNANT

2002



Presses de l'Université du Québec

Le Delta I, 2875, boul. Laurier, bur. 450
Sainte-Foy (Québec) Canada G1V 2M2

Données de catalogage avant publication (Canada)

Falardeau, Marlène

Huit clés pour la prévention du suicide chez les jeunes

(Collection Problèmes sociaux & interventions sociales ; 4)

Comprend des réf. bibliogr.

ISBN 2-7605-1177-4

1. Jeunesse – Comportement suicidaire – Prévention. 3. Perception de soi chez l'adolescent.
3. Jeunes en difficulté – Psychologie. 4. Détresse chez les jeunes. 5. Suicide –
Aspect psychologique. 6. Jeunes en difficulté – Attitudes. I. Titre. II. Collection.

HV6546.F34 2002

362.287'0835

C2002-940477-0

Nous reconnaissons l'aide financière du gouvernement du Canada
par l'entremise du Programme d'aide au développement
de l'industrie de l'édition (PADIÉ) pour nos activités d'édition.

Mise en pages : CARACTÉRA PRODUCTION GRAPHIQUE INC.

Couverture : Conception graphique : RICHARD HODGSON

Illustration : VINCENT VAN GOGH (1853-1890).

L'enclos au soleil couchant, 1889. Huile sur toile, collection privée.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 PUQ 2002 9 8 7 6 5 4 3 2 1

Tous droits de reproduction, de traduction et d'adaptation réservés

© 2002 Presses de l'Université du Québec

Dépôt légal – 2^e trimestre 2002

Bibliothèque nationale du Québec / Bibliothèque nationale du Canada

Imprimé au Canada

Si j'étais morte, je m'en serais voulu à mort.

Cette phrase prononcée par une adolescente
qui a essayé de s'enlever la vie illustre
ce que les penseurs du XVI^e siècle
avaient tenté de suggérer : le suicide est tout sauf
une manifestation de la liberté humaine.

Cette monographie emprunte la méthode de la grounded theory pour aider à mieux comprendre l'expérience du geste suicidaire chez des jeunes adultes marginalisés. L'application de cette méthode fait ici large place à l'acteur des faits sociaux en vue de saisir les multiples sens du geste d'auto-destruction et de le recadrer dans le contexte d'une trajectoire biographique. Si nous connaissons bien les facteurs associés aux gestes suicidaires dans les écrits épidémiologiques, nous ignorons à peu près tout de la façon dont ces moments de rupture dans la vie sont réintégrés dans un projet de vie et des conséquences qu'ils peuvent avoir sur la relation avec soi-même. Après une tentative de suicide se pose en effet le défi de devoir se réconcilier avec un soi qu'on a voulu faire disparaître. Comment se remettre d'une telle rupture ? Quel sens donner à ce geste ? Qu'est-ce qui peut nous faire revivre après une période de désespoir profond ? Ce sont ces questions essentielles qui font l'objet de la présente recherche.

Marlène Falardeau est avant tout une éducatrice. Et je dois ici humblement avouer que deux ans m'ont été nécessaires avant de bien saisir le volet éducation de ce projet et de comprendre que les sciences de l'éducation ont un rôle important à jouer en santé publique. Le but de l'auteure est justement de situer la contribution spécifique de cette discipline dans la stratégie préventive du suicide. Cette démarche focalise moins sur les facteurs de risque à éradiquer que sur le sujet en devenant qui constitue le point d'intersection de ces facteurs de risque. La matière brute, c'est le jeune en détresse, sans amarres sociales, qui a mal à son passé et dont l'horizon vers l'avenir ne dépasse souvent pas la fin de la semaine. Le défi de l'éducation est de savoir comment s'insérer dans cette dynamique de l'évolution du soi pour la réorienter.

Cette recherche constitue un véritable tour de force. Prendre contact avec des jeunes aliénés de la société, les approcher et les apprivoiser n'est pas une mince tâche, surtout si l'on est une adulte en provenance du milieu universitaire. Ensuite, faire s'exprimer ces jeunes sur leurs souffrances, leur passé, leur sens de la vie, leurs attitudes religieuses et philosophiques dans de longues entrevues où ils sentiront un espace de libre expression demande des dons particuliers. Enfin, motiver ces jeunes pour participer à une deuxième rencontre sans « mortalité expérimentale », selon l'expression de notre langage codé, mérite une mention honorable.

Cette recherche ne visait pas de mettre au jour de nouveaux facteurs de risque ; les plus connus sont d'ailleurs tous au rendez-vous : adversités familiales, abandon, fugues, puis l'entrée précoce dans le monde de l'autonomie, tentation de la drogue, manque de contrôle sur sa destinée, passage parfois dans les services juridiques ou psychiatriques. Il s'agissait de voir comment l'expérience suicidaire marquait la vie de ces jeunes et comment ils en ressortaient. Les jeunes adultes en présence desquels nous sommes ici ne sont pas représentatifs de leur cohorte d'âge. Ce sont ceux qui ont eu un parcours particulièrement difficile, et bien souvent traumatique. Ils partagent par ailleurs beaucoup de traits biographiques communs tout en se différenciant sur des aspects importants. Aussi, cette recherche réussit à bien décrire des trajectoires diversifiées qui traduisent la multiplicité des expériences suicidaires. Certains jeunes s'en sortent transformés pour le mieux. La volonté de s'enlever la vie leur a peut-être fait découvrir qu'ils avaient une volonté, un désir de se prendre en main pour la première fois de leur vie. D'autres posent le geste suicidaire de nouveau comme un rituel qui devient presque une habitude. Il ne transforme pas le concept de soi, car on dirait qu'il en fait désormais partie intégrante ; le désespoir devient presque une expérience familière. Pour les derniers, la tentative de suicide traduit une véritable absence d'issue et le lendemain s'annonce plus sombre encore que la veille. Ici, le geste ronge le soi et il y a risque de désintégration par suite de la blessure narcissique auto-infligée. On ne s'aime pas et on se hait encore plus parce qu'on ne s'aime pas.

Ce qui retient l'attention, c'est l'inconfort de ces jeunes avec leur univers intérieur, avec l'anarchie de leurs émotions qui reflète le chaos de leur histoire de vie. Leur existence même a été remise en question dès les premières années de la vie parfois. Ces jeunes étaient de trop, ils dérangeaient. Les émotions vécues tout au cours de leur enfance étaient trop fortes, trop difficiles à endurer. Ils ont essayé tant bien que mal d'endiguer ces flots sauvages de douleur comme le soldat qui doit arrêter de regarder le sang et la mort qui l'entourent s'il veut survivre. Mais la digue risque continuellement de céder et on n'arrive plus à colmater pour survivre. L'acte suicidaire devient souvent un moyen pour avoir enfin la paix, éteindre ce feu intérieur.

Les moments forts et surtout originaux de cette monographie sont ceux qui explorent les dimensions corporelles et religieuses. Tout d'abord, en ce qui concerne le corps, il est bon de rappeler que la tentative de suicide est un geste contre le corps.

Beaucoup de ces jeunes traînent un corps fatigué, gelé, « au bout de son rouleau » pour employer leurs propres termes. Le texte met en relief le sentiment de déconnexion d'avec le corps qui produit un sentiment de vide. Et c'est à travers l'expérience corporelle du geste suicidaire que certains jeunes réapprendront à prendre véritablement contact avec leur corps. On peut alors se demander si la voie thérapeutique ne gagnerait pas à s'appuyer sur une réappropriation du corps pour empêcher un geste qui cherche à le détruire.

En ce qui concerne la spiritualité, on se rend compte jusqu'à quel point certains de ces jeunes sont préoccupés par des questions existentielles autour du bien et du mal. Ils sont aussi fondamentalement des êtres éthiques à part entière comme le reste de l'humanité. Toute la question du rapport au monde supra-terrestre est analysée ici dans ses multiples aspects. Plusieurs de ces jeunes sont impliqués dans des pratiques occultes gravitant autour de la magie noire parfois et l'univers de l'au-delà les préoccupe beaucoup.

En conclusion, ce travail minutieux permet de mieux pénétrer le monde phénoménologique des jeunes marginalisés qui font des tentatives de suicide. L'auteure procède à une analyse méticuleuse et nous fait parfois oublier sa présence, occupant juste la place nécessaire pour organiser les témoignages. Son but est de laisser le plus d'espace possible aux jeunes afin qu'ils puissent rendre compte de leur expérience intérieure. Nous sentons ainsi que ces jeunes ne sont pas réduits à un problème de santé mentale ou de dépendance aux drogues; ils sont des personnes en devenir avec une expérience d'elles-mêmes avec laquelle les intervenants ont intérêt à se familiariser. Et cette recherche a relevé le défi de nous faire connaître cette expérience intime. Merci donc à Marlène Falardeau pour cette importante contribution et à tous ces jeunes, garçons et filles, qui nous ont permis de les approcher dans l'intimité de leur être et dont les réflexions profondes contribueront à changer notre manière de voir la tentative de suicide.

Michel Tousignant

Centre de recherche et d'intervention sur le suicide et l'euthanasie
Université du Québec à Montréal

REMERCIEMENTS

Je tiens à exprimer ma gratitude à tous les jeunes qui ont répondu avec générosité à mes questions et qui ont bien voulu me livrer une partie d'eux-mêmes. Sans leur précieuse contribution, ce livre n'aurait jamais pu voir le jour.

Il me fait plaisir également de signifier ma reconnaissance à tous les intervenants et intervenantes qui, par leur ouverture et leur accueil, m'ont permis d'accéder à divers milieux fréquentés par les jeunes. Je remercie spécialement Claude Borgognon, Serge Boulet, Michèle Leman, Sylvain Flamand, Diane Aubin et Emmanuelle Page.

Le présent ouvrage s'inspire d'une thèse de doctorat que j'ai rédigée comme exigence partielle du doctorat en éducation à l'Université du Québec à Montréal, entre 1996 et 2001. Ainsi, je tiens à remercier Yvon Lefebvre et Michel Tousignant qui ont composé mon comité de recherche et qui, avec beaucoup de compétence, ont su me guider patiemment.

Finalement, j'adresse mes remerciements au Fonds pour la formation de chercheurs et l'aide à la recherche (FCAR) et à la Fondation de l'Université du Québec à Montréal pour leur soutien financier lors de mes études.

TABLE DES MATIÈRES

PRÉFACE	IX
REMERCIEMENTS	XIII
INTRODUCTION	1
 CHAPITRE 1	
ONZE ADOLESCENTS QUI N'AVAIENT PLUS ENVIE DE VIVRE	7
LA PÉRIODE DE L'ADOLESCENCE	7
UNE DÉFINITION DU SUICIDE	9
ONZE JEUNES QUI ONT TENTÉ DE SE SUICIDER	10
 CHAPITRE 2	
LES ÉMOTIONS	31
VUE D'ENSEMBLE SUR LES ÉMOTIONS	32
DÉTAILS SUR LES ÉMOTIONS	33
La nature des émotions	33
L'intensité des émotions	36
Les conditions antécédentes aux émotions	39
Les conséquences	41
L'action sur les émotions	43
Agir sur les émotions: les accumuler ou les exprimer ..	43
Agir sur les émotions: les anesthésier ou les vivre	45
LA SIGNIFICATION CLÉ DE L'ÉMOTION	48

CHAPITRE 3

LE SOI	51
VUE D'ENSEMBLE SUR LE SOI	52
DÉTAILS SUR LE SOI	53
Les qualités	53
Les « défauts »	54
Les talents, les réussites et les échecs	55
Les désirs	56
La nature de la valeur globale du soi	57
Les conditions d'influence	59
LA SIGNIFICATION CLÉ DU SOI	61

CHAPITRE 4

LE CORPS	65
VUE D'ENSEMBLE SUR LE CORPS	66
DÉTAILS SUR LE CORPS	67
L'apparence du corps	67
L'apparence par les vêtements	69
Le corps-être	69
L'état physique	69
Le soin du corps	71
L'écoute du corps	72
LA SIGNIFICATION CLÉ DU CORPS	74

CHAPITRE 5

LES PROBLÈMES	75
VUE D'ENSEMBLE SUR LES PROBLÈMES	76
DÉTAILS SUR LES PROBLÈMES	77
L'amour	77
L'utilité	79
La stabilité	79
L'ampleur des problèmes	81
Les actions face aux problèmes	82
La décision	83
La persévérance	85
L'environnement	86
La vision des problèmes	87
Les conséquences des problèmes	88
LA SIGNIFICATION CLÉ DES PROBLÈMES	89

CHAPITRE 6

LES RELATIONS INTERPERSONNELLES	91
VUE D'ENSEMBLE DES RELATIONS INTERPERSONNELLES ..	92
DÉTAILS SUR LES RELATIONS INTERPERSONNELLES	93
L'isolement	93
Les relations sociales	96
La communication donnée	97
La communication reçue	100
La communication valorisée	102
L'aide demandée	102
L'aide offerte	105
L'aide valorisée	107
LA SIGNIFICATION CLÉ DES RELATIONS INTERPERSONNELLES	108

CHAPITRE 7

LA SOCIÉTÉ	111
VUE D'ENSEMBLE DE LA SOCIÉTÉ	113
DÉTAILS SUR LA SOCIÉTÉ	114
La vision de la société	114
Le rapport à la société	116
LA SIGNIFICATION CLÉ DE LA SOCIÉTÉ	117

CHAPITRE 8

LES OBJETS	119
QUELQUES EXEMPLES D'ACTIVITÉS D'EXPRESSION	120
VUE D'ENSEMBLE DU THÈME « OBJETS »	125
DÉTAILS SUR LES OBJETS	126
Les activités d'expression	126
Le lieu physique	128
LA SIGNIFICATION CLÉ DES OBJETS	129

CHAPITRE 9

LA SPIRITUALITÉ	131
VUE D'ENSEMBLE DU THÈME « SPIRITUALITÉ »	133

DÉTAILS SUR LA DIMENSION SPIRITUELLE	133
L'amour	133
Le bien	134
L'influence du monde supraterrrestre	135
Après la mort	136
LA SIGNIFICATION CLÉ DE LA SPIRITUALITÉ	137

CHAPITRE 10

LE SUICIDE : UN PHÉNOMÈNE COMPLEXE	139
VUE D'ENSEMBLE DU THÈME « SUICIDE »	141
DÉTAILS SUR LE THÈME DU SUICIDE	142
Les conditions antécédentes	142
Le contexte	144
La signification du suicide	146
Les conditions subséquentes	147
Les freins au suicide	149
Le goût de vivre	149
LA SIGNIFICATION CLÉ DU SUICIDE	151
QUELQUES BALISES SUR LE CHEMIN D'UNE THÉORIE EXPLICATIVE	151

CHAPITRE 11

L'INTERVENTION AUPRÈS DES JEUNES	167
LES TYPES D'INTERVENTION	167
PISTES SPÉCIFIQUES POUR L'ACTION AUPRÈS DES JEUNES	170
CONCLUSION	175
BIBLIOGRAPHIE	179

Si les taux de suicide et de tentative de suicide des jeunes adultes et des adolescents¹ du Québec ne cessent de croître, c'est que ces drames humains et sociaux sont encore imprégnés d'obscurité et de silence.

Comment expliquer ce silence et toute l'ambiguïté qui existe actuellement au Québec sur la question du suicide ? Le seul mot « suicide », une fois prononcé, suscite toute une panoplie de réactions, plus souvent qu'autrement, vives et douloureuses. Lors de la préparation de la recherche dont traite ce livre, j'ai dû contacter différents milieux du domaine de la santé, de l'éducation, de la justice, des services sociaux... Partout, les personnes ont manifesté d'intenses réactions de peur, de colère et d'indignation. Voici quelques réponses que j'ai reçues : « *Les jeunes ne veulent pas en parler, les adultes non plus* », « *L'image de l'école est à préserver; les gens diront : hein, le suicide, est-ce une école à problèmes ?* », « *On ne joue pas avec les clients. Le suicide, c'est trop complexe, c'est trop délicat. Pourquoi vous faites ça ?* [en criant] », « *Je ne suis pas sûre de connaître des jeunes qui ont fait des tentatives* », « *Tu serais mieux d'aller frapper à une autre porte* », « *Tout a été fait là-dessus, vous allez être obligée de changer de sujet* »... D'autres personnes, interpellées par le phénomène du suicide et qui s'étaient risquées, tout comme moi, à percer certains milieux, m'ont confié avoir aussi obtenu ce genre d'accueil.

Pourtant, le phénomène du suicide représente un problème important. Au Canada et au Québec, le suicide figure parmi les trois premières causes de décès chez les hommes et les femmes de 15 à 25 ans. Plus précisément, au Canada, le suicide est la première cause de décès chez les

1. Dans ce livre, le masculin est utilisé au sens générique pour désigner toute personne sans distinction de sexe.

hommes de 20 à 25 ans et il compte parmi les trois premières causes de décès chez les femmes du même groupe d'âge (cancer du sein 11 %, accidents de la route 11 % et suicide 10 %). Pour les jeunes de 15 à 19 ans, peu importe le sexe, le suicide est la deuxième cause de décès (Wilkins, 1995). Au Québec, au cours des trois dernières décennies, le taux de suicide a plus que triplé (Lesage, 1994). Selon les dernières données statistiques, le suicide constitue la première cause de décès des jeunes Québécois (Conseil permanent de la jeunesse, 1997). Chaque année, dans la province, plus de 1 400 personnes se suicident (suicides déclarés). Ce nombre vise surtout des adolescents et de jeunes adultes (Bureau de la statistique du Québec, 1995).

Mais il n'y a pas que les décès par suicide qui augmentent en flèche, les idéations et les tentatives aussi. Dans ces deux autres types de comportement suicidaire, ce sont encore les jeunes qui sont les plus touchés (Ministère de la Santé et des Services sociaux, 1997). Au cours des dernières années, plus de 1 300 jeunes ont dû être hospitalisés, annuellement, à la suite d'une tentative de suicide (Conseil permanent de la jeunesse, 1997). Cela signifie qu'à chaque jour, au Québec, de trois à quatre jeunes font leur entrée à l'hôpital après s'être blessés. C'est trop... et comme l'ont dit Volant *et al.* (1990, p. 15) : « Puisque le phénomène prend toujours plus d'ampleur, c'est que nous n'avons pas encore compris. »

Plusieurs instances gouvernementales et groupes sociaux se sont entendus pour dire que la prévention du suicide présentait un besoin criant de plus amples connaissances et qu'il était urgent d'entreprendre des recherches pour mieux comprendre et aider les jeunes, notamment ceux qui avaient déjà tenté de s'enlever la vie, car, pour eux, selon Santé Canada (1995), les risques de suicide sont 40 fois plus élevés que pour la population en général.

Les risques sont aussi très élevés pour les jeunes de la rue. Combien de jeunes, par année, fréquentent les soupes populaires, les centres de jour et les réseaux d'hébergement pour les sans-abri? Malgré la difficulté d'estimer le nombre de jeunes dans le Milieu de la rue, Fournier (1998) et Roy (1998) en offrent des indications. Leurs travaux, menés à Montréal, les chiffrent entre 4 000 et 9 372. Une étude produite par la Direction de la santé publique de Montréal-Centre révèle que le taux de mortalité chez les jeunes de la rue montréalais, âgés entre 14 et 25 ans, est 13,5 fois plus élevé que celui des autres jeunes du même âge. Plusieurs décèdent par suicide (Paré, 1998). Ces données attestent la recommandation de Roy (1998, p. 19) : « Un ambitieux programme de formation doit également être entrepris afin de mettre à jour nos savoirs, nos savoir-être et nos

savoir-faire au regard de la problématique des jeunes de la rue. La formation en matière de prévention du suicide ressort comme la priorité à se donner. »

Tous, nous devons travailler ensemble pour enrayer, ou du moins réduire, les taux de suicide et de tentatives de suicide des jeunes. La question du suicide n'est pas que l'affaire de suicidologues. Les décès par suicide, les tentatives de suicide et les idéations suicidaires ne laissent personne indifférent.

Lorsqu'un suicide survient dans un milieu, tous sont ébranlés. Plusieurs vivent des sentiments d'échec. Des mécanismes défensifs sont mis en branle (Pommereau *et al.*, 1994). « Quelle que soit l'institution, aucun événement ne mobilise plus fortement son fonctionnement que la survenue d'un suicide en son sein » (p. 84). Les chercheurs ont découvert, par exemple, que les jeunes endeuillés par suicide présentaient des réactions semblables à celles des victimes d'un désastre, d'un crime ou d'une guerre (Klimoff-Dishler, 1991). Ces réactions de stress post-traumatique se manifestent non seulement dans les jours qui suivent le drame, mais longtemps après.

Il en est de même des tentatives ou des idéations suicidaires : personne n'y est impassible. « Certaines tentatives de suicide peuvent produire des effets négatifs tout aussi importants qu'un suicide complété... » (Gallagher, 1997, p. 53). Les proches (personnes qui connaissent quelqu'un qui a des idéations suicidaires ou qui a posé un geste suicidaire non complété) vivent plusieurs émotions pénibles telles que l'angoisse, la culpabilité, l'impuissance, l'inquiétude. Il n'est pas rare de voir les lignes d'écoute des centres de prévention du suicide occupées, durant la nuit, par des proches qui souffrent d'insomnie. D'autres états dommageables peuvent se manifester : manque de concentration au travail, tensions physiques, etc.

Il est donc impérieux de se pencher sur la question du suicide, non seulement pour les personnes qui pensent au suicide ou qui manifestent un comportement suicidaire, mais aussi pour leurs amis, les membres de leurs familles, les aidants et la société en général.

Les auteurs qui se sont intéressés à la problématique du suicide y ont associé divers facteurs. Ceux-ci se retrouvent généralement sous deux rubriques : les facteurs précipitants et les facteurs de vulnérabilité. Ces derniers se rattachent soit au milieu, soit à l'environnement immédiat, soit au jeune. L'anonymat, l'isolement, l'éclatement des valeurs, l'individualisme, l'accessibilité des moyens létaux, la couverture médiatique des suicides commis par des gens connus, la situation de l'emploi et des conditions financières font partie des éléments reliés au milieu. Le décès d'un

proche, des placements répétitifs en famille d'accueil, la violence physique, l'alcoolisme ou la toxicomanie de un ou des parents figurent parmi les facteurs appartenant à l'environnement immédiat. Des difficultés de socialisation, des aspects physiologiques, une faible estime de soi, du désespoir, de la violence, de la dépression, etc., font partie des déterminants reliés au jeune lui-même (prédispositions individuelles). En ce qui a trait aux facteurs précipitants, le viol, l'avortement, la perte d'emploi, l'échec scolaire, un problème avec la justice, une rupture amoureuse, peuvent être signalés (Raymond, 1993).

Un déterminant, énoncé par quelques auteurs, a attiré mon attention; il s'agit du concept de soi. Le soi serait vital pour comprendre le comportement (Mussen, Conger et Kaplan, 1974; Stryker, 1987). De plus, nous savons que le soi est d'une grande importance à l'adolescence (Erikson, 1972; Grand'Maison, 1992; Kegan, 1982; Kroger, 1989). Bien que plusieurs chercheurs aient vu le soi comme un levier intéressant pour pénétrer le comportement suicidaire (Baumeister, 1991; Kastenbaum, 1992; Leenaars, 1991; Schneidman et Farberow, 1959; Wade, 1987), aucune recherche, à ma connaissance, ne s'est intéressée aux parcours du concept de soi des adolescents qui ont attenté à leur vie, de la période antérieure jusqu'à la période postérieure à leur geste suicidaire. Ces parcours, que j'ai cherché à connaître, ont constitué les tremplins des huit clés pour la prévention du suicide des jeunes présentées dans cet ouvrage.

Guidée par les concepts rattachés au soi (L'Écuyer, 1978, 1994), à la notion d'identité (Erikson, 1966), à l'interactionnisme symbolique (Blumer, 1969; Mead, 1934), aux référents sur la trajectoire (Corbin et Strauss, 1991) et aux définitions de l'adolescence (Kroger, 1989; Muuss, 1962; Stillion, McDowell et May, 1989) et du suicide (Baechler, 1975; Bardet, 1996), ma recherche s'est donné comme défi de décrire et d'expliquer les trajectoires du concept de soi de jeunes qui avaient tenté de se suicider. L'objectif général de l'étude était de générer une théorie substantive des trajectoires du concept de soi de jeunes qui ont fait une ou plusieurs tentatives de suicide, en partant de leur vécu, avant, pendant et après la tentative, et ce, sur une période d'environ quatre ans. Les objectifs spécifiques étaient: 1) d'identifier les caractéristiques du concept de soi du jeune le long de sa trajectoire, 2) de décrire les changements du soi ou l'absence de changement et 3) de déterminer les conditions qui intervenaient sur le soi et ses directions; non seulement ces conditions devaient être spécifiées, mais également leurs articulations.

S'insérant dans le paradigme du constructivisme (Lincoln et Guba, 1985), cette recherche a utilisé deux modes de collecte des données: 1) des documents personnels tels un journal de bord, une lettre, un recueil de poèmes, etc., et 2) des entrevues semi-structurées couplées à des entretiens

non-directifs. À l'intérieur de ces entretiens non-directifs était insérée la possibilité de s'impliquer dans des activités créatives (dessin, argile, jeu de blocs illustrant les relations interpersonnelles). L'entrevue semi-structurée donnait une certaine direction tout en offrant une latitude à la personne interviewée alors que les entretiens non-directifs permettaient de comprendre, avec plus de profondeur, la personne dans sa singularité et dans son historicité. Chaque jeune a été interviewé deux ou trois fois, sauf un qui ne l'a été qu'une fois. La première rencontre consistait en une entrevue semi-structurée alors que les rencontres ultérieures étaient des entretiens non-directifs. Au total, il y a eu 25 rencontres qui ont duré entre cinquante-cinq et cent minutes. Il est important de noter qu'entre les rencontres formelles qui étaient enregistrées et transcrites intégralement, il y a eu plusieurs rencontres informelles; celles-ci ont permis l'établissement d'un lien de confiance.

Les 11 jeunes rencontrés, âgés entre 17 et 25 ans, provenaient principalement du Milieu de la rue; ils fréquentaient des organismes communautaires. La majorité d'entre eux consommaient des drogues illicites. Plusieurs avaient été abusés physiquement ou sexuellement. Ils avaient posé un geste suicidaire au cours des deux dernières années. Leur participation était volontaire pour des considérations reliées à la liberté d'expression et au respect.

Les données ont été analysées à l'aide d'une méthode qualitative nommée: la « *grounded theory* », théorie ancrée ou théorie enracinée. Glaser et Strauss (1967) et Strauss et Corbin (1990) ont explicité cette méthode d'analyse comparative qui vise la découverte de perspectives théoriques à partir du monde concret. À force de comparer les occurrences à l'intérieur d'une entrevue ou d'un document, et entre les entrevues ou les documents, les concepts émergent et des liens entre les concepts se forment. Au fur et à mesure, les hypothèses se construisent. Ces dernières sont ensuite présentées aux personnes participantes pour obtenir leurs opinions. Une théorie locale, construction finale découlant des constructions intermédiaires, en résulte.

Le but du présent ouvrage est d'exposer les résultats de cette recherche. Ces résultats représentent la perception des jeunes de leurs réalités. L'ouvrage est parsemé de nombreux extraits tirés des discours des jeunes afin de vraiment leur donner la parole et de rendre plus vivants les concepts. Le premier chapitre est consacré à la présentation des 11 jeunes qui ont participé à l'étude, après avoir brièvement introduit les notions d'adolescence et de suicide. Les chapitres 2 à 9 présentent les huit clés pour la prévention du suicide chez les jeunes: 1) la gestion des émotions, 2) la perception du soi, 3) la relation au corps, 4) la vision et la résolution des problèmes, 5) les relations interpersonnelles, 6) le rapport à la société

et la perception de celle-ci, 7) la relation aux objets, 8) la dimension spirituelle. Le chapitre 10 offre une vue d'ensemble du suicide en tant que phénomène complexe. Il aborde, entre autres, les conditions antécédentes et subséquentes au geste suicidaire, les freins au suicide et la signification du geste posé. Le dernier chapitre propose quelques pistes pour l'intervention auprès des jeunes.

J'espère que les informations contenues dans ce livre éclaireront un tant soit peu l'intervention auprès des jeunes aux prises avec des intentions suicidaires. J'espère aussi que d'autres chercheurs et des aidants seront encouragés à aller encore plus loin dans la compréhension du suicide et de ces jeunes.

1

**ONZE ADOLESCENTS QUI
N'AVAIENT PLUS ENVIE DE VIVRE**

Avant de présenter les jeunes¹ qui ont été interviewés dans le cadre de ma recherche, j'ai cru bon, premièrement, de dire un mot sur l'adolescence afin de sensibiliser le lecteur à la réalité de cette étape de la vie, ou en guise de rappel, et deuxièmement, de préciser le concept de suicide afin pour que nous en ayons la même définition.

LA PÉRIODE DE L'ADOLESCENCE

L'adolescence a été identifiée comme une phase spécifique de la vie humaine à partir du milieu du XIX^e siècle. C'est la révolution industrielle qui a fait naître une séparation entre les enfants et les adultes qui, auparavant, travaillaient ensemble quotidiennement (Hurrelmann et Engel, 1989). Le jeune n'apprend plus son métier de ses parents. Ce type d'apprentissage, autrefois, favorisait la communication et la compréhension (Muuss, 1962).

Adolescence vient du verbe latin *adolere* qui signifie « croître, mûrir ». Certes, la croissance s'échelonne sur toute la vie, mais il semble que l'adolescence soit une période fondamentale, du moins en ce qui a trait à la définition de soi et à l'acquisition de l'autonomie (auto nomie : normes internes) (Kroger, 1989).

1. Dans cet ouvrage, les termes jeune et adolescent seront utilisés indifféremment car, à l'instar de Gauthier (1993), je ne veux pas restreindre la jeunesse ou l'adolescence à un âge de la vie, mais plutôt voir cette étape comme une période transitoire où se déroulent des processus déterminants.

Dans cette phase troublante de la vie, l'individu doit prendre des décisions majeures qui augmentent sa conscience de lui, ainsi que son incertitude face à lui-même. Son statut demeure ambigu. Des pressions s'exercent pour l'acquisition de son indépendance, bien que des obstacles à cette indépendance et à sa liberté sexuelle subsistent (Simmons, Rosenberg et Rosenberg, 1973).

L'adolescence, cet espace-temps situé entre la béate insouciance de l'enfance et les nombreuses responsabilités de l'âge adulte, est une période de bouleversements profonds, une pénombre du cheminement personnel, une zone nébuleuse. Cette période d'orientation psychosociale survient au même moment que des changements primordiaux s'opèrent sur le plan corporel (Caron, 1995). Le corps en métamorphose peut être ressenti par l'individu comme une violence qui lui est infligée pouvant susciter un sentiment d'étrangeté à lui-même, où il sent perdre la maîtrise de sa vie et de son corps (Corthay-Casot et Halfon, 1998). Ces transformations brutales du corps qui introduisent le trouble, le doute, l'indéfini, confrontent l'adolescent à l'*ananké*, cette loi de la nature devant laquelle il est totalement impuissant ; son corps est le fruit de l'union de ses parents et il se dit qu'il ne l'a pas choisi. C'est ce qu'expriment les adolescents quand ils nous disent : « *Je n'ai pas choisi de naître* », phrase dont le contrepoint est : « Je peux choisir de mourir. » La violence, comme maîtrise, apparaît alors (Jeammet, 1997).

Pour Chapelle (1990), l'adolescence est une période « à risque », « dangereuse », comparable à une mise au monde en raison de la nouveauté, du traumatisme et de la charge affective qui la marquent. Plusieurs présentent les adolescents comme étant en vide d'être, mais ne s'agirait-il pas plutôt d'effervescence, d'un trop-plein d'émotions, de pulsions sexuelles, d'idéologies (Beaulieu, 1996) ?

Stillion, McDowell et May (1989) définissent l'adolescence comme une période tumultueuse, en passant par des facteurs biologiques, psychologiques, cognitifs et environnementaux. Selon ces auteurs, sur le plan biologique, les adolescents agissent sous l'effet d'une production augmentée d'hormones. Sur le plan psychologique, la tâche majeure est d'établir un sens d'identité. S'ils comprennent qui ils sont et qui ils deviennent, il leur est plus facile de transiger avec les stressors de cette période. L'adolescence est aussi un temps critique pour former des liens d'intimité avec les amis. Ces liens les protègent de l'isolement et d'un sentiment de solitude. Au niveau cognitif, leurs premières expériences avec la pensée opérationnelle formelle les amènent à développer de l'idéalisme et de l'égoïsme. Pour la première fois, ils comprennent, à un niveau individuel, les implications de certains concepts telles la justice et l'égalité.

Une distance entre ce qui existe vraiment et leurs mondes idéalisés est vécue comme une tragédie. Ils peuvent également éprouver de la difficulté à accepter leur propre mort, ce qui occasionne une illusion d'invulnérabilité et une prise de risques. Croyant qu'ils sont les seuls à vraiment comprendre le monde selon leur nouvelle perspective, leur conscience de soi est amplifiée. Les petits tracasseries de la vie quotidienne semblent des traumatismes majeurs, créant de la souffrance. Finalement, l'adolescent est sous l'influence de facteurs provenant de l'environnement comme des conflits avec les parents, des relations turbulentes ou absentes avec les pairs, la consommation de drogues, etc.

Ces considérations peuvent expliquer, du moins partiellement, le fait que les adolescents et les jeunes adultes constituent le groupe, au Québec, où les taux de suicides et de comportements suicidaires sont les plus élevés.

UNE DÉFINITION DU SUICIDE

« Suicide » est un mot d'origine latine qui signifie mort de soi-même (*sui*: soi-même, *cide*: mort). Innombrables sont les auteurs qui ont tenté de définir ce phénomène complexe. Parmi les définitions proposées, nous retrouvons celle de Durkheim (1930, p. 5) : « On appelle suicide tout cas de mort qui résulte directement ou indirectement d'un acte positif ou négatif accompli par la victime elle-même et qu'elle savait devoir produire ce résultat. » Cette précision nous amène déjà plus loin que le seul sens étymologique ; elle demeure toutefois incomplète, réduisant, entre autres, le suicide à un acte.

Pour ma part, je préfère celle de Baechler (1975, p. 77) : « Le suicide désigne tout comportement qui cherche et trouve la solution d'un problème existentiel dans le fait d'attenter à la vie du sujet. » Dans son ouvrage, Baechler décortique cette définition. Par exemple, il explique que, par comportement, il entend la conduite et les modes de vie, ou encore que, par problème, il désigne autant les problèmes internes qu'externes.

Quant à la tentative de suicide, vu que le mot « tentative » vient du latin *tentare* qui veut dire tenter, c'est-à-dire commencer en vue de réussir, « tentative de suicide » signifie donc tenter de se suicider, essayer de s'enlever la vie. Dans le dictionnaire Robert (1990), le mot « tentative » est défini de la façon suivante : « Action par laquelle on s'efforce d'obtenir un résultat quand ce résultat est ou douteux ou nul. » Bardet (1996, p. 4) propose la définition suivante : « Une tentative de suicide (ou ts, en jargon médical)

est un acte délibéré par lequel un individu se cause un préjudice physique, dans l'intention de se donner la mort ou d'obtenir un changement d'état (mettre fin à une souffrance psychique ou physique), mais dont l'issue n'est pas fatale. » Dans mon étude, les tentatives symboliques (p. ex., fuguer de la maison parentale avec l'intention de poser un geste suicidaire et y revenir sans avoir posé ce geste) ou les patrons d'automutilation n'ont pas été considérés comme des tentatives de suicide.

ONZE JEUNES QUI ONT TENTÉ DE SE SUICIDER

J'ai cherché à comprendre ce que vivaient les jeunes qui avaient fait une ou plusieurs tentatives de suicide. J'ai pensé, comme Chabot (1997), que c'est vers ceux qui étaient passés aux actes qu'il fallait se tourner. Les jeunes devenaient donc les experts, ceux qui détenaient les réponses à mes questions. D'octobre 1998 à février 2000, je me suis impliquée dans quelques organismes communautaires du centre-ville de Montréal et j'ai sillonné les rues en compagnie d'un travailleur de rue. Onze jeunes ont accepté de me faire part de leurs expériences.

Le tableau 1 résume un certain nombre des caractéristiques des jeunes qui ont participé à l'étude. Cinq femmes et six hommes, tous d'origine québécoise et âgés entre 17 et 25 ans (l'anniversaire de naissance survenant entre la première et la dernière entrevue pour deux des participants, leur âge est passé de 19 à 20 ans), ont été interviewés. Le temps passé entre la tentative de suicide et la participation à la première entrevue variait de dix jours à deux ans. Les moyens utilisés par les adolescents pour tenter de mettre fin à leurs jours furent divers. Trois des onze jeunes en étaient à leur première tentative de suicide alors que deux en avaient fait plus de dix ; pour les autres, le nombre de tentatives antérieures variait de une à trois sauf pour un des jeunes pour qui nous n'avons pas l'information exacte.

La section qui suit présente les 11 participants de l'étude par des données telles que : l'âge, les antécédents suicidaires, l'intention au moment de la tentative, le moyen utilisé. Les faits de la vie du jeune, avant et après son geste suicidaire, sont aussi exposés.

Tableau 1
Les participants et quelques-unes de leurs caractéristiques

Prénoms (fictifs)	Sexe	Âge	Moyen utilisé	Intervalle entre la tentative et la première entrevue	Nombre de tentatives
1. Vanessa	F	20 ans	Surdose d'héroïne	5 semaines	> 10
2. François	M	21 ans	Pendaison	2 ans	2
3. Julie	F	17 ans	Surdose de médicaments et laceration	4 semaines	1
4. Patricia	F	23 ans	Surdose de mescaline	2 ans	4
5. Jean-Marc	M	25 ans	Surdose d'héroïne et de cocaïne	1 an et demi	1
6. Sébastien	M	19 ans	Saut d'un pont	6 mois	4
7. Joëlle	F	19-20 ans	Surdose de médicaments	2 ans	> 10
8. Mélanie	F	17 ans	Ingestion de produits d'entretien	3 semaines	3
9. Frédérick	M	19-20 ans	Surdose de cocaïne	10 jours	4
10. Mathieu	M	18 ans	Laceration	9 mois	> 1
11. Pierre	M	24 ans	Surdose de cocaïne et laceration	1 an et demi	1

1. Vanessa²

Vanessa est une jeune femme de 20 ans qui a dit avoir, une dizaine de fois, tenté de s'enlever la vie ; elle n'a pu fournir un nombre précis de fois. Elle a mentionné, cependant, qu'elle avait utilisé soit la drogue, soit un produit toxique (ammoniaque). Lorsque je l'ai rencontrée pour la première fois, elle avait essayé de se suicider en s'injectant une dose massive d'héroïne, cinq semaines plus tôt (c'était sa tentative la plus récente).

Je n'ai pas d'informations sur la dose qu'elle s'est injectée, mais je sais qu'elle est entrée dans un coma et qu'elle a été réanimée par une équipe médicale à l'hôpital. En absorbant cette quantité d'héroïne, Vanessa avait l'intention de se suicider : « *La dernière tentative de suicide, bon, après un viol, consciemment ce que je voulais, j'espérais crever d'une overdose, j'espérais ne pas être capable de supporter toute la drogue que mon corps absorbait.* »

2. Les prénoms des participants ainsi que les prénoms de leurs amis, intervenants, membres de la famille ou autres personnes nommées par eux sont fictifs dans le but de respecter l'anonymat et la confidentialité. Aussi, dans le même but, certains détails ont été légèrement modifiés tels l'âge d'un frère ou le sexe d'un enfant.

Elle a dit qu'elle avait quitté le domicile familial à l'âge de 13 ans parce que son père la battait. Elle est partie avec un copain qui, lui aussi, se faisait violenter chez lui. Ils se sont retrouvés au centre-ville de Montréal. Dans la rue, Vanessa a ressenti plusieurs émotions : honte, humiliation, culpabilité, rejet, agressivité. Elle y a découvert les drogues ; elle y a appris la quête et le vol. Cinq ans plus tard, elle s'est insérée dans le milieu de la prostitution. À deux reprises, elle s'est fait violer par un ex-client. Elle a cherché en vain un réconfort auprès des personnes qu'elle côtoyait et qu'elle croyait ses amis. Se sentant alors *« très déçue, seule et dégoûtée d'elle-même »*, elle a tenté de mettre fin à ses jours. *« Bon, le viol, c'est ce qui m'a donné l'idée de me suicider, la goutte qui a fait déborder le vase, et puis en en parlant, c'était la deuxième fois que ça arrivait avec la même personne, ça fait que c'était humiliant. »*

À sa sortie de l'hôpital, elle s'est retrouvée dans le Milieu de la rue où elle a vaqué à ses activités habituelles : quête, prostitution, consommation de drogues... Pour elle, le passage du temps lui a confirmé sa *« corruption »*. *« Par rapport à moi, je trouve ça bien rough. J'ai un certain dégoût de moi-même. Il y a certaines choses que je regrette. Je me sens coupable. J'ai des peurs. J'ai des blessures qui ne pourront jamais partir, tu sais. Ma conscience, je la considère positive ; j'ai une âme ; je suis une personne quand même saine, mais on dirait que tout ça me corrompt. Je suis corrompue carrément. »*

Vanessa a expliqué que de 13 ans à 18 ans, elle commettait des vols avec effraction avec des copains et que c'est de cette façon qu'elle réussissait à se procurer sa drogue. *« J'étais tellement fière parce que j'avais consommé cinq ans puis ça coûte cher tu sais, puis je n'avais pas eu à me prostituer. »* Elle a ajouté : *« J'étais contre la prostitution. Puis les valeurs, le respect, par rapport à ça... Je suis déchirée dans mon intérieur, dans mon estime. »* Lorsque je l'ai rencontrée, elle ne croyait pas qu'elle pouvait guérir ses déchirures intérieures (*« Je pense que ma sexualité va "être fuckée pour un bout" », etc.*). Aussi, pour elle, vivre autrement était inaccessible. Par exemple, elle ne se voyait pas *« dans un travail régulier, un petit quotidien, une petite routine »* se définissant plutôt comme une personne *« marginale, excentrique »* ; elle ne croyait plus qu'il était possible de gagner sa vie avec l'art et *« préférerait ne pas avoir trop d'attentes »* ; elle ne pouvait réaliser son désir d'avoir des enfants, étant infertile, etc. Aussi, elle considérait qu'elle avait *« trop de retard »*, elle ne savait pas comment faire fonctionner un ordinateur, elle s'était retirée du système scolaire depuis trop longtemps...

Elle a dit qu'elle connaissait les ressources d'aide et que, si elle mettait ses énergies à la bonne place, sûrement qu'elle réussirait à orienter sa vie différemment et à quitter le Milieu de la rue, mais elle avait peur de l'échec et du rejet. Pour ces raisons, elle exprimait que cela ne lui *« tentait pas, présentement »* d'y mettre des efforts.

2. François

François est un jeune homme âgé de 21 ans qui, deux ans plus tôt, avait tenté de s'enlever la vie par pendaison. Il venait de démolir sa chambre et de menacer de tuer sa mère, lorsqu'il s'est enfui de la maison et a grimpé dans un arbre dans lequel il avait installé une corde, quelques semaines plus tôt. La corde autour du cou, il observait les ambulanciers et les policiers qui étaient sur place. Ce sont les policiers qui l'ont rejoint dans l'arbre et qui l'ont finalement décroché. Il s'est retrouvé à l'hôpital.

Environ un an plus tôt, François avait amorcé une tentative de suicide en utilisant un couteau. *« J'avais déjà essayé de me suicider avec un couteau de cuisine avec des dents coupées au laser, puis genre je n'avais pas le cœur, ça faisait trop mal, tu sais. »*

François a rapporté qu'au cours de son adolescence, avec des camarades, il invoquait les morts par des pratiques occultes. Aussi, il priait un de ses oncles qui s'était suicidé. Il vivait beaucoup de haine envers les autres, la société et lui-même. Il nourrissait des idées noires. Il accumulait les échecs, par manque de persévérance, a-t-il expliqué (relations amoureuses, affaires scolaires...). Il consommait des drogues pour *« geler ses émotions »* de tristesse, de colère, de haine... Dans son groupe d'amis, les relations étaient superficielles et remplies de vanité, disait-il. La société, qu'il percevait constituée de fausses valeurs, l'opprimait. Il ne voyait pas ce qu'il faisait sur cette terre *« remplie de mensonges et de superficialités »* ; il se sentait *« perdu et très révolté »*.

Quelques mois avant sa tentative par pendaison, ses parents, qui souffraient beaucoup de ses attitudes et de ses comportements violents, avaient demandé à une de ses tantes de le rencontrer pour lui parler de valeurs spirituelles. Au contact de cette tante, il a mentionné que *« l'esprit sain lui avait révélé des choses, une partie des mensonges qui étaient dans sa vie et dans le monde »*, mais il a ajouté qu'il n'a réellement développé sa spiritualité qu'après son séjour à l'hôpital.

Dans cet hôpital, il a dit s'être senti enfermé et avoir continué à entretenir des idées suicidaires. Il accumulait, dans un endroit caché du personnel, des toxines (cigarettes dans de l'eau) qu'il n'a finalement pas ingérées. Il a ajouté qu'à l'hôpital il s'était aussi senti aidé. C'est là qu'il a commencé à apprendre la patience et certaines vérités (p. ex., *« on ne peut pas faire ce que l'on veut dans le monde sans en subir les conséquences »*). Il a également reçu le soutien de ses proches.

Peu de temps après sa sortie de l'hôpital, il a accepté d'actualiser davantage la spiritualité qu'il avait découverte au contact de sa tante. Cette spiritualité lui a appris la discipline, la persévérance et l'amour des autres, de la société et de lui-même.

Encouragé par ses améliorations et ses réussites qu'il a obtenues à force d'efforts, il perçoit maintenant la vie sous un tout autre angle : il n'y a pas que de fausses valeurs qui sont véhiculées dans la société, il y en a aussi des bonnes. De plus, il croit que les épreuves sont un mal nécessaire qui renforce l'être humain. Il pense que c'est normal de souffrir sur la terre, mais qu'il importe de souffrir pour les bonnes choses (p. ex., pour aider les autres et non pour obtenir du prestige).

Aujourd'hui, François est entouré de personnes significatives sincères sur qui il peut compter. Il est capable de se lever tous les matins pour se rendre à son emploi qu'il occupe maintenant depuis plus de six mois. Il continue de travailler sur certains aspects de lui-même. Il voit l'utilité de sa vie.

3. Julie

Julie, âgée de 17 ans, était à l'école lorsqu'elle a fait sa tentative de suicide. Elle a absorbé des médicaments variés et s'est lacéré les poignets avec un couteau. Elle a dit ne plus se souvenir de ce qu'elle avait pris. D'après ses cicatrices, ses coupures ont dû être assez profondes. Après son geste, elle m'a informée qu'elle « *avait perdu le fil* » et qu'elle s'était « *réveillée à l'hôpital* ». Je l'ai rencontrée, la première fois, un mois après sa tentative et elle m'a décrit son cheminement.

Dans son milieu familial, immédiat et élargi, il régnait un manque de communication qu'elle a qualifié de considérable. Elle ne rencontrait jamais les membres de sa parenté (grand-père, oncles, tantes...). Ses parents étaient souvent absents et entretenaient des exigences très élevées à son égard. Par exemple, ses notes à l'école, bien que très bonnes, n'étaient jamais assez hautes pour eux. Elle recevait le message (de ses parents et de son frère) qu'elle n'était pas intelligente, pas habile manuellement et qu'elle était « *de trop* ». « *Pour mes parents, la vie ça ne vaut pas la peine. En tout cas, pour moi, dans ma situation [Julie est une personne en situation de handicap], ils disaient que ça ne valait pas la peine. Pour mon frère, ils disaient la vie est belle. Mais pour moi, ils me rabaissaient tout le temps. Ils disaient tout le temps que je n'avais pas d'affaire ici. Ça fait qu'à un moment donné, je me suis mise à le croire.* » Julie se sentait à part, rejetée, non reconnue. Constamment rabaissée, elle s'est repliée sur elle-même.

Elle a exprimé qu'elle avait alors de la « *difficulté à s'aimer et à se faire confiance* ». De plus, elle ne voyait rien d'intéressant à la vie. Dévalorisée, se sentant inutile, pas importante, coupée des autres et de la société, elle a décidé de mettre son projet de suicide à exécution. À l'hôpital, l'aide qu'on lui a offerte ne répondait pas, selon elle, à ses besoins. On lui a proposé de voir un psychiatre. Dans son bureau, il aurait parlé longtemps

au téléphone pendant qu'elle attendait à côté. Son discours aurait porté sur une autre de ses patientes qu'il aurait *« traitée de folle »*. *« Tu n'as pas le droit de dire ça de tes patients. C'est un hostie de cave. Il parlait en anglais. Il pensait que je ne comprenais pas l'anglais, mais je comprends très bien l'anglais. Moi, ça m'a frustrée. Ça m'a fait chier. C'est pour ça que je ne veux pas y retourner. »* Aussi, elle aurait rencontré un travailleur social ou un psychologue qui *« essayait tout le temps de discuter de la relation avec ses parents »* et vu qu'elle ne *« voulait rien savoir de ses parents »* et qu'elle ne *« voulait pas retomber dans l'ancien pattern avec eux »*, elle ne s'est pas sentie aidée. Elle a choisi de ne pas s'exprimer, se sentant incomprise et pas respectée. Elle ne l'a fait qu'une semaine plus tard environ avec un intervenant communautaire que lui avait présenté un ami.

Avec lui, elle s'est sentie écoutée et comprise. Elle s'est confiée et a commencé à régler les problèmes qu'elle rencontrait. Elle a appris à raisonner différemment, à se calmer et à répondre à ses besoins. Elle a compris l'importance de prendre soin d'elle et de bien communiquer. Elle a déménagé de chez ses parents à un foyer d'accueil. Grâce à des moments précieux qu'elle a passés dans la nature ou avec ses amis, elle s'est resourcée. Quoique encore fragile lorsque je l'ai rencontrée, Julie sentait qu'elle avait trouvé sa route. Elle était plus positive envers elle-même. Elle était encouragée et voyait un sens à sa vie. *« J'ai ma place comme tout le monde. Je ne devais pas mourir. J'ai une mission à accomplir sur terre, puis elle n'est pas faite encore. »* Julie a exprimé qu'elle avait le désir d'aider les autres, mais auparavant elle avait le *« contrat »* de s'occuper d'elle (se connaître, s'écouter, relaxer...).

4. Patricia

Patricia, 23 ans, a tenté de se suicider à l'aide d'une surdose de mescaline (3,5 grammes). Je l'ai rencontrée deux ans après son geste suicidaire. Dans la période qui a précédé sa tentative, elle a vécu plusieurs traumatismes. *« Je pense que c'est à cause de ça que j'ai voulu en finir. Je me disais : "C'est assez, deux viols, deux voies de fait", puis dans ce temps-là, j'ai eu de la violence conjugale avec mon chum. J'avais eu de la violence dans ma famille, ma mère qui me frappait. Puis j'ai été pas mal barouettée d'un bord puis de l'autre. Ça fait que tout ça ensemble, ça a fait un mélange explosif, mettons. »* Elle a mentionné plusieurs problèmes avec ses parents qui, par exemple, l'accusaient des malaises de son grand-père, l'enfermaient, la rabaissaient en la traitant de grosse, d'imbécile, etc. Patricia recevait beaucoup d'interdictions : elle n'avait pas le droit de toucher à la cuisinière, à la lessiveuse, à la machine à coudre... (ce qui a créé, a-t-elle expliqué, un manque de confiance en elle et l'impression d'être une *« incapable »*). Dans la maison, il y avait beaucoup de chicanes. Elle s'est mise à chercher l'amour et la confiance auprès des

garçons. Elle a subi de nombreuses ruptures amoureuses. En l'espace d'une année, elle a déménagé six ou sept fois (ses parents « *l'ont mise dehors* », elle a été placée en famille d'accueil, elle a séjourné chez une amie, elle est retournée chez ses parents, elle a habité avec une autre amie, puis dans un centre d'hébergement...). Elle se dévalorisait et se négligeait. Elle se sentait « *seule, rejetée et blessée* ». Elle ne parlait pas des difficultés qu'elle vivait. À cette époque, elle « *voyait tout noir* », a-t-elle dit. Elle se disait : « *Ça ne va pas bien, puis ça n'ira jamais bien, puis je vais rester dans mon trou.* » Elle se sentait « *déconnectée de tout* » et a tenté de se suicider « *parce qu'elle voulait arrêter de souffrir* ». Aussi, c'était une façon de demander de l'aide, a-t-elle ajouté.

La journée de son geste suicidaire, Patricia a exprimé que son ami « *l'avait crissée là* », qu'elle « *était cassée comme un clou* » et qu'il y avait eu une chicane avec ses parents. Elle a pris un gramme de mescaline, puis elle a décidé d'en prendre 2,5 grammes de plus. Elle a mentionné que son intention était « *d'en finir* ». Elle était alors accompagnée d'une copine qui consommait avec elle. Cette copine aurait fait un « *badtrip* ». Quant à Patricia, elle a dévoilé qu'elle s'était sentie mal, qu'elle en « *avait perdu des bouts* » et qu'elle s'était finalement réveillée à l'hôpital après que quelqu'un l'eut trouvée sur un trottoir. Elle était alors « *toute perdue dans sa tête* ».

Cette tentative était sa quatrième. Entre l'âge de 15 et 21 ans, elle en avait fait trois. Elle a expliqué que sa première avait eu lieu à la suite de deux viols.

Après le geste suicidaire qu'elle a posé à l'âge de 21 ans, elle a passé par diverses étapes : ambivalence, peur, confusion, colère contre soi, regrets, dépression, alternance de « *hauts et de bas* »... Elle a réalisé qu'il y avait des personnes qui tenaient à elle. Lorsque le personnel de l'hôpital lui a suggéré d'accepter de l'aide, elle s'en est sentie choquée et a refusé. Elle a réfléchi ultérieurement à ce qui lui avait été dit, particulièrement à ce qui avait trait à la démystification du fait de recevoir de l'aide. Elle a finalement décidé de solliciter cette aide. « *Je me suis ouvert, j'ai dit : "Là, il faut que je vois quelqu'un, ce n'est pas normal que je fasse des tentatives de suicide. Il faut que je sois suivie", puis c'est ça que j'ai fait.* » À travers le soutien reçu, Patricia a commencé à se sentir mieux et à s'aimer davantage. Elle a commencé à cultiver une pensée plus positive et à parler non seulement des difficultés qu'elle vivait, mais à s'exprimer plus dans son quotidien. « *Avant, tu sais, mettons une niaiserie, j'étais comme je fermais ma boîte, puis je m'en allais. Ça me faisait super mal, puis aujourd'hui, je suis capable de répliquer une réponse.* »

La naissance de sa fille a été, pour elle, un facteur important dans son désir de changer. « *Je trouve que la chose qui a fait changer ma vie le plus, vraiment là, je pourrais dire autant que les tentatives de suicide et peut-être même*

plus, c'est ma fille. Pendant la grossesse, premièrement, j'ai affronté l'anorexie parce que veux, veux pas tu engrais. Deuxième des choses, j'ai changé ma façon de voir parce que je me disais : "Je ne peux pas rester comme ça, puis être une mère, tu sais, négative, puis tout le temps amorphe et tout ça, il faut que je change". »

Lors du dernier contact, Patricia se disait heureuse dans son rôle de mère, d'étudiante et de conjointe. Elle continuait de recevoir de l'aide parce qu'elle disait que, sans ce soutien régulier, elle « *retombait à zéro* ». Elle participait à des groupes d'entraide en plus des autres activités significatives qu'elle accomplissait quotidiennement (activités scolaires, familiales...). Elle confiait que cela la motivait et que cela la « *démoralisait moins que rester à la maison à rien faire* ». Elle exprimait qu'elle se sentait plus capable d'affronter la vie, qu'elle faisait plus confiance aux autres et qu'elle regardait en avant. Elle avait des projets d'avenir (finir ses études, obtenir un emploi, continuer de prendre soin de son enfant et l'aider à se développer...). Elle s'appréciait davantage et disait qu'elle était capable maintenant de faire bien des choses, qu'elle n'avait qu'à y mettre les efforts. Elle m'a cependant confié qu'elle vivait encore une difficulté : sa réaction au stress. Elle tentait de gérer ce stress en parlant et en continuant de s'impliquer dans les ressources d'aide qui lui étaient disponibles.

5. Jean-Marc

Jean-Marc, 25 ans, s'est injecté une dose phénoménale d'héroïne (une dose quatre fois plus élevée que celle qu'il avait l'habitude de prendre), après avoir absorbé de la cocaïne (dose inconnue), un an et demi avant que je le rencontre en entrevue. Son intention était de « *disparaître, de crever* ». Ce geste fut sa seule tentative de suicide.

Son discours démontre que son enfance et son adolescence furent marquées par un père autoritaire et partial et une mère nerveuse et abusant d'alcool. On exigeait, alors, qu'il ait telle coupe de cheveux, qu'il s'habille de telle façon, qu'il fasse les choses à la façon des autres, etc. Jean-Marc a reçu le message qu'il n'avait pas le droit d'être lui-même et, par extension, qu'il n'avait pas le droit d'exister. Il a mentionné que ses parents « *s'engueulaient toujours* » et que sa mère brisait des objets, dont ses jouets, en les lançant sur les murs. Quand il a atteint l'âge de 13 ou 14 ans, ses parents se sont séparés. Son père est parti avec une autre femme. Ce couple a connu des problèmes juridiques qui ont eu comme conséquence des restrictions de contact avec Jean-Marc. Cependant, le frère de Jean-Marc aurait continué de voir leur père et il aurait reçu des privilèges de sa part (aide financière, accessibilité d'une auto, etc.). Quant à sa mère, elle a vécu seule et continué à « *prendre des pilules pour les nerfs et à boire* ». Jean-Marc l'a visitée régulièrement, mais l'ambiance des rencontres variait d'un extrême à l'autre : « *Il y a des bouts, ça va super bien puis d'autres bouts,*

j'arrive là, puis elle est saoule, puis elle commence à m'écœurer. » C'est lorsque qu'elle était sous l'effet de l'alcool qu'elle le traitait de noms, par exemple, de « chien », de « vaurien »... Les conflits familiaux, l'absence de feedback positif et d'aide l'auraient conduit dans la rue et dans le système débrouille.

Dans la rue, il s'est lié à une fille de son âge et, du couple, est né un enfant. Durant l'année qui a précédé sa tentative de suicide, il y a eu beaucoup de conflits conjugaux et l'ambiance était tendue. Sa conjointe négligeait l'enfant, le laissant pleurer des heures et ne s'occupant pas de son hygiène, sauf lorsqu'elle avait pu prendre sa dose de drogue. Une distance s'est rapidement installée entre les conjoints et il y a finalement eu séparation. La conjointe de Jean-Marc est partie avec un autre homme, l'abandonnant avec leur enfant. En plus de perdre beaucoup matériellement, Jean-Marc y a laissé en grande partie sa valeur personnelle. Ses espoirs d'un rétablissement ont décliné rapidement et cette déception a entraîné une rechute dans la drogue, de la fatigue, un état dépressif et de la malnutrition.

Désespéré, il a tenté de mettre fin à ses jours : *« Je me suis shooté toute l'héro d'une shot. J'étais sûr. Je l'avais. Je l'ai poussé, puis j'ai senti mon buzz monter. Je suis tombé dans les pommes. Je ne me rappelle plus de rien. »* À ce moment, il percevait les autres comme étant incompréhensifs et durs. Il se percevait comme *« moins que rien »*. Il n'était pas fier de lui et il s'en voulait. Il se blâmait d'être resté avec cette femme et de l'avoir crue quand elle avait dit qu'elle se ferait avorter si elle tombait enceinte, aussi de l'avoir crue quand elle lui disait qu'elle l'aimait.

Il a été réanimé par les membres du personnel d'Urgence Santé. Il a dit qu'il avait refusé l'offre qu'ils lui avaient faite de se rendre à l'hôpital. Des policiers étaient aussi présents; ceux-ci lui auraient dit de *« ne pas se manquer »* la prochaine fois, qu'il devrait sauter du haut d'un pont à la place, que ce moyen était plus certain.

Au réveil de sa tentative, surpris d'être toujours vivant, Jean-Marc s'est dit que s'il n'était pas mort, c'était qu'il avait *« une job à faire »*. Il s'est impliqué dans une thérapie qu'il a jugée inefficace, sauf pour les activités de culture physique qui lui ont apporté un certain *« soulagement »*. Cet entraînement l'a aidé à canaliser sa colère et l'a motivé par les résultats concrets qu'il obtenait. Mais cette période de mieux-être n'a pas duré. Il a recommencé à consommer des drogues illicites. Exaspéré de sa situation, il a décidé de chercher plus d'aide. Il a expliqué cette décision personnelle par la maturation naturelle.

Il s'est fixé des objectifs personnels et s'est montré prêt à accomplir les actions pour les atteindre. Il a reçu de l'aide de diverses sources (ami, service médical, agence communautaire) et a continué ses efforts. Il a retrouvé l'espoir qu'il avait perdu. Cet espoir restait toutefois fragile. Il a réussi, par exemple, à regagner les contacts avec son enfant et s'en est trouvé très valorisé. Il passait une journée par semaine avec sa petite fille de quatre ans. Il a dit que c'était la seule journée où il se sentait mieux.

Au moment où nous avons quitté le terrain, Jean-Marc vivait en alternance des périodes de mieux-être (*« Quand ça fait longtemps que je ne me suis pas gelé, puis que je mange des repas réguliers, puis que je pèse 175 livres, en santé. C'est mieux comme ça, tu sais »*) et de mal-être (*« Je n'aime pas ce que je fais. Si j'aimais ce que je fais, ça ne me dérangerait pas. Je ne suis pas bien là-dedans. Surtout que je passe mon temps à courir après l'argent pour la drogue »*). Mais ces périodes de mal-être étaient de plus courte durée qu'auparavant. Jean-Marc était en lutte.

6. Sébastien

Sébastien est un jeune homme de 19 ans qui s'est jeté du haut d'un pont dans le but d'en finir avec sa vie. Nous l'avons rencontré environ six mois après son geste suicidaire ; il s'agissait de sa quatrième tentative de suicide. Cet adolescent a tenté une cinquième fois de s'enlever la vie en cours de recherche, plus précisément, entre la deuxième et la troisième entrevue, à cause d'un amour qu'il savait impossible. Comme moyen, il a alors utilisé une surdose de cocaïne (nous ne connaissons pas la quantité qu'il s'est administrée). Ce n'est qu'après son réveil à l'hôpital et encore branché sur le sérum, qu'il a osé avouer à une de ses amies l'amour qu'il éprouvait pour elle. Il savait que cette amie était engagée depuis plusieurs années dans une relation amoureuse avec un autre homme.

Dans l'année qui a précédé son saut du pont, Sébastien était membre d'un « gang de rue ». Il était impliqué dans des transactions de drogues et des actes de violence. *« J'étais dans un gang aussi dans ce temps-là ; puis il y a des affaires que j'ai faites dont je ne suis pas trop fier, mais c'étaient des situations de vie ou de mort. Il y avait beaucoup de batailles entre ma gang puis d'autres gangs. Ce n'étaient pas des couteaux, c'étaient des armes à feu. »* Se trouvant très souvent dans des situations dangereuses, cet adolescent a appris à fuir les antagonistes et les agents de la loi. Après des périodes de plaisir, il traversait des périodes de routine ennuyeuse et c'est là que se sentant « à bout » et « en ayant assez de vivre », il pouvait poser un geste suicidaire. Il était alors indifférent à sa vie et à sa mort et il se disait qu'après son suicide la vie continuerait et que personne ne remarquerait son absence.

À cette époque, il s'est décrit « *renfermé sur lui-même* ». Il désirait « *arrêter de tuer* » et « *avoir des amis* ». Il se disait « *tanné d'être dans la rue* ». Il se sentait seul. Il n'avait que quelques copains de passage. Ses contacts, brefs et peu investis, se limitaient à des fournisseurs de drogues, des travailleurs du sexe et des « *junkies* ». Sa famille était absente de son quotidien. Il n'avait pas connu son père. Il était en conflit avec sa mère qui, de plus, demeurait à plus de mille kilomètres et il n'avait que deux demi-sœurs en bas âge (âgées de moins de 5 ans).

Immergé dans des conflits de toutes sortes (problèmes avec le chef du gang, difficultés de se faire payer pour la drogue qu'il distribuait, etc.), il a décidé de prendre un temps d'arrêt à l'extérieur du gang pour réfléchir à ce qu'il voulait faire. Après avoir réussi à se retirer de ce « *gang* », il s'est replié sur lui-même. Puis arrêté par les policiers et conduit dans une maison d'hébergement, il a refusé l'aide que les intervenants lui ont offerte, par manque de confiance en eux, a-t-il dit. Il a ajouté qu'il n'avait jamais accepté l'aide de personne. Après son départ de la maison d'hébergement, il s'est rendu sur un pont et a décidé de sauter pour s'enlever la vie. Il cherchait alors « *le repos dans la paix* » (*Rest in peace*). Il voyait la vie comme un « *tas de problèmes* ».

Ayant « *manqué son coup* », il a remonté dans le but de sauter de nouveau. Un homme s'est mis sur sa route et a tenté de le retenir. Sébastien s'est débattu et a fini par casser la mâchoire de cet homme qui a dû se rendre à l'hôpital. Ensuite, les policiers sont intervenus. Ils lui ont donné un coup de poing dans le ventre, l'ont plaqué au sol et l'ont menotté. L'adolescent s'est retrouvé dans un centre de détention.

À sa sortie, il a décidé d'améliorer son état et de changer de milieu de vie. Son oncle lui a enseigné le *kickboxing* et la méditation. Selon le témoignage de Sébastien, cet entraînement régulier l'a relaxé et lui a donné confiance en lui. Aussi, il a amélioré la maîtrise de ses émotions et adopté une meilleure conduite (moins agressive). Dans la même période, il a reçu le soutien d'une amie.

Il a ensuite déménagé à Montréal. Les contacts avec son oncle sont devenus sporadiques. Ils ne se voyaient que pour faire des transactions de drogues (son oncle était l'un de ses fournisseurs). Les contacts avec son amie ont été interrompus. Son mode de vie était le suivant : il passait la moitié de la semaine dans l'appartement d'un copain à écouter la télévision sous l'effet de la drogue et, durant l'autre moitié, il sortait avec des amis, se rendait dans des organismes communautaires, jouait un peu de guitare et faisait un peu de sport (du ski surtout). Lorsque nous l'avons vu pour la dernière fois, Sébastien trouvait que la vie était « *plus généreuse* ». Il lui arrivait de faire des rechutes, mais il s'efforçait de « *vivre avec lui* », de « *faire son possible à tous les jours* » et de « *faire de son mieux pour aider les autres* ».

7. Joëlle

Joëlle avait 19 ans lorsque nous l'avons rencontrée en entrevue pour la première fois. Deux ans plus tôt, elle avait essayé de s'enlever la vie en absorbant 25 comprimés de Dilantin. « *C'était les Dilantins de mon père. Croies-moi, ça empoisonne. Je ne pensais pas redevenir normale. C'était fou.* » Après une fin de semaine passée chez ses parents, elle s'est retrouvée dans sa chambre, en centre d'accueil, avec les pilules en main. Après quelques instants d'ambivalence, elle s'est sentie « *poussée* » à les prendre. Puis, la peur l'a envahie et elle a décidé de dire aux éducateurs ce qu'elle venait de faire. Elle s'est retrouvée dans une ambulance puis à l'hôpital. Elle en était à sa douzième tentative de suicide. C'est lors de cette expérience qu'elle a décidé de « *s'en sortir* ».

C'est à l'âge de 15 ans que Joëlle a posé son premier geste suicidaire. Elle a expliqué que, soudainement, l'idée qu'il « *fallait qu'elle se tue* » lui était venue « *tout seul dans sa tête* ». Elle avait, cette fois-là, pris une douzaine de comprimés de Tylénol. Elle était dans le sous-sol chez ses parents. À cette époque, Joëlle commençait à s'interroger sur son orientation sexuelle. Aussi, elle commençait à être agoraphobe. Elle vivait des conflits avec ses parents, surtout reliés à sa consommation de drogues (marijuana). Elle « *était beaucoup toute seule* ». Joëlle a expliqué que c'était une déception amoureuse qui lui avait donné l'idée de se tuer. Comme la relation avec la fille qu'elle aimait ne pouvait se concrétiser, elle a eu « *super mal* » et, pour elle, « *c'était la fin* ».

Au cours des quatre années qui ont suivi, Joëlle a tenté une dizaine de fois de se suicider. De plus, elle s'est automutiliée très souvent, se coupant surtout sur les avant-bras. Elle a demandé un placement en centre d'accueil. Elle avait tendance à faire des crises et les intervenants l'amenèrent dans la chambre de retrait ou utilisaient la contention. Puis, elle a eu des suivis thérapeutiques.

Joëlle s'est décrite, avant l'âge de 15 ans, comme quelqu'un qui portait une carapace. Elle s'enfermait dans sa bulle et ne parlait à personne de ses problèmes. Puis, la carapace est tombée. Joëlle s'est découverte hypersensible. Ne se protégeant plus, elle s'est mise à vivre intensément plusieurs émotions : peur, tristesse, colère... Elle ne connaissait pas les ressources d'aide jusqu'au jour où, à l'hôpital, on lui a parlé de Suicide-Action-Montréal et on lui a offert des rencontres régulières avec un psychiatre et un psychologue. Il lui était difficile de parler de ses difficultés, de ce qu'elle pensait, de ce qu'elle ressentait. Elle arrivait à le faire, à l'occasion, lors des rencontres thérapeutiques. Elle ne se confiait ni à ses parents, ni à ses amies, ni à ses professeurs, bref, à personne faisant partie de son quotidien. Elle ne se livrait qu'à son journal personnel

qu'elle gardait pour elle. Elle a expliqué qu'à cette époque elle avait des idées noires qu'elle nourrissait. *« Je m'entretenais des fois, je pense, dans ce mal-là. Ça ne m'a pas aidée de m'entretenir dans le noir. »*

Lors de sa dernière tentative de suicide, Joëlle a décidé qu'elle s'en « sortirait » parce qu'elle en avait assez de toujours se retrouver dans une ambulance, de revivre les mêmes scénarios à l'hôpital et d'avoir « *de la misère à s'en remettre* ». Avec l'aide des intervenants d'une maison d'hébergement, elle s'est mise à apprendre le contrôle des pulsions, l'expression et la communication, la confiance en soi. Elle a appris à raisonner différemment par rapport aux événements et à elle-même. *« J'ai parlé beaucoup et je trouve ça bon parce qu'avant j'étais bien fermée. J'étais fermée parce que je me disais : "Je suis capable de m'occuper de mes affaires toute seule", même si c'était une mauvaise affaire. » « Aussi, avant, j'étais très très facile à faire pleurer, puis je ne me sentais pas bonne. Bien, aujourd'hui, je suis plus positive et j'ai plus confiance en moi-même. »*

Lors de notre dernière rencontre, Joëlle était fière de ses progrès. Elle s'aimait davantage et croyait plus en elle malgré, de temps en temps, des périodes de « *fragilité* ». Sa sensibilité, en général, était mieux dirigée. Elle désirait continuer le travail entrepris sur elle-même et arriver à « *mener une vie normale* ». Elle comptait aller vivre en appartement et réaliser son rêve d'avoir un chien. Elle commençait à réfléchir aux divers éléments impliqués dans ces prises de décision (vivre où, seule ou avec quelqu'un, etc.). Aussi, elle avait entrepris des démarches pour se trouver un emploi. Malgré sa peur, elle se donnait le droit d'essayer, de risquer, de « *se responsabiliser* », comme elle disait.

8. Mélanie

Lorsque j'ai rencontré cette adolescente de 17 ans pour la première fois, il ne s'était écoulé que trois semaines depuis sa tentative de suicide. Elle était en centre d'accueil lorsqu'elle a décidé d'ingérer une bouteille de shampoing. Elle a eu des vomissements, mais n'a pas été hospitalisée. Son éducatrice l'avait surprise dans sa chambre tenant encore la bouteille et lui avait dit qu'elles parleraient le lendemain étant donné l'heure (23 h). Elle aurait banalisé son geste « *on s'en doutait* » et aurait mis l'accent sur les faits (plutôt que sur son vécu). Le lendemain, Mélanie a été mise en retrait dans sa chambre dans un but de réflexion et ses sorties ont été coupées. Se sentant encore plus emprisonnée (émotion qu'elle avait ressentie avant son acte suicidaire), elle a décidé de fuguer. Elle s'est retrouvée dans la rue.

Cette tentative de suicide était sa troisième. À l'âge de 14 ans, elle et son ami de cœur avaient fait un pacte de suicide. Elle a indiqué que son ami, décédé par suicide, « *ne l'avait pas attendue* ». Elle a, par la suite, absorbé un produit de nettoyage dont nous ne connaissons pas le nom. Environ huit mois avant notre rencontre, elle avait fait sa deuxième tentative en essayant de se noyer dans une rivière. Comme quelqu'un l'avait aperçue, elle avait pu être aidée.

Trois mois après la dernière entrevue avec Mélanie, elle a de nouveau tenté de se suicider, toujours en absorbant des produits de nettoyage. C'est en rencontrant son ami dans un des sites de la recherche que je l'ai appris. Mélanie a alors exprimé que la veille, jour de son geste suicidaire, elle se sentait triste, seule et très déçue. Sa mère qui devait payer son premier mois de loyer venait de lui annoncer qu'elle avait changé d'idée. Tannée d'être dans la rue et fatiguée, le monde, pour elle, était un « *échec parce qu'il était sans amour* ». Il peut être important d'ajouter que j'avais vu, durant les deux ou trois semaines précédentes, Mélanie en perte d'énergie à la suite d'un avortement.

Durant les entrevues, Mélanie a parlé de sa famille et de son enfance. Elle estimait sa mère tout en la reniant. De son père qu'elle n'a pas connu, elle a dit : « *Mon père, il ne veut rien savoir, c'est tout ce que je sais de lui. C'est en masse.* » Elle a décrit le conjoint de sa mère comme étant autoritaire et violent. Il l'a abusée sexuellement lorsqu'elle avait 5 ans. Elle s'est alors confiée à sa mère, mais celle-ci aurait tout nié. Mélanie a été placée en famille d'accueil. Elle en voulait à sa mère de « *ne pas avoir été capable de l'élever* » et « *d'être restée avec cet homme* ». (« *Ça fait chier.* ») Aussi, le fait que son frère avait pu rester à la maison alors qu'elle avait dû partir la bouleversait. Elle se sentait rejetée, incomprise, seule. De plus, pour elle, la famille était de prime importance. « *Des amis, tu peux toujours t'en trouver, une famille tu en as juste une.* »

En centre d'accueil, elle n'a pu supporter de se sentir « *coincée entre quatre murs* ». Coincée, c'était une sensation qu'elle avait déjà vécue plus tôt dans sa vie... À plusieurs reprises, elle a fugué. Dans la rue, elle a été violée plusieurs fois. Elle n'en parlait à personne se disant que « *ça allait passer* ». Elle a mentionné qu'elle s'était mise dans des situations dangereuses parce qu'elle n'était pas informée de la possibilité de ces dangers. Par la suite, riche de son expérience, elle a cherché davantage à se protéger, pour « *avoir moins mal* », mais elle n'a pas toujours pu échapper à son milieu et à ses conditions de vie.

À l'école, elle avait des difficultés parce qu'elle « *ne travaillait pas* », a-t-elle dit. À cette époque, elle avait tendance à « *faire des crises* », disant que « *ses émotions étaient fuchées* ». Elle investissait dans les sports qui lui procuraient « *un défoulement* ».

Quelques jours avant sa troisième tentative de suicide, elle avait été abusée par un homme. Étant « *écœurée* », elle s'est dit : « *Je vais me pousser, disparaître.* » Elle a expliqué ce qu'elle ressentait : « *Je m'haïssais parce que je me sentais sale. Je m'en voulais. Je m'en voulais de penser que personne m'aimait, puis finalement je m'en voulais tellement que j'ai fini par y croire.* » À ce moment-là, pour Mélanie, vivre, ce n'était qu'un « *paquet de souffrances* » et « *ça ne donnait rien* ».

Dans la rue, après sa fugue, elle a appris à y survivre : quête, vol, puis prostitution. Très sensibilisée aux aspects sombres de la société, elle souhaitait un monde meilleur tout en n'y croyant pas.

Lors de la dernière entrevue, Mélanie avait quitté le monde de la prostitution, mais elle continuait à quêter et à voler « *pour manger* ». Elle trouvait les fins de semaine plus difficiles à traverser, les organismes d'aide offrant moins de services ou étant fermés, ce qui la mettait dans « *l'obligation de se débrouiller* ». Elle marchait dans la rue et « *essayait de dormir* ». Elle était « *écœurée de se faire réveiller par les gardiens et les policiers* ». Elle était fatiguée de son mode de vie. Cette adolescente se sentait perdue et mêlée. Elle répondait souvent par « *je ne sais pas* ». Elle trouvait qu'il y avait plusieurs choses « *contradictoire dans sa tête* » : elle craignait de ne pas être comme les autres tout en sachant qu'elle était appréciée pour sa différence ; elle savait que les autres la trouvaient attrayante, mais elle, elle ne se trouvait pas attrayante ; elle concevait que tout le monde était à la fois bon et méchant... Elle ne savait que faire : retourner à l'école, chercher un emploi, déménager à l'extérieur de Montréal ? Elle voulait trouver un moyen de « *vivre avec elle* », mentionnant alors « *sa dépression et sa méfiance* ». Elle se donnait un temps d'arrêt pour réfléchir et s'orienter. Elle croyait que personne n'était intéressé à l'écouter et que personne ne pouvait la comprendre. Aussi, elle était figée par la « *peur de se faire niaiser* », « *de se faire faire mal* ».

9. Frédérick

Dix jours avant la première entrevue, Frédérick avait frôlé la mort à la suite d'une surdose de cocaïne qu'il s'était injectée dans un corridor du métro. Ce jeune homme était âgé de 19 ans. Il vivait dans le Milieu de la rue depuis plusieurs années. En fait, il était « *arrivé dans la rue* » à l'âge de 15 ans. À quinze ans et demi, il avait fait sa première surdose. Peu de temps après, il en avait fait une deuxième qui l'avait plongé dans un coma de quatre jours. Il y en avait eu une troisième puis une quatrième. C'est sur cette dernière surdose qu'ont porté les entrevues.

À cette époque, Frédérick s'était fait beaucoup d'argent ; ses commissions avaient grimpé en flèche. Il s'était mis à consommer plus qu'à l'ordinaire. Il ne dormait pas. Il s'alimentait très peu. Il venait de s'injecter un demi quart (20) de cocaïne lorsqu'il a rempli sa seringue jusqu'à 80 (deux quarts). Près d'un mur d'une sortie de métro, il se sentait nerveux parce qu'il avait une *« grosse dose dans sa seringue »* et aussi parce qu'il craignait l'arrivée des policiers. Après l'injection, *« ça s'est mis à siler dans sa tête et c'est devenu tout noir »*. Il voyait plein de choses (p. ex., une porte de métro qui s'ouvrait et se fermait toute seule à cause du vent) et se demandait si c'était vrai. *« Ça me fuckait. Je voyais personne entrer. J'essayais de regarder, de voir. Je ne voyais plus rien. Je voulais voir quelqu'un. Je voulais demander de l'aide. »* Il a tombé et s'est réveillé à l'hôpital, après deux jours de coma.

Lorsqu'il a repris conscience, il se sentait *« tout fucké »* et se demandait : *« Qu'est-ce que je fais ici ? »* Une infirmière et un médecin sont venus le voir. Ils lui ont expliqué qu'il avait fait une surdose et qu'il aurait son *« congé le lendemain »*. Frédérick se sentait insécure de sortir de l'hôpital, car il croyait qu'il se *« répéterait la face encore »*, mais l'inverse s'est produit, il n'a pas retouché à la drogue (du moins pour une douzaine de jours) parce qu'il avait été sensibilisé au fait que *« la drogue est un jeu dangereux »* duquel il valait mieux se tenir loin.

Sa surdose était-elle une tentative de suicide ? Frédérick a dit : *« Peut-être que je voulais me tuer, je ne le sais pas. D'après moi, je voulais me pêter parce que, tu sais, j'étais éccœuré. »* Il a exprimé qu'il était *« éccœuré de tout le temps se geler de même »* et qu'il en *« avait plein le cul de la vie »*.

J'ai peu d'informations sur l'enfance de Frédérick et sur son entrée dans l'adolescence. Il a été abusé sexuellement (je ne sais pas quand ni par qui). Il a eu une peine d'amour et il a eu de la difficulté à s'en remettre. Aussi, il a eu des démêlés avec la justice à cause de son implication dans les drogues.

Au début de son adolescence, Frédérick a fait partie d'un gang où la communication se limitait à la consommation de drogues et où la loi du chacun pour soi régnait. À plusieurs reprises, il a été témoin de surdoses faites par ses amis ; quelques-uns en sont morts. Du dernier décès, il a dit : *« Il est mort. Je ne peux rien faire. Ça s'en vient une habitude de voir mes chums crever autour de moi. Toutes les années, j'en ai cinq, six qui pètent là. Je passe par-dessus. Pendant deux, trois jours, ça me fait chier ; bien là, je suis correct. »*

Les jeunes s'intéressaient à lui, a-t-il expliqué, parce qu'il était *« un vieux punk du centre-ville »* et qu'il avait de l'expérience et la *« mentalité de la ville »*. Très souvent, le fait qu'il ne s'impliquait pas dans des démarches

(p. ex., aller à ses rendez-vous pour obtenir des prestations de l'aide sociale ou un logement) le disposait à vivre des déceptions qui l'incitaient à consommer. Cette consommation de drogues l'entraînait à poser des gestes dangereux ou à se comporter négativement, ce qui lui valait le feedback négatif des autres. À nouveau, déçu, de lui-même ou des autres, il continuait d'utiliser des drogues. Elles constituaient le centre de sa vie. *« J'étais tout le temps sur la "coke", ça fait que je n'étais pas là. Je me souviens juste que je tripais, je tripais, je tripais. Je faisais rien que ça. Je ne parlais même pas au monde. Le monde, ils me disaient : "Arrête de triper, tu vas péter." Je disais : "Bien non", puis je continuais. "Bien, Frédérick, arrête là, viens faire de quoi." Je ne voulais rien savoir. Je voulais juste triper, moi. »*

En consommant des drogues, Frédérick cherchait à « se sentir content », mais il s'est finalement plutôt retrouvé « magané », « le moral à terre » et « fatigué ». Négligé, il pouvait passer quatre jours d'affilée debout, sans dormir, à mal s'alimenter ou à se nourrir de façon insuffisante. Ses activités se limitaient au « *squeegee* » et à la consommation et au trafic de drogues. Il a exprimé qu'il avait de la difficulté à se concentrer et à se motiver. Il se sentait régulièrement épuisé et avait tendance « à chialer ». Sur chaque tranche de cinq ou six jours, il en passait trois ou quatre à consommer et deux à dormir. *« J'étais sur le point de, j'aurais pu me crisser en plein milieu de la place de n'importe où puis me mettre à crier : "Aidez-moi !" Mais "le monde, ils s'en foutent". C'est moi qui étais pogné dans ma dope. J'avais besoin d'aide, tu sais, mais je ne voulais pas le crier. »* En fait, Frédérick l'a crié à sa manière : il s'est injecté une dose beaucoup trop élevée de cocaïne et s'est retrouvé à l'hôpital.

À la sortie de son coma, il a entrepris des démarches, accompagné d'une amie (parce qu'il n'avait pas le goût d'agir seul), pour se trouver un revenu et un appartement. Il a été poussé par sa propre volonté, la demande des autres, la conscience de l'importance de son action et de ses conséquences. Ses efforts ont amélioré la perception qu'il avait de lui-même. Quand il était affairé, s'occuper de ses émotions aurait été pour lui une perte de temps et un retour au négatif. *« Je veux m'exprimer, mais je ne m'exprime pas. Je n'ai pas le temps de fucker. Il faut que je fasse mes affaires, ça finit là. »* Frédérick a rechuté. Puis, il a repris ses efforts. Sa santé s'est améliorée. Il s'est engagé dans une nouvelle relation amoureuse. Il a passé son temps à faire du ménage dans son appartement, à écouter de la musique, à dormir, à manger. Il est allé au cinéma. Il s'est procuré un chien pour « avoir de la compagnie et quelque chose qui le tiendrait occupé ». Il a refusé les offres de drogues. Il s'est éloigné des « *piqueries* ». Lors de notre dernier contact, il était content des améliorations de son état et de sa situation. Il disait : *« À tous les jours, il faut que je me batte. »*

10. Mathieu

Il s'était écoulé presque neuf mois depuis qu'il avait tenté de se suicider par lacération, lorsque j'ai rencontré Mathieu pour la première fois; il avait 18 ans. Il était en centre d'accueil lorsqu'il a posé son geste suicidaire. Il a exprimé qu'il ne se sentait plus capable d'être « *enfermé et isolé* ». Aussi, il était « *écœuré de se faire tout le temps donner des ordres* » et de « *toujours faire la même affaire* ». Il voulait être libre. Pour lui, être libre, c'était faire ce qu'il pensait. Durant cette période, il pensait à se suicider. Il a décidé de s'entailler les poignets. Pendant qu'il accomplissait son geste, il s'est mis à penser à ses amis qu'il ne verrait plus et de qui il s'ennuierait. Il s'est également mis à penser aux choses de la vie qu'il aimait et dont il ne pourrait plus profiter. Il a décidé de mettre fin à son geste. La profondeur de ses blessures n'a pas nécessité qu'il se rende à l'hôpital.

Ce jeune homme nous a raconté une enfance difficile où à l'âge de 5 ou 6 ans, il a trouvé sa mère décédée par suicide. Il a ensuite été placé dans un pensionnat avec des religieuses. Il s'y est senti enfermé. Les fins de semaine, il se rendait chez son père qui vivait avec une autre femme. Il a décrit cette dernière comme étant très autoritaire. À la maison, il était « *obligé de rester dans sa chambre* » où il n'y avait qu'un lit et une bibliothèque. Mathieu était souvent laissé seul pour de très longues heures dans cette chambre dont la porte était verrouillée de l'extérieur. Son père le battait, la conjointe de son père aussi, par exemple, quand il était surpris couché dans son lit alors qu'il avait reçu la consigne de rester assis. Un jour, il est « *parti avec sa barouette et ses affaires* ». Il avait 7 ans. Il s'est rendu chez ses grands-parents qui ont téléphoné à son père. Il a « *mangé une claque* ». Ensuite, il a été placé dans une famille d'accueil. Mathieu a confié que, depuis le lendemain du décès de sa mère, les idéations suicidaires le poursuivaient; il voulait « *aller la rejoindre* ». Progressivement, il s'est mis à élaborer des plans et à les concrétiser. Il a dit que depuis sa puberté, et toujours en centre d'accueil, il avait fait plusieurs tentatives de suicide. Il n'en a toutefois pas précisé le nombre. À l'âge de 18 ans, il a décidé d'aller vivre dans la rue. Sa sœur, plus jeune, est restée en centre d'accueil (un autre centre).

Au milieu de son adolescence, Mathieu s'est cherché un « *style* ». Il a rencontré son demi-frère qu'il connaissait peu. Celui-ci lui a fait écouter de la musique de son groupe d'appartenance, de la musique punk. Mathieu a exprimé que cette musique lui avait « *donné des frissons* » et qu'il avait alors décidé que « *lorsqu'il aurait sa liberté, c'est comme ça qu'il voulait devenir* ».

Mathieu a commencé à consommer de la marijuana puis, à l'occasion, de la cocaïne par voie nasale. Il s'est mis à voler. Puis, pour avoir allumé des incendies, il s'est retrouvé en prison. À sa sortie, il est retourné en centre d'accueil. Puis, il a déménagé à Montréal. Il s'est trouvé un appartement. À cette époque, environ quatre mois avant sa dernière tentative, il faisait du *squeegie* plusieurs heures par jour et il vendait de la drogue : activités qu'il préférait au vol. Puis, il a vécu une rupture amoureuse dont il s'est difficilement remis. Il est retourné en centre d'accueil. Se sentant « *au bout* », « *écœuré de sa situation et de la vie* », peu de temps après Noël, il a choisi la lacération pour mettre fin à ses jours. C'est sur cette tentative que les entrevues ont porté. Environ deux mois après cette tentative, il a commencé à prendre du LSD et de la cocaïne par voie intraveineuse. Il a alors exprimé : « *Depuis que je suis tombé dans la poudre, je fais juste ça. À tous les jours, il faut trouver de l'argent pour faire de la poudre.* » Il a dit aimer la drogue parce qu'elle le rendait « *spinné ben dur* ». Mathieu a fait plusieurs surdoses ; il a parlé d'une vingtaine en sept mois. À chaque fois, c'était le « *pusher de la place* » qui le réanimait. Il a dit avoir connu la « *mort* ». « *Ça coupe carré, il n'y a plus rien, rien, rien. C'est genre, c'est le chaos, puis ça repart.* » Il a exprimé que ces expériences lui « *donnaient le goût du suicide* ». En s'injectant une surdose, Mathieu avait-il l'intention de mourir ? Ce n'est pas clair, même pour lui. Quand il s'injectait, il ne savait pas, la plupart du temps, qu'il ferait une surdose. Cependant, quelques jours ou une semaine avant cette surdose, il parlait de son désir de se suicider.

Mathieu a indiqué qu'il était dans la rue parce qu'il « *détestait travailler* ». Ce qu'il aimait, c'était aider les autres. Mais, selon lui, « *il y a bien des profiteurs* ». Il a été trahi et trouvait « *difficile de savoir qui est correct* ». Par conséquent, les occasions d'aider s'amointrissaient. Il se sentait « *découragé de la vie* » et il n'avait pas le goût de continuer. Il était révolté des « *affaires insensées* » du gouvernement, des inégalités sur la terre, de la guerre, du manque d'entraide, etc. Il s'est défini comme un « *junkie* » et dans ce groupe d'appartenance « *les amis sont rares* », ce qu'il trouvait difficile à vivre. Il ne croyait qu'en lui et, lui, il se percevait « *rien* ». Il avait encore l'intention de se suicider la dernière fois que je l'ai vu.

11. Pierre

Un an et demi après sa tentative de suicide, j'ai rencontré Pierre, âgé alors de 24 ans. Comme moyen pour s'enlever la vie, il avait choisi de combiner une surdose de cocaïne et la lacération des poignets. Se sentant « *à bout* », il s'était rendu dans un bar qu'il connaissait et il avait acheté une grande quantité de cocaïne. Il avait l'intention de « *se geler assez pour ne pas sentir la douleur quand il s'ouvrirait les veines* ». Il a fait une « *traque* »,

il a pris sa « *lame ben neuve* », il s'est mis « *à shaker* », il a refait une « *traque* », il a essayé de se couper « *sans être capable* » et il a continué de cette façon jusqu'à ce qu'il ait quelques coupures peu profondes et qu'il soit sur le « *bord de l'overdose* ». Il a ensuite décidé de se rendre à l'hôpital. Il s'est dit : « *eux autres, ils vont pouvoir m'aider* ». Ils l'ont « *câlissé sur une civière* », lui ont fait des tests, lui ont donné des « *calmants* ». Il a surtout dormi. Deux jours plus tard, il est sorti de l'hôpital pour se rendre dans un centre de désintoxication.

Pierre a dévoilé qu'il avait été abusé sexuellement par son père quand il avait 5 ou 6 ans. Il n'en a pas parlé parce qu'en ces temps-là « *l'abus sexuel, on ne voyait pas ça à la t.v. ; puis à l'école, ils n'en parlaient pas* ». Sa mère le savait, mais elle est restée silencieuse ; elle « *attendait que ça vienne de lui* » ; c'est du moins ce qu'elle lui a dit lors d'une conversation qui a eu lieu environ trois mois après sa tentative de suicide, alors qu'il venait de sortir d'un séjour dans une maison de désintoxication. Durant la même période, il en a parlé aussi avec son père qui « *a avoué et s'est excusé* ». Pierre a dit qu'il lui avait pardonné.

C'est à 12 ans que Pierre a commencé à consommer des drogues. Il passait alors beaucoup de temps avec ses amis ; ils faisaient surtout de la bicyclette et ils écoutaient de la musique. Au milieu de son adolescence, il s'est « *dé foulé en motocross* » avec ses copains. Il a continué à « *tripper dans la musique* » et à consommer des drogues illicites avec eux. Puis, il s'est fait une amie qui l'a laissé ; il a été déçu. Il lui avait « *donné beaucoup de temps pour ne pas la décevoir* » ; il avait, par conséquent, diminué le temps passé avec ses copains. Il a ensuite resserré les liens avec son cercle d'amis et il a établi des relations de courte durée avec d'autres filles.

Il est survenu plusieurs événements dans la vie de Pierre durant les quatre ou cinq mois qui ont précédé son geste suicidaire. Il a perdu l'emploi qu'il occupait dans un garage. Il aimait beaucoup ce travail qui le valorisait et dans lequel il investissait beaucoup. Il a dû se départir de son automobile. Un conflit avec son colocataire a engendré la perte d'accès à son appartement. Des conflits avec le propriétaire ont surgi. Pierre s'est fait voler des objets personnels : sa radio, ses cassettes, ses vêtements de cuir... Son amie l'a accusé de lui avoir transmis une maladie vénérienne. Son voisin l'a accusé de vol. Ses dettes se sont accumulées. Durant la même période, ses parents se sont séparés. « *Au bout de son rouleau* », il a perçu le suicide comme étant la « *la solution à la fin de ses problèmes* ».

Après son séjour au centre de désintoxication, il a déménagé dans une autre ville. Il a trouvé un emploi, mais temporaire. Il a déménagé de nouveau. Avec l'aide de la sœur d'un ami, il a décroché un emploi d'été

dans un centre de soins de longue durée. Il s'est remis à consommer. De plus en plus impliqué dans un réseau de trafic de drogues, il était « *porté à consommer plus, ça fait qu'il n'avait plus le goût de quoi que ce soit* ». Son emploi terminé, il ne s'en est pas trouvé un autre. Il a commencé à prendre de la cocaïne de façon intraveineuse « *parce qu'il voulait triper plus* ». Puis, il a décidé de déménager à Montréal. Il a vécu dans la rue. Il a fait du *squeegee* avec des amis. Il a continué à consommer. Il a fait quelques heures de bénévolat dans un organisme communautaire « *pour payer la dette qu'il avait envers la société* ».

Lorsque j'ai vu Pierre pour la dernière fois, son plan était de voyager à travers le Canada pendant une année ou deux, de finir ses heures de travaux communautaires, puis de revenir à Montréal pour terminer ses études secondaires. Il disait qu'il « *avait fait trop d'affaires en même temps* » et que cette attitude ne l'avait mené à rien. Il voulait maintenant ne faire qu'une chose à la fois.

LES ÉMOTIONS

Plusieurs auteurs ont souligné l'importance des émotions dans le phénomène du suicide. Hyer, Woods et Boudewyns (1991) ont mentionné qu'il semblait y avoir un lien entre les gestes suicidaires et une habileté amoindrie de l'individu à expérimenter, nommer et exprimer des émotions. Cette habileté amoindrie, selon eux, engendrerait une intensité émotionnelle et un potentiel élevé « d'acting out ». Davis (1995) ainsi que Schneidman et Farberow (1959) ont perçu la tentative de suicide comme une décharge d'émotions puissantes ou catharsis. Baumeister (1994) et Stein *et al.* (1998) ont révélé que les adolescents suicidaires vivaient surtout des émotions dites négatives et qu'ils avaient de la difficulté à transiger avec elles. À défaut de bien les gérer, il fallait les anéantir; le suicide devenait alors une « solution ». Negron *et al.* (1997) ont trouvé qu'avant la crise suicidaire les adolescents vivaient surtout du désespoir et de la colère et que ces émotions devenaient plus intenses pendant. Beaulieu (1996), qui n'a pas travaillé spécifiquement avec les personnes suicidaires, mais avec les jeunes, avait fait valoir l'idée que les adolescents étaient dans un trop-plein d'émotions.

Les jeunes qui ont participé à mon étude ont indiqué qu'ils avaient tendance à vivre leurs émotions avec acuité, que ces émotions étaient pénibles et qu'ils éprouvaient de la difficulté à les gérer. Ce qui correspond à ce que les auteurs mentionnés plus haut ont souligné. Cette façon de ressentir et de transiger avec les émotions semble, du moins en partie, être en cause dans le comportement suicidaire.

VUE D'ENSEMBLE SUR LES ÉMOTIONS

L'analyse des données obtenues dans ma recherche a permis de relever cinq composants des émotions: 1) leur nature, 2) leur intensité, 3) leurs conséquences, 4) les conditions qui les ont engendrées, 5) les actions qui ont été posées par le jeune à leur égard. Ces actions se présentent sous deux formes binaires: 1) l'accumulation/l'expression, 2) l'anesthésie/le vécu des émotions.

Avant et pendant la tentative, tous les jeunes vivaient presque essentiellement des émotions dites négatives. Cependant, après la tentative, certains ressentaient davantage d'émotions positives. Quant à l'intensité des émotions, avant la tentative, elle était forte; pendant la tentative, elle était plus forte encore, et après, il existait plusieurs possibilités: 1) plus forte qu'avant, pour les émotions négatives, pour les jeunes en détresse élevée qui voyaient encore le suicide comme la seule solution à leurs problèmes; plus forte qu'avant dans le sens de «vivre pleinement», surtout des émotions positives, pour un jeune qui disait que le spiritualité avait changé sa vie, 2) d'intensité égale, 3) de moindre intensité. Il a semblé que ces possibilités étaient tributaires du degré de sensibilité du jeune, de la présence du passé dans ses pensées et de sa compréhension des situations.

Les sources des émotions se sont montrées diversifiées; elles variaient selon que l'émotion était positive ou négative. Avant, pendant ou après la tentative, les émotions négatives provenaient de la dépendance aux drogues, de difficultés relationnelles, de problèmes financiers, du fait d'être devant l'inconnu, de difficultés dans les rôles, de violence subie, de manque de soutien social. Avant, pendant ou après la tentative, les émotions positives provenaient de relations chaleureuses avec les autres, d'une conscience des aspects positifs du soi, d'une situation qui était considérée comme une réussite sociale (p. ex., avoir un logement ou une auto, être accepté dans une institution scolaire, vivre selon les normes socialement acceptées) ou d'un bien-être physique procuré par une période de repos.

En ce qui a trait aux conséquences, il est apparu qu'avant ou après la tentative, une même émotion engendrait des bénéfices ou des préjudices selon les circonstances. Durant la tentative, la peur s'est révélée bénéfique lorsqu'elle a poussé quelques jeunes à demander de l'aide.

Pour ce qui est des façons de transiger avec les émotions, avant la tentative, les jeunes avaient tendance à les contenir; ils pouvaient aussi chercher à les fuir. Après, ils pouvaient les accepter, les affronter et les extérioriser; cette nouvelle habileté leur apportait un mieux-être.

Les prochaines sections de ce chapitre fournissent des détails sur chacun des éléments qui composent l'émotion. Plusieurs citations tirées des témoignages des jeunes y sont insérées; leur parole est importante, car elle permet de mieux comprendre ce qu'ils vivent.

DÉTAILS SUR LES ÉMOTIONS

LA NATURE DES ÉMOTIONS

Avant la tentative, tous les jeunes ont mentionné vivre surtout des émotions dites négatives : de la colère, de la rancune, de la haine, de la tristesse, de la peur, de l'humiliation, de la jalousie, de la dépression, du désespoir, de la honte, de la culpabilité, de la déception... Ils pouvaient aussi se sentir rejetés ou incompris des autres. Trois jeunes nous ont dit avoir parfois ressenti des émotions positives (satisfaction, fierté...), mais qui n'avaient été que de très courte durée.

J'avais, pas de l'agressivité, mais j'avais de la rancune, je pense bien. Je trouvais ça aberrant la façon dont j'avais pu être traitée, tu sais.
(Vanessa)

Tu parles d'émotions. Est-ce que tu as pu nommer les émotions que tu cherchais à geler¹ ?

La culpabilité, l'humiliation, l'agressivité, la honte, la jalousie.

Des émotions qui ne sont pas bonnes ?

Oui, entre autres, la blessure, tu sais. D'être blessée, le rejet, c'est à peu près ça. (Vanessa)

Je me voyais aller puis je n'étais pas fier de moi, puis je me sentais coupable.
(Jean-Marc)

J'avais des hauts, j'avais des bas ; plus de bas que de hauts.

Puis dans tes bas, c'étaient quelles émotions surtout que tu ressentais ?

L'agressivité. (Sébastien)

Ça allait bien mal là. Mes crises étaient bien grosses. Dans ce temps-là, j'étais pas mal en dedans, je ne sortais pas beaucoup. J'avais bien peur.
(Joëlle)

J'étais tout le temps fâchée après moi parce que je n'étais pas capable de contrôler mes émotions, puis parce que je ne m'aimais pas, puis parce que je n'étais jamais aussi bonne que je voulais, tu sais. (Joëlle)

En pensant au mal intérieur, à la souffrance que je vis constamment.
(Mélanie ; D²)

Cette agressivité qu'il y a en moi. Je voudrais cesser d'être une révoltée qui ne cherche qu'à se venger, se venger de son destin, un destin qui n'est pas très apprécié. (Patricia ; D)

-
1. Les questions de l'intervieweuse apparaissent en caractère gras.
 2. Lorsque le nom du jeune est suivi de la lettre D, c'est qu'il s'agit d'une citation tirée du document personnel (lettre, recueil de poèmes, journal de bord, etc.) qu'il a bien voulu partager. Toutes les autres citations, c'est-à-dire celles où la lettre D n'apparaît pas à la suite du nom du jeune, proviennent des entrevues.

Coupable... Bien souvent, j'ai honte de moi et je me sens coupable.
(Patricia ; D)

Pendant la tentative, une jeune (Patricia) a mentionné ne vivre aucune émotion alors que les dix autres avaient vécu surtout des émotions dites négatives : peur, insécurité, humiliation, haine, colère, tristesse, dépression, déception, incompréhension, exaspération. Ces émotions étaient du même ordre que celles ressenties avant la tentative. Patricia a révélé ne « rien sentir » au moment même de l'acte suicidaire ; toutefois, dans les heures qui ont précédé son geste, comme les autres, ses émotions étaient « négatives ». Lors de la tentative, ses émotions étaient « gelées » par l'absorption de mescaline.

Après tu t'en voulais. Puis pendant ?

Je n'y pensais pas du tout.

Ah non, puis comment tu te sentais vis-à-vis des autres ?

Je ne sentais plus rien. Je n'étais plus là. (Patricia)

L'humiliation, parce que j'ai parlé de ce qui c'était passé, bon le viol, ce qui m'a donné l'idée de me suicider, la goutte qui a fait déborder le vase et puis en en parlant, c'était la deuxième fois que c'était arrivé avec la même personne ça fait que c'était humiliant. (Vanessa)

... d'en parler puis de me sentir ridiculisée puis de me sentir rejetée, dégoûtante. (Vanessa)

Te souviens-tu quelles pensées tu avais dans ta tête, à quoi tu pensais, à qui ?

La haine. Je ne pensais pas vraiment. J'avais plus de haine puis [silence] de la souffrance. (Julie)

Te souviens-tu comment tu te sentais par rapport à toi ?

Mal, mal. J'étais triste. J'étais déprimé au bout. Je n'ai pas essayé de me suicider parce que j'étais heureux. (Jean-Marc)

J'étais en crise contre la société. J'étais en crise contre le monde. J'étais en crise contre la population comme telle, contre tous ceux qui m'avaient fait du mal. (Jean-Marc)

Je m'attendais juste à me réveiller l'autre bord puis être bien, c'est tout. Je ne le savais pas. J'avais bien peur aussi. Je ne savais pas où je m'en allais, j'avais peur de ça. C'est normal. Quand tu ne sais pas où tu t'en vas, tu as peur. L'insécurité. (Jean-Marc)

Comment te sentais-tu par rapport à toi-même ?

Je me sentais. Je ne sais pas. Exaspéré vraiment là. J'étais à bout. (Sébastien)

Quelle émotion avais-tu ?

C'était mélangé, un peu de la haine, de l'amour, de l'incompréhension.

Tu le sentais envers les autres personnes ou les autres envers toi ?

Bien moi, c'est dur à dire vraiment. De la haine, c'était envers quelques personnes, de l'amour envers quelques personnes. L'incompréhension, c'étaient les personnes envers moi, je trouve. (Sébastien)

L'amour incompris, je pense. Ça fait mal au cœur. Bien tu as mal au cœur vraiment, comme ça te brise le cœur. (Sébastien)

La dernière [tentative de suicide] quand c'est arrivé, bien c'est tout le temps un peu pareil là ; je me sentais là, c'était comme si c'était grand grand grand grand là, puis il n'y avait personne personne, puis c'était comme si j'étais perdue dans un tourbillon puis ça tournait, ça tournait puis ça n'allait jamais arrêter puis j'avais peur, puis j'avais peur. (Joëlle)

Après la tentative (de un mois à deux ans après) quatre jeunes (François, Julie, Patricia et Joëlle) vivaient davantage d'émotions positives comme la joie, la gratitude, l'amour. Toutefois, durant les instants qui ont suivi de près la tentative, ils pouvaient vivre surtout des émotions dites négatives. Pour les sept autres, peu importe le nombre de semaines ou de mois après l'acte suicidaire, ils vivaient des émotions semblables à celles qu'ils avaient ressenties avant cet acte, des émotions difficiles : frustration, colère, culpabilité, tristesse, haine, regret, découragement.

Ça ne veut pas dire que je n'ai pas la joie. Ça, je l'ai la joie. Même quand je suis triste, je l'ai dans mon cœur, comparativement à avant, c'étaient juste ténèbres dans mon cœur. Là, ce n'est plus pareil. (François)

Je ne le voyais pas, puis je ne le reconnaissais pas, mais je le sais que le Seigneur a pris soin de moi, puis il n'a pas permis ça que je meure. Aujourd'hui, je suis plein de gratitude. Alors qu'avant, tu aurais pu faire tout pour moi puis j'aurais été aussi ingrat avec toi. Tandis qu'aujourd'hui je suis rempli de gratitude. (François)

Je peux dire que je suis en amour par-dessus la tête avec ma fille et mon chum. C'est les deux amours de ma vie. Puis comme émotion, je me sens bien, ça peut être une émotion. (Patricia)

Après, je m'en voulais. (Patricia)

J'étais en crise parce que j'avais manqué mon coup. (Sébastien)

Qu'est-ce que tu ressens surtout comme émotion ?

La culpabilité, la déprime, la tristesse. (Jean-Marc)

Puis comment tu t'es senti par rapport à toi dernièrement ?

Pas très très bien. Toujours le sentiment d'échec ; le sentiment d'être rejeté ; le sentiment d'être tout seul. (Jean-Marc)

Je suis écaeurée. Ouais, c'est ça, je suis écaeurée. (Mélanie)

Peux-tu mettre des mots sur les émotions que tu vis ? C'est quel genre d'émotions par exemple ?

C'est pas mal mélangé vraiment. Il y a de la haine, il y a du regret : un peu de tout. (Sébastien)

Quand les émotions sont positives, tu as moins besoin de les gérer. Si c'est positif, puis que c'est intense, tant mieux. C'est quand c'est négatif que là ça peut tourner mal. (Jean-Marc)

L'INTENSITÉ DES ÉMOTIONS

Avant la tentative, tous les jeunes ont indiqué qu'ils vivaient leurs émotions avec intensité.

J'étais beaucoup révolté dans ce temps-là. (François)

Je vivais beaucoup de rejet dans ce temps-là. (François)

Je ne pouvais pas beaucoup contrôler mes crises. C'étaient les chambres de retrait. Puis elles étaient fortes, fortes, mes émotions, c'était fou. Puis je sentais tout au quadruple. (Joëlle)

Tes émotions pendant cette année-là, tu les mettrais où sur l'échelle ?³

À moins trois. Ah, non, non, non, plus trois parce que c'était fort. J'étais tout le temps bien émotif. (Frédéric)

Tes émotions, elles étaient comment ?

Je dirais plus trois mais dans le négatif, comme moins trois. Elles étaient très fortes mais côté négatif. (Sébastien)

J'ai eu beaucoup de craintes. J'ai eu des cauchemars. J'ai eu des doutes. J'ai eu l'intention de me tuer. (François)

Les plus fortes, c'est sûrement la colère puis la tristesse ; je vivais ça pas mal fort. Puis la joie, c'était toujours superficiel. Mettons que je riais de quelque chose de drôle, mais je n'avais pas de raison d'être joyeux, moi, personnellement dans ma vie. (François)

J'aimerais savoir quand tu disais c'est trop intense, qu'est-ce qui était trop intense à ce moment-là ?

Bien quand ça arrive tout d'une « shot » là. Comment je pourrais t'expliquer ça ? Quand tout arrive d'un coup dans ma vie, tu sais, trop de déceptions. (Mathieu)

Je me sentais vraiment déprimée. (Patricia)

Je me suis levée et j'étais envahie de peur. (Joëlle ; D)

Je me sens très seule de ce temps-ci. (Joëlle ; D)

3. Pour certaines questions, l'intervieweuse demandait au jeune de se situer sur une échelle allant de -3 à +3.

Le désert, c'est de la tristesse. Ses dunes cachent l'amour. Dans ce désert, il y a mon amour qui est perdu et mes larmes que j'ai versées sur chaque grain de sable. Ce sable est ma peine. (Patricia ; D)

Pendant la tentative, le témoignage de tous les jeunes a démontré que l'émotion était à son paroxysme. L'accroissement du degré de l'émotion pouvait être soit soudain, soit progressif.

C'est venu super impulsif là. Je n'avais pas comme pensé à « demain, je vais peut-être me tuer » ou des affaires de même, c'est venu là ; j'avais super mal, je m'en souviens, c'est à cause, j'aimais beaucoup une fille, puis ça m'a tellement déçue que là oublie ça ; je voulais me tuer, c'était la fin là. (Joëlle)

Je me suis sentie seule. J'étais pognée toute seule avec ce que je venais de vivre. Puis là, c'était une énorme déception. C'est sûr que la pensée de suicide était là. (Vanessa)

Je m'en voulais. Je m'en voulais de penser que personne m'aimait puis finalement je m'en voulais tellement que j'ai fini par y croire. (Mélanie)

Ça fait que quand c'est rendu trop intense, je fais juste penser à ça [au suicide]. J'y pense puis à un moment donné, je viens écœuré de penser à ça. Dans ma vie, je veux faire ce que je pense, ça fait que... (Mathieu)

Je me sentais tellement mal que j'aimais autant disparaître que de continuer à vivre ça. (Jean-Marc)

Puis quand je l'ai fait, la plupart du temps, ça me faisait beaucoup peur. C'était beaucoup un soulagement la mort des fois puis tout ça, mais la chienne embarquait à un moment donné. (Joëlle)

J'étais vraiment désespéré, comme s'il n'y avait pas de solution, comme s'il n'y avait pas d'espoir. (François)

Je pensais à toutes les personnes que j'haïssais aussi. Puis dans une lettre que j'avais écrite, je les maudissais ; je disais ma haine pour ces personnes là. J'en avais beaucoup... J'étais beaucoup troublé. (François)

Te souviens-tu quelles pensées tu avais dans ta tête, à quoi tu pensais ? à qui ?

La haine. Je ne pensais pas vraiment. J'avais plus de haine puis [silence] de la souffrance. (Julie)

J'étais vraiment tanné. (Pierre)

Tu es tellement en colère, tu as tellement de haine que tu ne penses même plus ou tu n'as plus connaissance que tu penses. C'est comme l'émotion qui envahit, qui englobe. (Julie)

J'étais en crise contre le monde qui nous juge. J'étais en maudit après tout le monde. Puis j'en voulais à mon ex de m'avoir laissé là avec la petite de même. Puis de lui avoir fait du mal.

Tu vivais surtout de la colère ?

Oui, énormément. (Jean-Marc)

C'est peut-être une tristesse parce que tu es dans le bas-fond quand tu es rendu là. (Frédéric)

Après la tentative, un jeune (François) nous a dit qu'il ressentait davantage ses émotions dans le sens qu'il les vivait plus, qu'il les vivait avec « plus de conscience ». Par ailleurs, pour deux autres jeunes (Vanessa et Mathieu), leurs émotions négatives étaient plus fortes et ils trouvaient cela difficile à vivre. Pour les autres, leurs émotions négatives étaient soit moins intenses, soit aussi intenses. Elles pouvaient également osciller entre une intensité semblable et une intensité amoindrie.

J'ai des hauts puis des bas, tu sais. Ça je vais toujours en avoir. Ce n'est pas parce que je suis chrétien que j'arrête de vivre, c'est le contraire, je vis encore plus. Je suis plus conscient. Puis, sur certains points, c'est plus souffrant encore tandis que sur d'autres, c'est rassurant, tu sais. Je vais te dire franchement, c'est vraiment rassurant. (François)

Je vais être capable de parler avec un bouddhiste sans venir à me choquer, tu comprends. Je suis plus pacifique, plus tolérant. (François)

Peux-tu me dire l'émotion ou les émotions que tu vis le plus souvent ou le plus intensément depuis ta tentative ?

Bien, plus ça avance, une petite affaire, tu capotes encore plus ; les déceptions sont de plus en plus grosses à force de vivre. (Mathieu)

Des fois, je n'aime pas comment j'ai agi, à cause de ma faiblesse, tu sais. Je suis plus down. Mais je ne suis pas sur la dépression comme avant. (François)

Je vis énormément de haine, de colère envers mes parents ; de la frustration envers moi-même d'avoir enduré ça aussi longtemps puis de ne pas avoir bougé avant. (Julie)

Dans l'année qui a précédé ta tentative, quelles sont les émotions que tu vivais surtout ?

Je pense la haine, le rejet de mes parents. J'en vis encore sauf que là j'apprends peut-être à passer par-dessus légèrement. Je le sais que ça ne reviendra pas là. J'ai beau espérer. J'ai espéré 17 ans de ma vie puis ce n'est jamais revenu, ça fait que ça ne reviendra pas. (Julie)

Aujourd'hui puis hier, ça a été super dur. J'ai failli me ramasser à l'hôpital. Il y a des moments plus durs ; on dirait qu'il y a des moments où je suis plus sensible puis je me sens attaquée par tout le monde. (Joëlle)

Je me sens assez coupable du fait qu'elle est venue au monde dans ce monde-là puis avec des parents qui n'étaient pas prêts à avoir des enfants puis pas en état non plus. Parce que moi, j'étais un junkie... (Jean-Marc)

Et quand tu sortais de ta tentative, toujours vivante, ce que je comprends c'était que tu étais contente de l'être.

Oui, j'étais super contente. (Joëlle)

J'espère sentir moins fort les choses, comme un petit peu tout le monde, là. (Joëlle)

Par rapport à tes émotions ?

Je dirais qu'elles sont un peu trop fortes puis comme pas assez contrôlées. (Joëlle)

Il y a deux semaines, j'étais folle. Là, je commence à être moins folle. Je ne sais pas.

Qu'est-ce que tu veux dire par « folle » ?

Je ne sais pas, que j'étais dépressive, ouais. (Mélanie)

LES CONDITIONS ANTÉCÉDENTES AUX ÉMOTIONS

Les conditions antécédentes aux émotions peuvent être des événements, des situations, des pensées ou des états qui se présentaient, selon les adolescents, comme les sources de leurs émotions.

Avant la tentative, 10 jeunes ont parlé des conditions qui ont engendré leurs émotions. Pour la plupart, il s'agissait d'émotions négatives : inquiétude, agressivité, déception, « éccœurément », vulnérabilité... Ces émotions provenaient de la prise de drogues ou du fait d'être en manque de drogues, de difficultés dans les relations avec les autres (chicanes, insultes, mésententes, ruptures, etc.) ou de l'incapacité de faire de l'argent. Trois jeunes ont parlé d'émotions positives (se sentir heureux, fier, satisfait), mais qui n'avaient pas duré. Ces émotions positives avaient été suscitées par un accueil de la part des autres, par le fait de ne pas faire de prostitution ou par une situation de réussite définie par l'obtention d'un logement et d'une auto.

Je tripais tout le temps sur la coke, sauf qu'après trois, quatre jours sur la coke, tu viens fatigué, là, tu viens éccœuré. (Fréderrick)

J'ai vu du monde faire des convulsions, tomber en pleine face... Je trouvais ça dur. Je trouvais ça raide de les voir planter de même. (Fréderrick)

Le fait que je n'ai jamais fait de prostitution, c'était vraiment quelque chose dont j'étais vraiment fière... J'étais fière de dire non, puis, ça, c'est quelque chose que je me rappelle, qui me donnait une force, une certaine satisfaction. (Vanessa)

La mère de la petite est partie avec un autre gars ; je suis tombé déprimé bien raide. (Jean-Marc)

J'étais rendu au point où si je n'avais pas ma drogue, je pétais ma coche... Quand j'étais en manque, je devenais plus agressif. (Sébastien)

Qu'est-ce qui t'amenait ta déception ?

N'importe quoi. Bien, dans ce temps-là, c'était n'importe quoi. Si je n'avais pas assez vendu, j'étais déçu. (Sébastien)

Mettons quelqu'un te dit : « Tu es donc bien conne », puis là, ça fait vivre des émotions sauf que tu n'es pas capable de juste le laisser neutre ou de ne pas t'en faire. (Joëlle)

Je ne suis pas heureux ici. Heureux, je l'ai été une fois dans ma vie... quand mes parents m'ont repris, c'est la seule fois dans ma vie que j'ai été heureux. (Mathieu)

Je suis tannée de passer à travers les murs de l'indifférence. (Mélanie ; D)

Tu as brisé mon cœur. Mon cœur plein de douceur. Maintenant, j'ai froid, j'ai peur. (Patricia ; D)

Pendant la tentative, deux jeunes ont indiqué qu'ils avaient ressenti de la nervosité ou de la peur dues à l'inconnu ou à l'arrivée des autorités.

Décrisser oui, c'est ça, mais j'ai peur quand je suis loin. Peur, encore peur... (Joëlle ; D)

J'étais nerveux parce que j'allais dans le métro, puis en même temps je « checkais » voir si les screws ils n'arrivaient pas. (Frédéric)

Après la tentative, quatre jeunes qui vivaient des émotions parfois positives, parfois négatives, en ont expliqué les sources : prise de repos, conscience des qualités personnelles, inscription à un cours, fait de ne pas se sentir capable de prendre soin de son enfant, consommation de drogues, etc. Lorsque la source était inconnue, elle soulevait des questionnements. Un autre jeune, en se mettant à suivre les règles de la société, avait ressenti une émotion positive : de la sécurité personnelle. Cinq autres jeunes avaient plutôt vécu des émotions difficiles telles que la tristesse, la dépression, la haine ou « l'écoeurement » à cause d'un manque de soutien social, d'un manque de reconnaissance ou d'actes de violence.

Et toutes ces qualités-là, ça t'affecte comment dans ta vie actuelle ?

... Je ne sais pas. Ça me rend de bonne humeur. Ça me donne de la bonne humeur. (Frédéric)

Ça a l'air que quand je consomme, je suis un gars qui est chialeux. Quand je suis à jeûn, c'est correct. (Frédéric)

Je n'ai pas retouché à la dope depuis ce temps-là, puis je suis bien content. (Frédéric)

Mes copines, il y en a qui sont violées trois quatre fois par semaine... Tu sais, il ne faut même pas en parler comme dramatique parce que tout le monde vont dire : « Eille, qu'est-ce que t'as à chialer ? » Il y a une tristesse qu'on ressent. (Vanessa)

Tout part d'un conflit avec quelqu'un. Ça vient jouer sur tes émotions, ça vient jouer sur ce que tu gardes en dedans, ça vient jouer sur tout. (Julie)

Puis moi, je ne peux pas m'en occuper [de sa fille] tout seul. Puis c'est ça qui fait que je me sens coupable. (Jean-Marc)

J'ai des gros down quand il m'arrive des affaires comme quand la DPJ me poignarde dans le dos... (Jean-Marc)

C'est quoi qui t'amène, par exemple, ton émotion de haine ?

Que les personnes ne me prennent pas au sérieux ou bien qu'ils ont trop de préjugés envers une personne qui est dans la rue. (Sébastien)

J'haïs ça avoir mal, avoir peur, ça c'est le pire, sauf que, je ne sais pas qui a décidé de mon destin ou si ça se fait tout seul. (Joëlle)

Je suis écœurée... ça fait trois nuits que je ne dors pas. (Mélanie)

Bien là, j'ai laissé Jean-Claude, ça m'a fait du bien. J'étais tannée, il n'arrêtait pas de me parler bête puis il n'arrêtait pas de me crier après. (Mélanie)

J'ai été m'inscrire au cours de PB à [nom de l'endroit]. J'ai la quasi-certitude que ça va marcher jusqu'au bout. Ça me rend heureuse et, en plus, c'est dans mon domaine. (Joëlle)

LES CONSÉQUENCES

Les conséquences illustrent les états engendrés par les émotions ou les actions posées par quelques jeunes dans un état émotif donné ou encore les conséquences de ces actions.

Avant la tentative, cinq jeunes ont fourni des informations sur cette question. Ils ont dit que leurs émotions, notamment la peur, les avaient empêchés d'échanger avec les autres, d'agir, de bien se concentrer, d'avoir les idées claires ou encore qu'elles avaient soulevé la colère des autres. Ils ont également mentionné que les émotions pouvaient occasionner de la fatigue et qu'une fois affaiblis, ils pouvaient entrer en contact avec leur réalité, une réalité difficile à vivre, ce qui leur procurait d'autres émotions intenses et dites négatives (que certains pouvaient nier se faisant alors « accroître » qu'ils étaient bien). Ils se trouvaient dans une sorte de « cercle vicieux » vécu comme une prison.

Tu te sens en rogne, enragé même, penses-tu que tu es bien là-dedans ? Moi, j'aime bien mieux me sentir enragé puis voir que j'ai quand même la maîtrise de ma bouche, de ma langue puis de mes membres ; c'est là que tu es puissant, ce n'est pas quand tu te laisses aller, hostie, à toutes tes folies, puis à toutes tes impulsions. Là, tu es prisonnier justement de ces impulsions-là. À ce moment-là, tu peux te faire accroître que tu es bien, mais tu frappes ton nœud tôt ou tard. (François)

Un choc émotionnel, ça, ça bouffe les énergies, là. Les émotions, tu es tellement faible à un moment donné que tu viens, wow, tu retournes à la réalité là. (Frédéric)

Tu me disais que tu parlais plus facilement qu'avant.

Ma carapace, j'avais peur de ce que le monde ils diraient de moi, puis j'avais peur de tout. (Mathieu)

Mais comment y croire [à l'avenir] lorsque je ne veux rien essayer, par peur ? (Mélanie ; D)

Quand j'ai peur, c'est comme si je n'étais pas en possession de mon jugement. Toutes mes idées sont floues et j'ai beaucoup de mal à me concentrer. Je deviens autodestructive non pas seulement moi envers moi, mais je pousse les autres à se fâcher contre moi. Souvent, pour me donner une raison de me punir. (Joëlle ; D)

Pendant la tentative, seule Vanessa a clairement exprimé que la peur l'avait poussée à demander de l'aide.

J'ai fermé les yeux puis je me suis rendu compte que je n'étais pas morte, puis j'ai eu bien bien peur de mourir, ça fait que je suis sortie puis j'ai demandé qu'on appelle une ambulance. Tout d'un coup, je n'avais plus envie de mourir. (Vanessa)

Après la tentative, cinq jeunes ont donné des informations sur les conséquences reliées aux émotions. Ils ont surtout parlé des effets de la peur, de la haine et de la colère. Ils ont signalé que la peur les avait soit empêchés d'être heureux (peur négative), soit poussés à entreprendre une démarche bénéfique comme cesser de consommer de la drogue (peur positive). Ils ont dit que la haine les avait empêchés d'avancer dans la vie, mais un jeune, au contraire, avait vu dans la haine un levier intéressant pour améliorer sa performance lors de ses entraînements physiques. Ils ont aussi indiqué que la colère envers soi avait empêché l'appréciation des autres, que parler des émotions avait été, la plupart du temps, aidant, qu'un état de bien-être avait motivé l'action et que l'expression de la colère à travers une activité sportive avait entraîné un état de bien-être.

Qu'est-ce qui t'a poussé à arrêter [de consommer de la drogue pour geler tes émotions] ?

Bien, c'est juste que ça m'a fait peur, fait peur pas mal trop. (Frédéric)

Tant que je vais avoir peur d'eux autres [ses parents], je ne serai pas heureuse. (Julie)

Comme la haine, est-ce que c'est une bonne émotion ?

Ça devient une bonne émotion, oui.

Peux-tu m'expliquer ?

Parce que je l'utilise pour faire mon entraînement. Je m'entraîne pour entrer dans l'armée; ça fait que j'utilise ma haine pour me donner plus de force. (Sébastien)

Je ne pense pas que la haine, ça peut t'aider. Ça peut juste te nuire dans le fond, ça t'empêche d'avancer dans la vie. (Julie)

Si tu veux t'en sortir mettons... Si tu ne décides pas de faire quelque chose, ça reste là. Ça fait mal. Puis là, tu arrives chez vous le soir puis tu brailles dans ton oreiller. Il faut que ça sorte quelque part. (Jean-Marc)

Ça me fait tellement chier de ne pas me sentir comme hier. Je me sentais si bien avec moi-même; j'étais quasiment prête à n'importe quoi. (Joëlle ; D)

L'ACTION SUR LES ÉMOTIONS

Les actions sur les émotions ont été regroupées sous deux rubriques :

1) l'accumulation/l'expression, 2) l'anesthésie/le vécu de l'émotion.

Agir sur les émotions: les accumuler ou les exprimer

Avant la tentative, six jeunes nous ont dit qu'ils avaient eu tendance à accumuler leurs émotions, accumuler dans le sens de contenir. Un jeune a mentionné qu'il contenait seulement les émotions négatives se permettant d'exprimer celles qui étaient positives. Un autre jeune a indiqué qu'il n'exprimait ni les négatives, ni les positives. L'idée que le manque d'expression pouvait provenir d'un manque de sensibilisation ou d'éducation a été soulevée par un des participants.

Dans le fond, c'est parce que tu n'es pas capable d'affronter ta douleur; tu ne sais pas par quoi la sortir. (Patricia)

Mais s'il y a quelque chose qui te fait chier, à ce moment-là, tu as une émotion ?

Oui, c'est ça. Ça ne veut pas dire que tu vas en parler. Tu vas peut-être le garder pour toi puis tu ne sauras pas comment réagir face à ça. (Julie)

Moi, je contrôlais bien mes émotions; je ne laissais pas montrer; je ne montrais pas trop mes émotions. (Sébastien)

Pour toi, contrôler, ça voulait dire ne pas les montrer ?

Bien pas nécessairement ne pas les montrer. Je les montrais mais au bon moment. Je choisisais quand puis à quelle personne je pouvais montrer mes émotions.

Est-ce que tu montrais plus, à ce moment-là, tes émotions positives ?

Oui.

Puis tes émotions plus négatives ?

Je les gardais pour moi. (Sébastien)

Te le permettais-tu de brailler ou tu gardais ça en dedans ?

Je retenais ça, tu sais. Si j'avais pu, dans le fond, tu sais, j'étais sur le point de, j'aurais pu me crisser en plein milieu de la place de n'importe où puis me mettre à crier : « Aidez-moi ! » Mais le monde, ils s'en foutent. C'est moi qui étais pogné dans ma dope puis tout. (Frédéric)

Est-ce que tu parlais de tes émotions positives ?

Dans ce temps-là, non, mais maintenant, oui. (Patricia)

J'ai été abusé quand j'étais jeune, par mon père. Mais là, j'ai pilé par-dessus tout ça... Mais quand j'avais 5-6 ans, on ne voyait pas ça à la t.v., l'abus sexuel ; puis, à l'école, ils n'en parlaient pas. (Pierre)

Après la tentative, trois jeunes (Julie, Patricia et Frédéric) ont mentionné qu'ils exprimaient verbalement ou par des gestes autres que la tentative de suicide davantage leurs émotions (au fur et à mesure ou après les avoir accumulées). Ils ont rappelé qu'avant la tentative ils les gardaient exclusivement en dedans. Ces jeunes considéraient que la stratégie d'accumuler les émotions à l'intérieur était néfaste alors que la stratégie d'expression était bénéfique. Cette dernière amenait un soulagement, une baisse de tension, un mieux-être, un encouragement. Trois autres jeunes (Jean-Marc, Sébastien, Pierre) continuaient, après le geste suicidaire, de les contenir. Un des jeunes (François) a mentionné que « *garder en dedans* » pouvait être avantageux dans certaines circonstances. Il a donné l'exemple d'un trop-plein de colère qu'on avait intérêt à contenir. Une autre participante (Joëlle) cherchait à exprimer verbalement ses émotions, mais elle trouvait cela difficile ; elle était en situation d'apprentissage, dans une sorte de transition. Enfin, deux jeunes ont dit qu'ils extériorisaient leurs émotions à travers des activités créatives. Cet aspect sera exploré plus à fond dans le chapitre qui traite des objets.

Je suis quand même facile à m'emporter, tu sais. C'est quelque chose que je travaille depuis quelque temps. Je suis moins pire. Je m'améliore. Ça va arriver encore que je ne suis pas maître de moi puis ça, ça me dérange parce que je le sais que ce n'est pas pour mon mieux-être que je me laisse aller comme ça. Je trouve ça égoïste, je trouve ça laid. Je ne m'emporte plus en m'imaginant que j'ai raison de m'emporter, tu comprends, dans ce sens là. (François)

Qu'est-ce que tu fais avec ces émotions-là ?

Je les garde en-dedans.

Puis qu'est-ce que ça fait en dedans ?

Ça me fait des baisses, des chutes là. Je deviens folle en voulant dire que je frappe partout ou tout revole à un moment donné. Trop, c'est trop. (Julie)

Quand je ne feel pas, je suis capable de le dire : « Bon, je ne feel pas parce que ci, parce que ça. » Avant, je gardais ça pour moi, je n'en parlais pas, puis j'étais bien mal avec ça. (Patricia)

Aujourd'hui : « Laissez-moi tranquille, je ne « feel » pas. » Avant, c'était : « Ah, venez-vous en, je m'en fous si je ne feel pas, je ne le dirai pas », tu sais... Pendant deux ans, ils m'ont tous pensé heureuse. (Julie)

Comment tu arrives à les gérer (tes émotions) ?

J'ai bien de la misère [sourir]. C'est que je les garde, je les garde, je les garde puis, à un moment donné, il faut que je me gèle. (Jean-Marc)

J'ai pilé par-dessus ça. Je suis bon pour piler par-dessus, puis piler mais, à un moment donné, le pilage vient trop haut puis ça tombe. Tu empiles des livres haut haut haut, mais, à un moment donné, les livres tombent, c'est la même affaire. (Pierre)

J'essaie de m'arranger avec. Je la garde en dedans de moi [l'émotion].

Puis qu'est-ce qu'elle fait en dedans de toi ?

Bien, ça dépend, elle bouillonne, des fois. (Sébastien)

Moi, je trouve que je les extériorise beaucoup, mais Jacinthe [éducatrice], elle trouve que je raconte, que je ne dis pas vraiment mes émotions. Des fois, c'est comme ça, je raconte ce qui se passe, mais je ne dis pas comment je me sens ou je pense que ça n'a pas d'importance. C'est beaucoup difficile, je trouve. (Joëlle)

J'en parle à du monde, genre mon coloc.

Et ça change quelque chose dans tes émotions quand tu fais ça ?

Ah oui, j'en parle puis après la tension elle baisse. (Frédéric)

Puis quand tu dis en parler, ce serait parler de quoi ?

Bien, de comment on se sent. Pas obligé juste de dire : « Ah, je vais me suicider... » Quand on feel tout croche, c'est d'en parler puis déjà ça ôte la tension. Je ne dis pas que ça va enlever toute ton envie de te suicider, mais déjà là, d'en parler, ça aide beaucoup je trouve. (Patricia)

Quand tu l'as exprimée [l'émotion], tu te sens soulagée, tu te sens moins écrasée, moins triste, tu te sens moins lourde. Puis, c'est plus facile après, tu te dis : O.K., ça, c'est fait, c'était de même mais là, on va essayer de virer la médaille de bord. (Julie)

Quand je danse, ça m'aide aussi, ça me défoule. (Jean-Marc)

Bien j'écris là, je dis vraiment ce qui me dérange. (Frédéric)

Agir sur les émotions: les anesthésier ou les vivre

Avant la tentative, quatre jeunes ont mentionné qu'ils avaient tendance à « geler » ou à fuir leurs émotions. Ils ont cité, comme moyens de les anéantir, la drogue, une attitude de « je-m'en-foutisme » et des expériences sexuelles. Une jeune a écrit dans son journal personnel qu'il importait, au contraire, de vivre ses émotions. Elle s'est exprimée en ce sens : le droit de vivre les émotions donne un sens à la vie. Elle a fait référence à l'émotion de tristesse.

J'utilisais la drogue parce que j'étais incapable d'être consciente. Il fallait que je perde la notion, que je sois assez gelée, que je n'aie plus de sentiments, que je n'aie plus conscience de rien puis que je sois carrément pas là. (Vanessa)

Consommer, ça me permettait de ne pas vivre mes sentiments, d'être gelée, buzzée, tout en me détruisant à petit feu. (Vanessa)

J'étais dans la dope 24 heures sur 24, ça fait que là, tu te crisses de toute; ça fait que les émotions, elles viennent comme elles viennent. C'est pas toi qui les contrôle. T'es gelé; ton cerveau est gelé; tes émotions itou. (Frédérick)

Comment te sentais-tu par rapport au fait que tu avais une tête de cochon comme tu dis ?

Comment je me sentais ? Je ne le sais pas, moi. Je ne m'en occupais pas. Je le savais que j'en avais une, mais je m'en foutais. (Frédérick)

Ça m'arrive encore des fois de fumer du pot, mais ce n'est pas chronique comme avant. Avant, ça me prenait ça, sinon j'avais l'impression que j'allais mourir. (François)

Mais quand la peine immense se fait sentir, il faut la pleurer, car la vie n'a plus de sens sans le droit de pleurer. (Patricia ; D)

Pendant (et par) la tentative, deux jeunes ont exprimé qu'ils voulaient anéantir un mal-être.

Je n'étais pas fier de moi puis je me sentais coupable. Je me sentais tellement mal que j'aimais autant disparaître que de continuer à vivre ça. (Jean-Marc)

J'ai voulu, dans le fond, cacher mes sentiments, enterrer mes sentiments avec la drogue pour me suicider. Dans le fond, je voulais étouffer pour pas que ça paraisse... Je me suis dit : « Bon, tant qu'à y être, j'étais dans le problème, pourquoi que je n'en finis pas là », tu sais. (Patricia)

Après la tentative, six jeunes ont dit qu'ils continuaient à fuir leurs émotions, soit occasionnellement, soit en tout temps, par le biais du « je-m'en-foutisme », par la drogue, par des mécanismes intérieurs « d'effacement », en pensant à autre chose, en s'activant, etc. Un jeune a mentionné, comme moyen de fuite, le suicide. Par ailleurs, un autre jeune a indiqué qu'il prenait le temps de ressentir ses émotions lorsqu'il était sobre et qu'il appréciait cette attitude. Les vivre signifiait les accepter et les affronter. Cette acceptation a été appuyée par un autre jeune. Dans le discours de ces jeunes sont apparus deux obstacles au fait de vivre leurs émotions : le manque de temps et la crainte de déranger les autres.

Mes émotions, je serais peut-être sur la limite, parce que tu sais, je veux m'exprimer, mais je ne m'exprime pas. Je n'ai pas le temps de fucker là. Il faut que je fasse mes affaires, ça finit là. (Frédérick)

Quand, toi, tu es écaeuré qu'est-ce qui se passe dans ce temps-là ?

Je consomme. (Frédérick)

Je les garde [mes émotions] puis après, il faut que je me gèle pour oublier.

(Jean-Marc)

J'ai appris à contrôler mes émotions.

Comment arrives-tu à si bien contrôler tes émotions ?

L'expérience.

Comment tu fais ?

Ça dépend. Des fois, je pense à quelque chose d'autre ou bien je fais de la méditation. (Sébastien)

Dans ma tête, je n'ai pas le même mode de pensée que tout le monde; j'ai quelque chose qui efface, moi. J'ai l'air d'un fou en disant ça, mais je suis capable genre d'effacer mes sentiments, les sentiments que je ne veux pas...

(Mathieu)

J'aime bien consommer, tu sais. C'est comme je me sens tout seul, un petit moyen que je me réfugie. C'est pas ça qui va enlever mon problème, ça, je le sais, mais j'aime bien ça me réfugier là-dedans [dans la drogue].

(Pierre)

J'ai un problème avec ma consommation, ça je le sais. Mais c'est mon seul défolement intérieur, hostie; c'est à cause que je ne tanne personne avec ça. (Pierre)

Moi, j'ai continué à consommer, à consommer, tout en gelant mes émotions ce qui me permettait de ne pas penser à rien. (Vanessa)

Pour moi, l'espoir, c'est de ne plus souffrir... Je visualise que ça peut être aussi débrancher le bouton on/off. Ça peut être aussi facile comme solution que d'utiliser des drogues pour fuir je ne sais pas trop quoi. (Vanessa)

Puis, des fois, aussi je fuis mes souffrances comme j'avais tendance à faire.

(François)

D'autres fois, je les confronte. Je confronte mes peurs. Je confronte, tu sais, je vis mes souffrances, mais pas toujours. (François)

Aujourd'hui, je vais te dire franchement quand je suis sobre, je vis tout intensément que ce soit la joie, la tristesse, la colère aussi. Je vis tout ça à plein puis j'aime ça. Ça, c'est quand je ne les gèle pas. (François)

Tu as appris à mieux recevoir.

C'est ça, puis à l'accepter, si je ne peux pas en avoir [de l'affection]. Avant, elle ne voulait pas [me donner de l'affection], c'était la crise, chambre de retrait. (Joëlle)

Sauf que, des fois, il ne faut pas faire ça [vouloir être sérieux trop jeune]. Vaut mieux prendre le temps de vivre ce qu'on a à vivre. C'est ça que je me dis. (Joëlle)

LA SIGNIFICATION CLÉ DE L'ÉMOTION

Il ressort que, pour la majorité des jeunes que j'ai vus, les émotions prennent beaucoup de place dans leur vie et dans leur être. Ils ont tendance, surtout avant le geste suicidaire, à se laisser envahir par l'émotion. Non seulement ils ressentent l'émotion, ils peuvent devenir et être l'émotion. C'est comme si leur définition d'eux-mêmes pouvait se limiter à cette émotion. Au moment de la tentative, ce phénomène est apparu à son paroxysme.

Lors de cet envahissement du soi par l'émotion, il semble que quelques jeunes ne pensent plus ou n'ont plus conscience qu'ils pensent. Le raisonnement et le discernement peuvent donc très difficilement avoir prise sur eux à ce moment-là. Seule l'émotion compte et prend toute la place. Pour certains, elle est dirigée principalement vers soi, pour d'autres, elle s'adresse surtout à autrui ou à la société (p. ex., la haine ou la colère). Elle peut aussi s'orienter à la fois vers soi et vers ce qui est perçu à l'extérieur de soi (les autres, la société...).

Cette émotion est douloureuse, vécue comme étant intolérable. Tous les jeunes ont déclaré qu'en choisissant de se suicider ils voulaient « *ôter la souffrance* ». Mais de quelle souffrance s'agissait-il ? Les informations qu'ils ont données indiquent qu'il s'agit de celle de ne pas être reconnus, aussi, parfois, celle de ne pas être aidés. L'émotion est donc reliée à l'environnement, du moins en partie. Après avoir vécu avec hypersensibilité une ou quelques émotions, ou après avoir accumulé leurs émotions à l'intérieur d'eux-mêmes (parce qu'ils n'ont pas été à l'écoute de leur corps, qu'ils n'ont pas été assez confiants pour se confier, que personne n'a su les écouter vraiment, etc.), le volcan apparaît en activité. La violence impétueuse engendrée par ce vécu ou cette accumulation peut se manifester sous la forme d'un geste suicidaire, lequel sera perçu comme une solution pour anéantir, entre autres, les émotions.

Aussi, le concept d'immédiateté semble lié à celui d'émotion. Seule l'émotion que le jeune ressent sur le moment ou sa pensée de suicide est importante. Il ne semble pas conscient que cette émotion a le potentiel de se transformer dans le futur. Du moins, il ne croit pas qu'elle peut s'améliorer. L'émotion, pulsion immédiate, semble confondue avec la profondeur émotionnelle. Comme la distance par rapport à soi ne s'effectue pas, l'émotion n'est pas clarifiée, nuancée, apprivoisée. L'élan premier que le jeune risque d'accueillir comme une voie de vérité n'est pas approfondi. Cet approfondissement exigerait du temps qu'il n'a pas, trop occupé à se débrouiller pour survivre ou percevant ce temps qu'il mettrait sur la compréhension de ses émotions comme futile.

Le vécu de cet envahissement par l'émotion risque de lui laisser croire qu'il n'a pas de pouvoir sur les situations. Cette impression d'absence de pouvoir sur les situations peut l'empêcher de se développer et son goût de vivre peut s'en trouver diminué.

Il est possible de résumer la signification clé de l'émotion pour les jeunes que j'ai rencontrés par quatre mots ou expressions : grande sensibilité (ou hypersensibilité), envahissement du soi par l'émotion, immédiateté, sentiment d'impuissance face aux situations.

Il importe de noter qu'il existe une possibilité de changement. Quelques jeunes peuvent parvenir à mieux vivre et à mieux exprimer leurs émotions. Leur sensibilité peut être mieux orientée et leur horizon temporel peut être élargi, diminuant l'envahissement et le sentiment de manquer de contrôle sur eux-mêmes et sur leur vie. Ils peuvent apprendre à mieux gérer leurs émotions, à les ressentir au fur et à mesure, à les observer, à les comprendre, à les accepter et à les exprimer d'une façon appropriée à des personnes qui seront dignes de leur confiance, au lieu de les accumuler, de les garder emprisonnées à l'intérieur d'eux-mêmes jusqu'à ce que le besoin intense de les anesthésier ou de les fuir survienne (par divers moyens tels que la drogue ou le geste suicidaire) ou jusqu'à ce qu'elles s'extériorisent à travers des conduites maladroites ou dommageables pour eux-mêmes ou pour les autres (« exploser » de colère, « se frapper sur les murs », etc.).

Les stratégies de gestion des émotions, d'abord problématiques, peuvent se transformer, devenir plus justes, pour un plus grand bien-être des adolescents et des gens qui font partie de leur entourage.

LE SOI

Comme l'ont fait remarquer Mussen, Conger et Kaplan (1974) ainsi que Stryker (1987), le soi est critique pour comprendre le comportement. Par conséquent, plusieurs auteurs ont vu ce concept comme un levier intéressant pour pénétrer le comportement suicidaire.

Stillion, McDowell et May (1989) ont affirmé qu'un concept de soi positif et une estime de soi élevée sont des facteurs de protection importants contre le suicide, et ce, à n'importe quel âge. Inversement, les personnes ayant une faible estime de soi sont à risque plus élevé de commettre un suicide. Ces auteurs ont ajouté que plusieurs personnes suicidaires ont un concept de soi si pauvre qu'elles ne peuvent accepter le feedback positif des gens de leur entourage.

Dans la même veine, Baumeister (1991, 1994) soutient que les personnes suicidaires ont souvent une pauvre estime d'elles-mêmes; elles se croient indignes d'amour et incompetentes. Leenaars (1991) estime que les jeunes adultes suicidaires ont une pensée dichotomique non seulement dans la vie en général mais aussi dans leur perception d'eux-mêmes; ces perceptions sont soit blanches soit noires. De plus, plusieurs de ces jeunes n'auraient jamais développé de soi personnel. Pour leur part, Schneidman et Farberow (1959) rapportent que la personne suicidaire a un concept de soi confus.

Que le soi soit confus, pauvre ou non développé, ce qu'il semble important de retenir, c'est que les auteurs s'entendent pour dire que la perception que la personne suicidaire a d'elle-même est problématique. Cette affirmation n'est probablement pas surprenante lorsque nous nous rappelons que le suicide, par définition, est la mort de soi-même. Ce lien

suicide/soi pourrait aussi expliquer en partie pourquoi ce sont les jeunes qui sont les plus touchés par ce phénomène. Souvenons-nous que la quête de soi est un processus primordial à l'adolescence.

VUE D'ENSEMBLE SUR LE SOI

L'analyse des informations fournies par les jeunes qui ont participé à ma recherche a permis de déterminer deux composants au soi : 1) les aspects du soi, 2) la valeur globale du soi. Les aspects du soi concernent : 1) les talents, les réussites et les échecs, 2) les désirs, 3) les qualités et les « défauts » que le jeune s'attribue. La valeur globale du soi se définit par : 1) la nature de la perception globale que le jeune a de lui-même, 2) les conditions qui ont eu un impact sur cette perception.

Avant et pendant la tentative, plusieurs participants ont trouvé que leurs qualités, talents ou réussites n'étaient pas valables, soit qu'ils étaient absents, insuffisants (en nombre ou en durée) ou inadéquats. De plus, ils s'accordaient beaucoup de « défauts » et se voyaient en échec au regard des symboles conventionnels de réussite sociale (couple, emploi, acquisition de biens matériels, etc.). La valeur personnelle qu'ils s'attribuaient allait de nulle à faible. Après la tentative, la valeur personnelle que le jeune s'accordait pouvait varier de nulle à très élevée et des qualités et des réussites pouvaient être perçues. Plusieurs trajets étaient possibles :

- 1) La valeur que le jeune s'accordait était demeurée la même ou semblable, en raison, semble-t-il, d'une attitude de « je-m'en-foutisme » et à une absence de soutien social. Il s'agissait en quelque sorte d'un statu quo.
- 2) Des aspects positifs du soi étaient perçus, mais cette perception s'accompagnait d'une croyance que cela était défendu ou mal. Ces jeunes ressentaient donc le besoin de les taire, ou s'ils les mentionnaient, ils prenaient soin de nommer, en même temps, les aspects négatifs du soi (c'est-à-dire ce qu'ils n'aimaient pas d'eux). Chez ces jeunes, il pouvait exister de la confusion. Ils pouvaient aussi être en transition, en train de changer la perception qu'ils avaient d'eux-mêmes (à la hausse ou à la baisse).
- 3) Il y avait perception et acceptation des qualités et des talents qui étaient utilisés à bon escient. C'était le cas des participants qui se percevaient plus positivement. Ils ont expliqué le changement par l'apport de la spiritualité, d'un soutien social et de la décision personnelle de s'apprécier et de se prendre en main.

- 4) Il n'existait que la perception des aspects négatifs du soi. Le jeune pouvait alors avoir tendance à s'étiqueter ou à se stigmatiser s'il généralisait ces aspects à son soi total. Il pouvait aussi voir que ces aspects négatifs étaient des points particuliers de sa personne, sans qu'ils représentent toute sa personne. Si c'était le soi total qui était en cause, ce qui s'est produit pour 18 % des participants (2/11), ils jugeaient que leur valeur personnelle était plus faible (ils s'évaluaient plus positivement avant la tentative). Cette baisse dans la perception de la valeur s'expliquait, selon eux, par de mauvais traitements subis, par la solitude et aussi par un manque de respect envers soi, l'actualisation de « fausses » valeurs, des actions « négatives » et des schémas de pensée négatifs.

DÉTAILS SUR LE SOI

LES QUALITÉS

Avant la tentative, quatre jeunes (François, Patricia, Julie et Frédéric) étaient incapables de nommer leurs qualités, n'étant pas en état de les percevoir ou croyant qu'ils n'en avaient pas. Trois autres jeunes (Vanessa, Mathieu et Pierre) en étaient capables. Ils ont dit, par exemple, être travaillants, généreux, fiables. Notons cependant qu'ils n'en étaient pas valorisés, ces qualités étant associées à des phénomènes récusés par la société (p. ex., être fiable dans le trafic de drogues).

Est-ce qu'il y a des choses que tu aimais de toi dans cette année-là ?

Je ne m'en souviens pas. Je me souviens juste que je tripais, je tripais, je tripais. Je ne faisais que cela. (Frédéric)

Est-ce qu'il y a des choses que tu aimais de toi en ce temps-là ?

Non, rien. (Patricia)

Je suis très active. Je pourrais faire un paquet de choses. J'ai plein d'énergie, mais je ne la mets pas aux bonnes places. (Vanessa)

Je suis fiable. Tu sais, moi, je ne suis pas le genre de gars à crosser quelqu'un comme on dit là, dans mes paroles. Il me donnait son argent puis j'allais chercher son stock [drogue]... J'en suis tanné, hostie. Je suis tanné. Je suis dans la rue, pourquoi je suis dans la rue ? Je suis écéuré de la vie. Je ne serai jamais capable de me trouver une job. (Pierre)

Après la tentative, tous les jeunes ont parlé de leurs qualités, mais en différents termes : ne pas les connaître (deux jeunes), refuser le feedback des autres sur leurs qualités puisqu'ils ne les voient pas eux-mêmes (deux jeunes), croire que reconnaître ses qualités serait se vanter (une jeune),

avoir le besoin de mettre les qualités en équilibre avec les défauts (trois jeunes) et, finalement, nommer une série de qualités telles les suivantes : être sociable, avoir le sens de l'humour, être ouvert, être actif, être débrouillard, avoir de l'initiative, être bienveillant, être jovial, être capable de penser et de ne pas être un mouton, etc. (six jeunes).

C'est plus dur de trouver tes points positifs ?

J'ai de la misère. Mon estime de moi n'est pas bien bien forte. (Jean-Marc)

Il y a beaucoup de monde qui me disent que je suis belle. Pourtant, moi, je me sens tellement « décriée » comme on dit. (Patricia)

Bien, mon chum, il dit qu'il aime ça parce que je suis assez sérieuse là... Puis je ne sais pas, encore là, ça serait me vanter là, tu sais. Je ne sais pas. Je dis que j'ai sûrement les mêmes qualités que tout le monde. Ceux qui n'ont pas ces qualités là bien, c'est parce qu'ils ne sont pas capables les pratiquer. (Mélanie)

Bien moi, je me connais là. Je les connais mes qualités ; je les connais mes défauts. (Frédéric)

Je suis quelqu'un de spontané, un peu comme un enfant. C'est aussi un défaut. Je suis impulsive. (Vanessa)

Ce que je peux dire de moi que j'aime, c'est que j'ai plus d'initiative aujourd'hui puis que je suis plus indépendant des autres. (François)

LES « DÉFAUTS »

Avant la tentative, deux jeunes, François et Patricia, ont indiqué qu'ils ne s'aimaient pas du tout. Patricia a ensuite précisé qu'elle se trouvait influençable alors que François trouvait qu'il manquait de patience. Deux autres jeunes (Frédéric et Sébastien) n'aimaient pas leur « tête de cochon » (dans le sens « insouciance »).

Est-ce qu'il y a des choses que tu aimais moins de toi ?

À peu près tout. (François)

Et par rapport à ce que tu aimais moins de toi à cette période-là ?

Bien, j'avais une tête de cochon, tu sais. Je ne voulais rien savoir. (Frédéric)

Après la tentative, deux jeunes (Jean-Marc et Frédéric) ont mentionné qu'ils étaient paresseux ou qu'ils manquaient de volonté. Quatre autres jeunes (Mathieu, Pierre, Mélanie et François) ont dit qu'ils n'aimaient pas, soit leur promptitude, soit leur facilité à se décourager, soit leur manque de patience. Au contraire, un jeune (Sébastien) a indiqué qu'il n'aimait pas le fait qu'il était « trop patient », dans le sens qu'il endurait pendant trop longtemps des situations désagréables, ce qui pouvait aboutir à des crises de colère de sa part.

Est-ce qu'il y a des choses que tu aimes moins de toi ?

Bien, ma paresse. Je suis paresseux un peu là. (Frédéric)

Je n'ai pas assez de volonté. Je ne suis pas assez sûr de moi. Je suis paresseux. (Jean-Marc)

Encore aujourd'hui, je manque de patience des fois, mais j'en ai plus qu'avant. (François)

Qu'est-ce que j'aime moins de moi ? Bien, je me décourage facilement. (Mathieu)

LES TALENTS, LES RÉUSSITES ET LES ÉCHECS

Avant la tentative, cinq jeunes ont parlé de leurs talents ou de leurs réussites. Relativement à leurs talents, ils considéraient qu'ils étaient insuffisants pour donner une direction à leur vie, ou encore, que ces talents étaient utilisés à mauvais escient, c'est-à-dire dans le non-respect des normes sociales acceptées. Quant à leurs réussites, aucune mention n'en a été faite. Ils ont, cependant, parlé de leurs échecs. Ces mêmes cinq jeunes, plus deux autres, estimaient que leurs « erreurs » ou leurs « échecs » se situaient sur le plan des incapacités suivantes : d'agir (ou si l'agir était présent, il allait à l'encontre des normes socialement établies), de s'aimer et d'aimer, de prendre des décisions, de se maîtriser, de se faire confiance. Aussi, la perte de biens matériels était vue comme un échec par deux jeunes qui avaient vécu une telle situation. Ils ont expliqué leurs échecs non seulement par leur manque de capacités personnelles, mais aussi par la situation économique actuelle de la société québécoise, un mauvais choix de relations sociales, la dépendance aux drogues, des stressseurs trop nombreux en trop peu de temps.

J'avais quand même certains talents, pas dont j'étais fier, mais que j'appréciais, tu sais. Surtout le dessin, j'avais aussi un intérêt pour la littérature, mais ce n'était pas assez ça pour déterminer mes objectifs, pour déterminer ma ligne de conduite, tu comprends. Ce n'était pas suffisant pour me faire une idée sur ce que serait ma vie dans le présent ou dans le futur. (François)

Quand j'avais besoin de me cacher, je savais exactement où aller, puis de quelle manière, dans quelle position me mettre pour être plus à mon avantage. J'étais habile à me camoufler, puis j'étais un bon tireur dans ce temps-là. (Sébastien)

Moins trois sur ma capacité de faire quelque chose, sur ma capacité de m'aimer, sur ma capacité d'avoir confiance en moi... (Julie)

Ce que je n'aimais pas, c'était de ne pas être capable de me contrôler... ou de contrôler mes émotions, ça faisait encore plus mal, puis c'était fou là. (Joëlle)

Je n'acceptais pas que moi-même, trop en amour fou, dans ce temps-là, j'acceptais de me faire battre. Je ne faisais rien. Je me faisais crisser des volées, mais je ne me défendais pas. (Patricia)

Après la tentative, neuf jeunes ont parlé de leurs talents ou de leurs réussites en faisant référence à la prise de responsabilités, à l'accomplissement d'efforts, à l'acceptation de l'autorité, à la pensée positive, à l'accomplissement de rôles et à l'exécution de tâches quotidiennes comme gérer un budget, faire le ménage, etc. Ces réussites provenaient d'une sensibilisation qu'ils avaient reçue, soit directement de leurs expériences, soit d'un échange avec quelqu'un. Par ailleurs, trois situations étaient perçues comme des échecs : des rechutes dans la drogue, un manque de capacités parentales, un manque d'autonomie.

Je suis capable de prendre mes responsabilités ; ça montre que j'ai confiance en moi. Je suis capable de le faire. Avant, je n'étais pas capable de le faire tout seul. (Frédéric)

J'accepte plus l'autorité qui est dans le monde même si l'homme se trompe souvent. La justice de l'homme, ce n'est pas la justice d'en haut. Même à ça, j'ai plus de facilité à me soumettre à l'autorité. (François)

Je ne suis peut-être pas bonne en mathématiques, mais je suis une bonne mère. Je ne suis peut-être pas bonne dans la bouffe, mais chez nous, c'est clean ; je suis bonne pour faire du ménage. Je suis bonne pour gérer mon budget. Il faut te donner. Ça, c'est une chose importante, très importante. Il faut te donner du positif ; c'est de trouver. (Patricia)

Je ne suis pas fier de moi. Je suis parti sur une galère. Je me suis shooté un quart de poudre puis j'ai parti, trois jours, trois nuits... Une rechute. (Jean-Marc)

LES DÉSIRS

Sept jeunes ont fourni des informations sur leurs désirs avant la tentative, alors que dix jeunes ont parlé de leurs désirs après la tentative.

Que ce soit avant ou après la tentative, les désirs des jeunes, sur le plan général, demeurent les mêmes. Ils se résument à trois sujets : 1) besoin de reconnaissance de la part des autres (être reconnu pour ce qu'ils sont et non pour ce qu'ils pourraient être ; être « apprécié et aimé pour soi » ; que les autres leur démontrent de l'intérêt ; que les autres leur donnent de l'attention), 2) besoin d'avoir une vie « normale » (étudier, travailler, avoir un endroit où vivre, ne pas consommer de drogues, etc.), 3) désir d'évolution dans la vie intérieure (être bien avec soi, être en paix avec le passé, être discipliné, avoir du courage, etc.).

Cependant, sur le plan individuel, les désirs peuvent changer au cours du temps. Pour quatre jeunes (Frédéric, François, Sébastien et Patricia), leurs désirs se sont modifiés, de peu ou de beaucoup. En voici quelques exemples : Patricia, qui veut être mieux dans ses divers rôles sociaux, voulait, avant sa tentative, effacer le passé et trouver la paix ; Sébastien, qui, avant la tentative, voulait une vie plus normale, définissant cette vie normale par une vie où il y a moins de consommation de drogues et d'alcool, désire, après la tentative, être accepté pour ce qu'il est et être bien traité ; François, qui, avant sa tentative, désirait surtout plaire aux autres pour obtenir leur reconnaissance et leur attention, désire maintenant être discipliné et partager l'amour qu'il ressent. Pour trois jeunes (Julie, Pierre et Joëlle), leurs désirs sont restés les mêmes parce que, semble-t-il, ils sont demeurés insatisfaits et ils ont encore de l'importance. Par exemple, Julie cherche toujours l'affection qu'elle n'a pas eue et Joëlle continue de vouloir étudier, trouver un emploi et être bien avec elle-même.

J'aimerais ça être un petit peu mieux que je suis là, tu sais. Je veux dire, pas trop non plus parce que je ne veux pas être à la perfection, mais avoir une job, voir ma fille grandir, travailler, vivre avec mon chum. (Patricia)

J'aimerais être apprécié pour ce que je suis, pas pour ce que je pourrais être. (Sébastien)

J'avais surtout besoin d'attention. C'est stupide parce que ce n'était pas vraiment ça que j'avais besoin. J'avais besoin de l'amour de Dieu. Mais dans ce temps-là, je ne t'aurais pas dit ça, tu sais. Je cherchais à plaire, tu sais. C'était important pour moi de plaire aux autres... Je pensais que je dépendais de l'approbation des autres. C'était beaucoup ce que les gens allaient penser de moi. Je me disais que je m'en foutais de ce que le monde pensait de moi, mais dans le fond, je voulais qu'ils pensent que je me foutais de ce que le monde pensait, tu comprends. (François)

Le but que j'ai présentement est de faire mon cours, le terminer, me trouver un emploi, un appartement et un sourire durable. (Joëlle ; D)

Ça me fait de quoi ce que le monde pense de moi, comment le monde me voit, ça me fait de quoi. J'aimerais ça que le monde, ils m'apprécient à ma juste valeur, ils m'aiment pour ce que je suis. (Jean-Marc)

LA NATURE DE LA VALEUR GLOBALE DU SOI

De la période antérieure jusqu'à la période postérieure à la tentative de suicide, trois situations, selon la perspective des participants, ont été rapportées : 1) la valeur globale du soi est demeurée la même (deux jeunes), 2) la valeur globale du soi a diminué (deux jeunes), 3) la valeur globale du soi a augmenté (sept jeunes). Autrement dit, le soi a été perçu comme inchangé, empiré ou amélioré.

Pierre et Mathieu ont estimé que leur valeur était restée identique. Mathieu croyait qu'il ne valait rien ou pas grand-chose. Il disait qu'il était « *là pour triper* » et « *qu'il ne fallait pas lui en demander plus* ». Il ajoutait qu'il ne changeait pas, car « *il n'y avait personne comme lui* », comme si changer aurait voulu dire perdre son unicité. Pierre considérait qu'avant et que pendant sa tentative, il « *valait plus que ce qu'il pouvait avoir, plus pour ce qu'il donnait de son temps puis de ses efforts, plus que ce qu'il était* ». Après sa tentative, il avait toujours la même perception de sa valeur.

Vanessa et Mélanie voyaient leur valeur diminuée après la tentative. Avant le geste suicidaire, elles se sentaient de « *bonnes personnes* ». Pendant et après la tentative, elles se sentaient « *rien* » ou « *pas grand-chose* ».

Les autres participants de l'étude percevaient que, d'avant à après le geste suicidaire, leur valeur avait augmenté. Le degré de l'augmentation variait selon les jeunes. Patricia et François se sont présentés comme les deux jeunes ayant fait le changement le plus grand.

Avant la tentative, tous les jeunes ont dit qu'ils sentaient qu'ils valaient moins que rien, rien ou pas grand-chose, sauf deux adolescentes qui considéraient que leur valeur était présente et assez grande du fait qu'elles étaient des « *bonnes personnes* », c'est-à-dire pas méchantes.

Si on imagine qu'on est dans l'année avant ta tentative et que je te demande de compléter la phrase : Je vaux...

Je vaux [silence] pas grand-chose ; je suis en train de me détruire.
(Frédérick)

Si je t'avais rencontré à cette époque-là, puis que je t'avais demandé de compléter la phrase sur ta valeur, je vaux...

Rien. (François)

Je vaux [silence] absolument rien. Pour moi, je ne valais absolument rien. Je ne valais même pas la peine d'être vue, d'être sortie, de m'amuser, de ne rien faire là. Je n'avais pas le droit de rien. Je n'avais pas le droit au bonheur. Je n'avais pas droit à l'amour. Je n'avais pas le droit d'être sur la terre non plus. (Julie)

Comment aurais-tu complété la phrase suivante sur ta valeur personnelle : Je vaux ?

Je vaux [silence] de la « marde ». (Sébastien)

Je vaux pas grand-chose. Je ne dirais pas rien parce que ça, je ne le pense pas là, parce que je le sais, si je ne suis pas morte, c'est que je valais un petit quelque chose là, mais pas grand-chose. (Joëlle)

Je valais mieux que cette année. (Mélanie)

Après la tentative, deux jeunes trouvaient que leur valeur était restée la même, tandis que pour les autres, elle s'était modifiée, à la hausse ou à la baisse. Certains parlaient de leur valeur d'une façon globale alors que d'autres mettaient l'accent sur un point particulier tel le droit d'être écouté ou d'avoir une vie améliorée. La majorité s'exprimait en ces termes : je vaux la peine (de m'en sortir, d'être écouté...), mieux que ce que j'étais avant, plus que ce que je pense, etc. Un jeune (François) a dit qu'il pensait qu'il valait beaucoup.

Je vaux [silence], je vaux, euh, je ne le sais pas. Attends. Bien, en tout cas, je pense que je peux dire je vaux mieux que ce que j'étais avant. (Patricia)

Vois-tu une différence dans la perception que tu as de toi-même ?
Peut-être un amour de moi-même. (Joëlle)

Je vaux. C'est dur à dire. Je dirais plus je vaux la peine d'être écouté comme tout le monde. (Sébastien)

Je vaux. Je ne sais pas moi [silence]. Je ne sais pas. J'aime autant mieux pas le savoir... Moi, ce que je pense de moi là, c'est de la merde. (Mélanie)

Bien sais-tu la première affaire qui m'est venue en tête : rien. C'est la première affaire qui m'est venue dans la tête, je te le dis, je n'ai pas pensé, sans penser. Puis après ça, pas grand-chose, tu sais. (Mathieu)

Comment compléteraistu maintenant cette phrase sur ta valeur personnelle, je vaux ?
Je vaux beaucoup. (François)

LES CONDITIONS D'INFLUENCE

Les deux jeunes (Pierre et Mathieu), qui ont mentionné qu'ils n'avaient pas changé (soi inchangé), l'expliquaient par le fait qu'ils se foutaient de tout et qu'ils étaient isolés. Ils ont ajouté que leur isolement faisait en sorte qu'ils n'avaient pas d'encouragements.

Vanessa et Mélanie, qui considéraient que leur soi avait empiré, l'expliquaient de la façon suivante : avant, elles avaient du respect (pour elles et les autres), elles avaient des valeurs (ne pas voler, etc.) et elles faisaient des efforts ; pendant et après, elles ressentaient du dégoût pour elles-mêmes, elles sentaient qu'elles étaient « sales » ou « corrompues » à cause de leur implication dans la prostitution, des vols qu'elles avaient commis, des viols et de la violence qu'elles avaient subis et parce qu'elles sentaient qu'elles avaient un potentiel qui n'était pas actualisé.

Quant aux autres jeunes, ils estimaient que leur valeur était plus basse avant et pendant la tentative pour des raisons personnelles et sociales. Les raisons personnelles qu'ils ont soulevées étaient les suivantes :

ils ne se donnaient pas de buts et quand ils s'en donnaient, ils n'allaient pas au bout des choses ; ils ne voyaient pas les côtés positifs des personnes et des choses, leur vision était négative (de soi, des autres, de la société, de la vie) ; ils ne maîtrisaient pas bien leurs émotions ; ils voulaient « être exceptionnels, spéciaux, numéro un » et ils n'y arrivaient pas. Comme raisons sociales, ils ont indiqué de la solitude, des mauvais traitements de la part des autres (dévalorisation, insultes, abus, etc.) et le fait que « *personne n'avait besoin d'eux* » (sentiment d'inutilité). La hausse de leur valeur personnelle, après la tentative, a été expliquée par des facteurs personnels, sociaux ou spirituels. En ce qui a trait aux facteurs personnels, ils ont mentionné : l'habileté à s'accepter et à s'apprécier, la capacité de « *passer par-dessus le passé* » et le fait de faire des efforts (p. ex., respecter l'autorité et suivre les règles de la société pour se sentir en sécurité et avoir plus d'assurance, pour ne pas avoir peur de se faire prendre en défaut...). Quant aux facteurs sociaux, ils ont souligné : le soutien social, des encouragements, l'implication dans plusieurs rôles (étudiant, parent, ami, etc.). Un jeune a fait mention de facteurs spirituels : avoir la foi et mettre en action un système de valeurs profondes et positives telles que « faire le bien », être honnête, prendre ses responsabilités.

Je n'ai pas bougé moi. C'est à cause de comment je pense, que je me fous de tout, là. (Mathieu)

Je me considérais comme quelqu'un qui se respectait, qui avait des valeurs, qui faisait des efforts, qui gagnait son argent honnêtement, etc., etc. (Vanessa)

Si personne ne te respecte, tu te poses des questions.

Quel genre de questions ?

Qu'est-ce que j'ai fait ? Qu'est-ce que j'ai que le monde ne m'aime pas ? Suis-je toute croche à ce point-là ? Suis-je toute méchante ? Est-ce que je suis vraiment conne, stupide, là ? Des trucs de même. (Mélanie)

Je m'haïs parce que je me sens sale, tu sais. À un moment donné, bien en tout cas, je ne peux même pas compter sur mes doigts puis mes orteils, quand il y a plein d'hommes qui t'ont passé dessus, tu ne t'aimes pas fort fort. (Mélanie)

Mes amis, ils étaient là juste pour ma dope et mon argent... Elle a consommé jusqu'à ce que je n'aie plus une cent puis après ça, elle est partie. Elle m'a plantée là carrément. (Vanessa)

(valoir) pas grand-chose. Je me base sur mes parents. Ils m'ont tout le temps rabaissée. Tu sais, mes notes à l'école qui ne sont pas assez hautes. (Julie)

Je m'aime plus moi-même. Je m'aime plus parce qu'on dirait que je suis mieux dans ma peau qu'avant. J'accepte plus les choses. Je suis plus capable d'affronter. (Patricia)

Est-ce que tu peux me dire sur quoi tu te bases pour dire ça, que tu vaux beaucoup ?

Ça, c'est sur ma foi que je me base encore, parce que je sais que pour Dieu, je vaux beaucoup... J'ai de la valeur à ses yeux. Pour d'autres personnes aussi, sur la terre, mais pour moi, le plus important, c'est que Dieu m'aime. Parce que sinon, il n'y aurait pas d'espoir pour moi, tu sais. (François)

LA SIGNIFICATION CLÉ DU SOI

L'idée directrice de la majorité des discours et des écrits, c'est que les jeunes recherchent une reconnaissance. Ils ont le désir d'être reconnus par les autres et la société pour pouvoir progresser, se développer et non plus se sentir limités. Souvent, cependant, ils ne se reconnaissent pas eux-mêmes ; ils ont tendance à se condamner. Ce désaveu semble augmenter dans les heures ou les minutes qui précèdent l'acte suicidaire. Ils croient qu'ils ne valent rien, ou même moins que rien. Cette contradiction « ne rien valoir pour soi/valoir pour les autres » n'empêche pas un profond désir d'être acceptés pour ce qu'ils sont ; justement dans l'espoir, semble-t-il, que s'ils valent aux yeux des autres, ils vaudront peut-être pour eux-mêmes.

Une autre contradiction est apparue : ils se percevaient à la fois différents des autres et pareils à eux. Ils étaient dotés des mêmes caractéristiques que tout être humain (vouloir évoluer, désirer être accepté, etc.) tout en se sentant à part (se retirer de la « routine monotone » vécue selon eux, par la masse, s'habiller différemment, etc.). Plusieurs jeunes ont semblé vivre intérieurement ce dilemme avec difficulté. Ils apparaissaient en lutte, essayant de donner un sens cohérent à leur situation. La reconnaissance qu'ils recherchaient semblait toucher aux deux pôles du dilemme : reconnaissance à la fois de leur différence et de leur côté humain. Ils ont laissé entendre que si « l'humain » était reconnu, leur différence automatiquement le serait aussi. L'humanité primait.

En posant un geste suicidaire, les jeunes ont exprimé qu'ils désiraient soit mourir, soit appeler à l'aide. Malgré cette dissimilitude dans l'objectif, ils désiraient tous être reconnus, aussi surprenant que cela puisse paraître. Comment pourrait-on être reconnu alors qu'on est mort ? Quelques jeunes croyaient que c'est lorsqu'une personne est partie que les autres se rendent compte à quel point elle était importante.

Les conditions d'influence sur la valeur personnelle se sont montrées multiples ; elles ont semblé provenir surtout de l'interaction entre le jeune et son environnement. Cette interaction a résulté en trois possibilités au niveau du soi, lorsque le vécu des adolescents après l'acte suicidaire est comparé à celui d'avant : le soi inchangé, le soi empiré, le soi amélioré.

Nous parlons du *soi inchangé* lorsque le soi est demeuré tel qu'il était avant le geste suicidaire, c'est-à-dire insatisfait, incompris, non reconnu. Il semble que l'absence ou la faiblesse de la mobilisation sociale autour de l'acte suicidaire pouvait expliquer, du moins en partie, cette invariabilité du soi. Le jeune n'ayant pas réussi à transmettre son message de détresse, il pouvait être enclin à le répéter le nombre de fois nécessaire. D'autres déterminants ont semblé jouer sur le maintien du soi : un refus des influences, une confusion persistante, une attache à une définition de soi fragile, une absence de reconnaissance de son unicité de la part des autres.

Nous parlons du *soi empiré* lorsque le soi est devenu plus sombre après la tentative qu'il ne l'était avant ; le désespoir est encore plus grand. À la sortie de la tentative, le jeune a reçu le message que, la prochaine fois, il serait préférable qu'il ne reçoive pas d'aide. Il s'est fait nier. Sans soutien, il réfléchit à sa situation qu'il considère sur son déclin. Ses conditions de vie se dégradent, sa santé se détériore, etc. Il a de la difficulté à accepter « *qu'il est rendu là avec tout le potentiel qu'il croyait avoir* ». Il perçoit les gens soit hostiles, soit indifférents à lui et à sa vie. Il peut aller même jusqu'à penser que sa mort serait une libération pour les autres.

Nous parlons du *soi amélioré* lorsque le jeune se perçoit plus positivement après sa tentative de suicide. Le changement semble se situer au niveau de l'amour de soi. Le jeune s'aime plus. Il reconnaît ses qualités, ses talents ou ses réussites. Il constate qu'il est capable d'initiative, d'autonomie, de paix intérieure. Il voit l'utilité de sa vie. Aussi, il se sent renforcé. Après sa tentative, il a reçu de l'aide, de la confiance, du soutien de ses proches ou d'aidants. Il s'est arrêté pour réfléchir sur ses expériences et il a pris des décisions (accepter le soutien, demander de l'aide, prendre des informations, s'intéresser à quelque chose de nouveau, etc.). Il a persévéré dans ses efforts, il a fait des apprentissages (s'occuper de ses besoins, développer sa confiance, cultiver sa pensée positive, augmenter sa compréhension de la vie, etc.) et il a modifié son mode de vie.

Il importe de mentionner que l'atteinte d'un certain degré d'amélioration du soi n'empêche pas des reculs plus ou moins longs, à des degrés inférieurs qui semblent alors se présenter comme des niveaux transitionnels. J'aimerais, ici, introduire la notion de « soi en lutte ». Ce soi est apparu comme une phase précédant le soi amélioré. Le jeune en lutte dirige ses énergies vers une transformation de lui-même. Il s'agit d'un combat vers une amélioration de son état, de son niveau de bien-être, de son intégration dans la société. Cependant, le jeune peut parfois se trouver hésitant entre son ancien soi et son soi en devenir, ce qui explique des retours au connu.

La lutte ne se trouve pas seulement chez les adolescents qui se dirigent vers un soi amélioré. Le jeune dont le soi demeure inchangé ou dont le soi se trouve empiré peut aussi être en lutte. Il s'agit d'une lutte pour la protection de soi et pour la reconnaissance de soi mais sous d'autres formes. Il est possible de résumer la signification clé du soi pour les jeunes que j'ai rencontrés par l'expression suivante : besoin de reconnaissance.

4

LE CORPS

Erikson (1966) a parlé de l'importance d'« être chez soi dans son corps ». Il a affirmé que la construction de l'identité passait, entre autres, par le corps. Dans la même foulée, Baumeister (1994) a souligné que le corps était l'expérience intime du soi, qu'il était dépositaire des émotions, des intentions, des pensées, etc. En lui se trouvaient, entre autres, les solutions aux problèmes et les sources de la créativité. Il a écrit : « Il ne fait aucun doute qu'à la base, le soi est un corps » (p. 15). Nous avons vu au chapitre précédent que le soi des jeunes personnes suicidaires était problématique. Le corps poserait-il problème aussi ?

Côté (1988), qui s'est intéressée, non pas aux adolescents suicidaires, mais aux jeunes de la rue, a relevé que leur corps était leur seul ancrage sociospatial. C'est pour cette raison qu'ils investiraient autant dans des tatouages, des coiffures créatives, des vêtements décorés, etc. Mais qu'en est-il des jeunes suicidaires en situation de rue ? Leurs corps demeurent-ils un ancrage ou n'ont-ils aucun ancrage réel ? N'oublions pas qu'un geste suicidaire est toujours posé sur le corps : lacération, brûlure, absorption de médicaments ou de substances toxiques, surdose, pendaison, etc. Quel est le rapport des jeunes personnes suicidaires à leur corps ?

Orbach, Lotem-Peleg et Kedem (1995) figurent parmi les rares auteurs à avoir étudié l'attitude des personnes suicidaires envers leur corps. Leurs travaux ont démontré que les adolescents suicidaires avaient une attitude plus négative envers leur corps que les autres adolescents. Ils ont découvert que plus les attitudes envers le corps étaient négatives, plus l'attrait pour la mort était grand. Ils ont expliqué le détachement et le rejet du corps par les traumatismes vécus plus tôt dans la vie, par exemple, des punitions physiques, de la négligence, du rejet. « L'enfant maltraité

perd l'amour de son corps qui sert comme un bouclier protecteur contre l'autodestruction » (Orbach, Lotem-Peleg et Kedem, 1995, p. 211). Dans la même veine, Bradley et Rotheram-Borus (1990) ont observé que les jeunes suicidaires étaient dissociés des indices corporels de stress, ce qui occasionnait une absence d'actions de soulagement et, par conséquent, une accumulation de tensions pouvant mener à un geste suicidaire. Ce geste aurait pour but d'obtenir une délivrance immédiate de cette tension finalement ressentie mais devenue intolérable. Cela expliquerait pourquoi certaines personnes se sentent beaucoup mieux après une tentative de suicide. Cette tentative en enlevant, du moins temporairement, une tension restaurerait l'équilibre émotionnel (Stengel, 1964).

Les conclusions d'autres auteurs appuient l'idée que les personnes suicidaires vivaient beaucoup de tensions physiques. Leenaars, Maltzberger et Neimeyer (1994) ont trouvé des états d'anxiété élevée chez les jeunes suicidaires. Hawton et Catalan (1987) ont affirmé que la majorité des tentatives de suicide sont précédées de plusieurs événements stressants, laissant entendre que la personne se trouvait dans un état de tension. Chez les jeunes sans-abri, Greenblatt et Robertson (1993) ont rapporté des prévalences élevées d'anxiété et d'état de stress post-traumatique.

Par ailleurs, Duval *et al.* (1995) ont relevé la présence de fatigue chez un adolescent suicidaire. En racontant son histoire, ils ont indiqué qu'il était tombé « de faiblesse » deux fois en trois mois, en classe, et qu'il avait exprimé à une infirmière son sentiment de lassitude.

VUE D'ENSEMBLE SUR LE CORPS

Voyons maintenant ce que les jeunes que j'ai rencontrés ont dévoilé sur le corps. L'analyse de leurs témoignages a démontré que le corps était composé de deux attributs : l'apparence physique et ce que j'ai appelé le « corps-être ». L'apparence physique comprend les vêtements et le corps en tant que tel ; le corps-être inclut l'état corporel, le soin apporté au corps et l'écoute des messages du corps.

Avant la tentative, les adolescents ont mentionné soit qu'ils étaient indifférents à leur corps, soit qu'ils ne l'aimaient pas. Quelques-uns en appréciaient des aspects de façon momentanée. Ils avaient alors tendance à mettre l'accent sur ce qui se trouvait à l'extérieur du tissu cutané – cheveux, poils, ongles – sans parler du corps en tant que tel. Le vêtement était parfois le seul élément signalé. L'importance des vêtements a été évoquée par deux jeunes pour qui leur humeur, leur goût de vivre et leur perception d'eux-mêmes en étaient tributaires, du moins, partiellement.

Aussi, quelques jeunes avaient tendance à se négliger physiquement. D'autres s'infligeaient des blessures. « Déconnectés » de leurs corps, ils ne l'écoutaient pas. Les sensations principales et prolongées venant du corps se limitaient à la fatigue et au stress. Une seule jeune a exprimé aimer son corps, mais elle n'en était pas valorisée ; elle n'avait pas eu à fournir d'efforts pour ses particularités physiques naturelles.

Pendant la tentative, les jeunes ont surtout mentionné des serements à divers endroits du tronc et aussi de la fatigue, dans le sens d'épuisement.

Après la tentative, les conditions qui existaient avant pouvaient subsister. Cependant, d'autres trajectoires se sont détachées : 1) accepter et aimer son corps, 2) vivre en alternance des périodes où le corps était aimé et bien traité et des périodes où le corps n'était pas aimé et mal traité. Peu importe les trajets empruntés, la fatigue et le stress continuaient d'être présents.

Au regard de l'écoute du corps, les jeunes ont fait deux distinctions : 1) l'écoute du corps vs l'écoute de la tête, 2) l'écoute des « besoins sains » du corps vs l'écoute des « envies momentanées ». Il leur arrivait de lutter contre des messages jugés négatifs venant de la tête tels les suivants : poser un geste suicidaire, quitter brusquement la salle où se déroulait un échange avec un thérapeute... L'écoute du corps pouvait être néfaste si elle conduisait à répondre à des « envies momentanées » comme, par exemple, consommer des drogues. Elle pouvait être bénéfique lorsqu'elle amenait le jeune à améliorer ses conditions de vie et à ressentir un plus grand bien-être.

DÉTAILS SUR LE CORPS

L'APPARENCE DU CORPS

Avant la tentative, trois jeunes (Frédéric, Sébastien et Patricia) ont mentionné qu'ils se sentaient indifférents à l'apparence de leur corps. Frédéric a précisé que cette indifférence pouvait être accompagnée de négligence physique. Patricia a ajouté qu'elle critiquait son corps. Un autre jeune (François) a aussi dit qu'il n'aimait pas son corps. Seule Joëlle a indiqué qu'elle avait toujours aimé son corps, mais elle n'en était pas valorisée puisqu'elle n'avait pas eu d'efforts à fournir pour obtenir ses « attributs naturels ».

Je n'aimais pas mon corps, je n'aimais pas comment j'étais. (François)

Qu'est-ce que tu pensais de ton apparence physique ?

Je m'en foutais pas mal dans ce temps-là. Je savais que je n'étais pas beau à voir puis je m'en foutais. (Sébastien)

Estime de soi. Ce n'est pas bien et je le sais, de ne pas s'accepter telle que l'on est. Pourquoi être si complexée ? Arrêter de me critiquer et plutôt m'accepter, mais je ne cesse de penser à celles qui sont belles. (Patricia ; D)

Je détestais un petit peu tout, mais mon corps je l'ai tout le temps assez aimé. Parce que tout le monde me le disait : « Comment tu fais pour manger de même puis pas engraisser ? Comment tu fais ?... » moi, je n'avais pas bien bien de problèmes avec ça. (Joëlle)

Après la tentative, il peut exister plusieurs possibilités dans le rapport au corps sur le plan de l'apparence : 1) y être indifférent (Mathieu et Sébastien), 2) ne pas aimer son corps (Julie, Mélanie et Vanessa), 3) accepter son corps (Patricia), 4) l'aimer et ne pas l'aimer en alternance (Joëlle), 5) aimer son corps mais en sachant que c'est la seule chose qu'on aime de soi (Jean-Marc). Pour la deuxième possibilité, deux des jeunes femmes ont précisé qu'elles ne se trouvaient pas « *belles à l'intérieur* » et que c'est pour cette raison qu'elles ne se trouvaient pas belles à l'extérieur. Pour la troisième trajectoire, Patricia a expliqué qu'elle avait réussi à accepter et à aimer son corps à la suite d'une décision qu'elle avait prise combinée au fait que les autres lui donnaient du feedback positif sur son apparence. Pour la quatrième trajectoire, Joëlle a indiqué que lorsque son humeur était meilleure et qu'elle n'était pas sous l'effet de la drogue, la vision qu'elle avait de son corps était plus positive. Quant à la cinquième possibilité, Jean-Marc a affirmé que son corps, c'était la seule chose qu'il aimait de lui ; n'ayant pas eu à travailler pour obtenir ce corps, il n'avait donc « *aucun mérite* ». Il ne pouvait en être vraiment valorisé. Son discours rejoint celui de Joëlle sur la perception qu'elle avait de son corps avant son geste suicidaire. De plus, pour Jean-Marc, c'était grâce à son corps qu'il était dans le domaine de la prostitution et il n'aimait pas y être.

Quand je suis de bonne humeur pendant une couple de jours puis que je n'ai pas consommé, je trouve que je suis plus cute, je trouve que je suis plus belle. (Joëlle)

L'apparence physique, ça peut aider si tu es belle, mais si tu es pourrie à l'intérieur, ça ne change pas grand-chose. Moi, je ne crois pas que je suis super belle parce que je ne suis pas très très rose à l'intérieur, si on veut. (Mélanie)

Je me trouve beau... C'est à peu près la seule chose que j'ai, mon look. Je me promène dans le village puis je me fais cruiser... J'ai de la misère à m'accorder de la valeur par rapport à toutes sortes d'affaires, la prostitution puis ma consommation. Je me sens bien diminué à cause de ça. (Jean-Marc)

L'APPARENCE PAR LES VÊTEMENTS

Deux jeunes (Jean-Marc et Vanessa) ont parlé abondamment du pouvoir qu'ils accordaient aux vêtements sur leur valeur personnelle. S'ils n'avaient pas suffisamment d'argent pour se procurer de beaux vêtements, des vêtements neufs ou à la mode, la perception qu'ils avaient d'eux-mêmes en était affectée (à la baisse). Si, par contre, ils étaient bien habillés, ils se sentaient mieux, mais c'était passager. Ils ont expliqué que cet intérêt provenait de privations et de moqueries dans leur enfance. *Avant ou après la tentative*, l'accès aux vêtements influençait leur humeur et la perception qu'ils avaient d'eux-mêmes malgré la conscience qu'il y avait autre chose de peut-être plus important dans la vie. Aussi, le vêtement pouvait jouer un rôle de protection.

Puis tu sais, si je ne suis pas habillé comme je veux, puis comme j'aime, avec les marques de linge que je veux puis patati patata, je ne suis pas bien dans ma peau... Si je ne me sens pas bien dans le linge que je suis, je ne me sentirai pas beau, je ne me sentirai pas bien, malgré que mes pensées sont bien positives ou whatever... Je suis peut-être trop matérialiste, pas matérialiste mais le look, tu sais. C'est malheureux, ce n'est pas ça la vie là... Si je ne me trouve pas bien dans ce que je suis, bien, je trouve que j'ai l'air d'un b.s., puis quand j'ai l'air d'un b.s., j'ai l'air d'un trou de cul. Puis quand j'ai l'air d'un trou de cul, bien je suis un trou de cul. Je ne sais pas si c'est psychologique. C'est peut-être bien niaiseux, tu sais, mais c'est ça que ça me fait. (Jean-Marc)

Je n'étais jamais habillé comme les autres. J'avais l'air d'un maudit arriéré... J'avais honte. Comme ma mère, elle m'a acheté un chandail... (Jean-Marc)

Quand ma mère était jeune, elle n'avait pas beaucoup d'argent... Puis je n'avais pas des vêtements à la mode, j'étais rejetée, ridiculisée, pointée à cause que mes vêtements étaient différents... Puis il est venu un temps où, moi, je me sentais différente. Puis, vestimentairement, je me suis différenciée des autres. Ça a créé comme un bouclier, une grosse affaire d'image, puis de carapace, puis de protection. (Vanessa)

LE CORPS-ÊTRE

Le corps-être vise trois éléments : l'état physique, le soin apporté au corps et l'écoute des messages du corps. Nous les verrons un à un.

L'état physique

Avant la tentative, six jeunes ont dit qu'ils avaient ressenti de la fatigue ou du stress.

J'étais magané. J'avais le moral à terre. Quand ça faisait trois, quatre jours que j'étais debout, puis que j'étais pas capable faire une cent pour bouffer, j'avais le goût de brailler en hostie. J'avais faim. J'étais à bout, à bout. (Frédérick)

Moi, avant, j'étais une personne très très nerveuse, puis même encore un peu. J'étais quelqu'un qui avait bien de la misère à « dealer » tu sais avec les choses qui arrivaient dans la vie. J'étais tout le temps stressée. Quand il arrivait de quoi, j'étais tout le temps sur les nerfs : « Ah, qu'est-ce que je vais faire ? » (Patricia)

Le problème, c'est que j'étais tout le temps fatiguée. Je dormais des 12, 13 heures par jour, plus même. Pendant l'école, là, je n'étais plus capable, j'allais me coucher dans la chambre de retrait, je tombais de fatigue. (Joëlle)

Pendant la tentative, sept jeunes ont relevé soit de la fatigue dans le sens qu'ils étaient « au bout de leur rouleau », soit des serremments intérieurs (à la poitrine, au cœur, au ventre...).

Je me suis trop gelé, puis mon corps était trop fatigué pour prendre cette dose-là. Ça faisait trois jours que j'étais debout. Ça fait que là, mon corps, il ne l'a pas pris pantoute. (Frédérick)

J'étais magané, puis j'étais fatigué, puis j'étais déprimé. Je pensais juste à crever. J'étais tanné. Je ne voulais plus vivre ça. (Jean-Marc)

Ça faisait vraiment mal comme dans moi, comme dans mon ventre, c'était tout serré, tout pris, puis je voulais que ça parte, tu sais. (Joëlle)

J'ai le cœur qui serre. Je braille... J'ai juste ça [le suicide] dans la tête. (Mathieu)

Après la tentative, quatre jeunes ont mentionné ressentir de la fatigue ; un autre (Mathieu) a parlé d'abattement et de découragement. Quatre autres jeunes ont plutôt évoqué le stress et un autre (Sébastien) a dit qu'il relaxait quand il prenait de la drogue. En ce qui concerne la drogue, Joëlle nous a décrit les trois états qu'elle vivait selon qu'elle était sous son effet, qu'elle était « en manque » ou qu'elle était « à jeûn ».

Je viens fatigué plus vite que les autres. (Frédérick)

Moi, je ne suis pas capable de supporter ça [son mode de vie] puis je l'ai supporté toutes les années qui ont précédé, puis là je suis à bout. (Vanessa)

Je suis beaucoup stressée de ce temps-ci parce que je veux avoir beaucoup de choses. (Patricia)

Puis comment tu te sens durant ces journées-là [les trois jours sur sept où il est chez lui, gelé] ?

Je ne sens pas vraiment rien. Je suis parti. Je suis dans mon univers à moi. Je suis aux anges. Je suis très relaxé. (Sébastien)

C'est bad comme je peux être une autre personne lorsque je suis stone. Mes idées ne se suivent pas et je me trompe dans mes mots. La Joëlle stone est très spontanée, moins réfléchie et elle a son monde à elle. La Joëlle en manque est très colérique et saute dans les rideaux pour des riens. La Joëlle straight est plus sûre d'elle, plus sensée; elle peut tenir une conversation sans changer de sujet vingt fois, mais elle est plus sensible et irascible. (Joëlle; D)

Le soin du corps

Avant la tentative, sept jeunes ont indiqué qu'ils ne satisfaisaient pas leurs besoins physiologiques de base (dormir, manger, se laver...). Cinq d'entre eux ont mentionné, de plus, qu'ils se blessaient (se graffigner, se frapper, etc.) ou qu'ils ne cherchaient pas à se soigner lorsqu'ils avaient des malaises. Une adolescente a expliqué que c'était à la suite d'un viol que tout avait débuté. Un autre jeune a relevé que c'était à cause d'un isolement trop prolongé. Enfin, un autre a dit vouloir orienter son attention ailleurs que sur son mal intérieur.

Je consommait des grosses quantités puis toujours toujours dans des laps de temps le plus court possible, puis je ne me lavais pas, je ne mangeais pas, je ne dormais pas, c'était tout pour me mettre dans une situation où je ne passerais pas au travers là. (Vanessa)

Mettons que j'étais en crise d'asthme, au lieu d'aller voir le médecin, j'attendais d'être à terre puis de ne plus être capable de marcher. Après ça, je passais une semaine à l'hôpital. Mais, dans le fond, c'est ça que je voulais parce qu'être à l'hôpital au moins je n'étais pas chez nous, tu sais. (Julie)

Je n'étais plus respectueuse envers mon corps. Même je me rappelle, je me graffignais, je me mutilais tellement je me trouvais laide. C'est comme je me crissais des claques, je me faisais des bleus, je me rentrais la tête dans les murs. Non, j'étais comme déconnectée, vraiment déconnectée de moi-même. (Patricia)

Quand je faisais juste me couper ou des affaires comme ça, c'était pour que j'aie moins mal en dedans là. (Joëlle)

Mais quand tu es dans l'isolement pendant une couple d'années... Que tu veuilles ou que tu ne veuilles pas, je suis venu fou là. Me péter la tête dans les murs, je l'ai fait. Je me pétais la tête carré. Je faisais le tour de ma chambre. Je me pétais la tête tout partout. Je voulais juste sortir de là. J'essayais de casser les murs avec ma tête. Tu sais, c'est vraiment fort là. J'étais rendu trop dans ma tête. (Mathieu)

Parfois, j'ai des crises d'angoisse assez fortes merci. Je frappe les murs. (Julie; D)

Après la tentative, deux jeunes (Mathieu et Vanessa) continuaient de « se détruire ». Deux autres (Jean-Marc et Frédérick) vivaient en alternance des périodes où ils prenaient soin d'eux et des périodes où ils se « *laissaient aller* ». Les « périodes de soin » étaient motivées par une rencontre importante ou par une réflexion à la suite d'une transgression des limites. Pour une adolescente (Mélanie), c'était le désir de consacrer plus de temps à sa santé affective qu'à sa santé physique qui la poussait à faire attention à elle ; elle voulait prévenir les malaises physiques. Pour Patricia, c'était l'aide qu'elle avait reçue d'une psychologue qui l'avait amenée à prendre soin d'elle.

J'essaye de prendre soin de moi. J'ai de la misère. Je suis capable de passer des deux semaines debout sans manger, à consommer, sans dormir. Je suis capable de faire des choses inhumaines. Je suis capable de mettre toutes mes valeurs de côté. Je suis capable de même m'oublier moi, oublier ce que j'aimerais être, tout ce que je voudrais être. (Vanessa)

Je vais mieux. Pour ça, j'ai été supportée puis c'est important d'être supportée pour ça parce que je me négligeais pas mal, pendant longtemps, pendant même trois ans comme il faut là, à être anorexique parce que tellement je ne voyais plus de raison de vivre, ce n'est pas compliqué... On n'a plus le goût de rien dans le fond. (Patricia)

Sauf le dimanche, quand je vois ma fille, je suis de bonne humeur, je suis heureux. Ce matin-là, je suis de bonne humeur de me lever, je me lève puis je me pomponne. Je me brosse les dents, je me peigne. Je cire mes bottes. Je m'habille propre. Je suis content d'aller voir ma fille. (Jean-Marc)

On se sent beaucoup plus léger quand on est bien dans notre peau, on a plus le temps. Parce que quand tu es malade là, il faut que tu t'occupes de prendre soin de toi, de te soigner, nian, nian, nian. Tu n'as pas le temps de prendre soin de ton cœur. Mais si tu prends soin de toi physiquement, ça fait moins de job à faire si on veut [rires]. Puis là, tu peux prendre soin de ton cœur plus [silence]. (Mélanie)

L'écoute du corps

Avant la tentative, trois jeunes (Julie, Patricia et Mathieu) ont mentionné qu'ils n'écoutaient pas leur corps. En fait, c'est comme si leur corps n'existait pas. Un seul jeune (Frédérick) a dit que, parfois, il écoutait son corps, mais cette écoute semblait limitée à sentir l'effet que la drogue avait sur lui.

Quand je commençais à être fatigué là, oups, des fois là, genre, je tripais mais jamais pour péter. Je savais quand m'arrêter. J'avais tout le temps un petit doigt ou un petit clin d'œil qui me le disait : « Arrête là. » Tu sais, j'avais comme un sens. (Frédérick)

Au début, quand j'étais chez nous, je ne m'écoutais pas. Je m'en foutais de ce que mon corps me disait. Ça me disait : tu es fatiguée, tu es écoeurée, il faut que tu sortes de là, puis je ne le faisais pas. Puis la journée où j'ai commencé à m'écouter, bien, tout a déclenché tu sais, aux alentours de moi. (Julie)

C'est quelque chose que je n'ai pas vécu moi, de vivre avec mon corps. Comme maman ne m'a jamais vraiment montré les sentiments corporels. Puis tu sais accepter mon corps puis tout ça... (Patricia)

Après la tentative, plusieurs trajectoires sont apparues : 1) ne pas écouter le corps, surtout sous l'effet des drogues et l'écouter parfois, principalement en l'absence de consommation de drogues ou peu de temps après une surdose (Jean-Marc et Frédérick), 2) faire des efforts pour ne pas écouter les messages négatifs de la tête et pour ne pas les agir (Joëlle et Mathieu), ou croire qu'écouter le corps serait négatif à cause des envies « négatives » comme se droguer, se saouler, avoir une relation sexuelle sans consentement, etc. (Vanessa et François), 3) écouter le corps et considérer que c'est important (Julie et Patricia).

Quand je passe une rechute, je passe juste mon temps à courir après l'argent puis je n'ai plus de fun tu sais. Je ne prends plus le temps de m'arrêter puis de vivre, tu sais. C'est la drogue, c'est la drogue, mon prochain fixe, mon prochain fixe, mon prochain fixe, mon prochain fixe sans arrêt. (Jean-Marc)

Je viens fatigué plus vite que les autres. Souvent dans la journée je vais tomber genre vers 2-3 heures de l'après-midi, je vais m'endormir il va falloir que je fasse une sieste là, genre. Il va falloir que je me repose. Mon corps m'en demande.

Quand tu sens le besoin de faire ta sieste, la fais-tu ?

Ouais, je l'ai fait aujourd'hui. (Frédérick)

Puis il y a beaucoup d'affaires qui ont changé dans moi. Je me surprends à ne plus faire des affaires que je faisais comme avant, Carole [éducatrice], elle m'aurait chialé après ou on aurait eu une grosse chicane puis je serais partie puis maintenant je suis capable de rester. Je fuis moins. Puis j'ai plus confiance. J'écoute moins des fois ce que ma tête me dit là. Si elle me dit : « Va t'en, va t'en », bien au moins maintenant je ne m'en vais pas. (Joëlle)

Si j'écoutais mon corps, je serais tout le temps en train de boire une bière ou en train de pécher, tu comprends. (François)

Ça peut être comme une sonnette d'alarme qui t'avertit... Il faut commencer par s'écouter soi-même avant d'écouter les autres, je pense. Puis quelqu'un qui n'est pas capable de s'écouter soi-même, il est malheureux une maudite bonne partie de sa vie... Ne pas te demander ce que tu n'es pas capable de faire, si ton corps te dit : « Woh ! » Tu as des limites, toi aussi. (Julie)

LA SIGNIFICATION CLÉ DU CORPS

L'analyse des informations recueillies fait ressortir que le rapport que le jeune entretient avec son corps semble inexistant, du moins avant la tentative de suicide. Il vit comme s'il n'avait pas de corps. L'unique relation qu'il établit, de temps à autre, avec son corps semble se situer sur le plan de l'apparence physique. Celle-ci, de plus, se limite à ce qui est extérieur à sa peau : vêtements, cheveux, poils, ongles. L'apparence physique n'étant constituée que d'attributs physiques naturels pour lesquels le jeune n'a pas eu à fournir d'efforts, elle le laisse avec un grand vide intérieur. Les nombreux compliments sur son apparence physique semblent alors insuffisants pour l'aider à se sentir efficace et vraiment valorisé.

La relation au corps des jeunes que j'ai interviewés, avant et pendant leurs tentatives de suicide, pourrait être résumée en un mot : déconnexion. Ils ont exprimé qu'ils se sentaient déconnectés de leurs corps, d'eux-mêmes, de tout. Ils n'avaient pas le goût de prendre soin de leurs corps, d'eux ; ils n'avaient le goût de rien. Ils se foutaient de ce que leurs corps leur disaient, ils se foutaient de tout.

Le corps, vécu comme absent ou comme un récipient (« *J'espérais que mon corps ne serait pas capable d'absorber toute la drogue* ») lors de la tentative ou avant, peut prendre une tout autre signification après la tentative. C'est comme si le corps, durant cette période, pouvait devenir vivant. Le corps, alors, non seulement peut être perçu comme contenant une vie, mais il peut être ressenti comme étant intégralement vivant, méritant d'être pris en considération, soigné et écouté. Quelques jeunes ont mentionné que le fait d'écouter leur corps pouvait mener à des modifications qui engendraient un niveau de bien-être plus élevé. En effet, en se mettant à l'écoute de leur corps, ces jeunes pouvaient être incités à résoudre les problèmes qu'ils vivaient. Les problèmes étant résolus ou en train de se résoudre, ils arrivaient à se sentir mieux.

LES PROBLÈMES

Hawton et Catalan (1987) ont montré que la plupart des tentatives de suicide étaient précédées de l'apparition de plusieurs stressors. Les situations les plus souvent rapportées étaient les suivantes : des altercations avec des personnes significatives, un viol, un deuil, une maladie (affectant un proche ou soi-même), une parution à la cour pour un délit, des difficultés au travail. Ces événements survenaient progressivement dans le mois précédant l'acte suicidaire et atteignaient leur paroxysme dans la dernière semaine de ce mois.

La connaissance des problèmes ou des événements qui ont précédé la tentative de suicide est importante, cependant, elle ne serait qu'un élément parmi d'autres contribuant à la compréhension du comportement suicidaire. Il semble qu'il n'y ait pas que le nombre et le type de problèmes qui comptent, mais aussi leur perception. Les problèmes peuvent être tributaires du sens qui leur est donné.

Quelques explications d'une vision « négative » des problèmes ont été apportées par des auteurs qui se sont intéressés aux adolescents. Downey (1990-1991) a mentionné que les jeunes ne savent pas que l'être humain peut survivre à des pertes ou à des périodes difficiles et qu'il ne restera pas « découragé » ou « désespéré » pour toujours. Cette auteure a justifié leur conception des problèmes par le manque d'expérience. Lefebvre (1993-1994), dans la même veine, a indiqué que les jeunes suicidaires ont une vision particulière du temps. Ils ont l'impression que même les problèmes les plus courants ne trouveront jamais d'issue. Tout (peine d'amour, échec scolaire, etc.) leur paraît être pourvu d'un caractère définitif. Stillion, McDowell et May (1989) ont précisé, qu'à l'adolescence, l'apparition de la pensée opérationnelle formelle amène une

période d'égoïsme où l'individu pense qu'il est le seul à vraiment comprendre le monde selon sa nouvelle perspective. Ce phénomène exacerberait la conscience de soi et les moindres embarras apparaîtraient comme des traumatismes majeurs, augmentant la douleur de vivre.

VUE D'ENSEMBLE SUR LES PROBLÈMES

Qu'ont dit les jeunes qui ont participé à ma recherche sur les problèmes ? L'analyse de leurs discours révèle que les problèmes peuvent être examinés sous cinq angles qui rejoignent ce qui vient d'être dit : leur nature, leur ampleur, leurs conséquences, la vision que les jeunes ont de leurs difficultés et les actions qu'ils posent pour les surmonter.

Avant la tentative, trois types de problèmes ont été soulevés : 1) une absence d'amour ou une haine (envers soi, les autres, la vie ou encore de la part des autres), 2) l'instabilité (du mode de vie, du logement, des relations sociales, etc.), 3) le fait de ne pas voir son utilité. Ces conditions pouvaient subsister pendant la tentative. Après l'acte suicidaire, il était possible d'acquiescer l'amour de soi en affrontant la vie et les événements, en recevant de l'aide, en développant sa spiritualité. Aussi, une nouvelle stabilité pouvait s'installer dans la vie du jeune, lui permettant de vivre des émotions plus agréables et de « s'occuper de lui ». De plus, il pouvait arriver à voir son utilité.

Il n'y a pas que la nature des problèmes qui entre en ligne de compte dans le phénomène du suicide, il y a aussi leur ampleur. Avant la tentative, il semble que les problèmes s'accumulent, pendant un laps de temps plus ou moins long, selon les jeunes. Au moment de la tentative, la quantité ou l'ampleur des problèmes apparaît maximale. Après, il est possible que les problèmes n'aient pas autant d'ampleur si le jeune se réconcilie avec le passé et s'il se « défend » davantage.

Comme conséquence des problèmes qu'ils vivaient, le rejet de la part des autres a été relevé, que ce soit pour la période qui avait précédé le geste suicidaire ou celle qui l'avait suivi.

Quant à la perception des problèmes, elle peut varier dans le temps. Pendant la tentative, les problèmes sont vus « sans issue ». Après, il est possible non seulement de voir que les problèmes peuvent se résoudre, mais qu'ils sont bienvenus, car ils aident à « grandir » ; ils rendent les individus plus résistants.

En ce qui a trait aux actions posées pour résoudre les problèmes, l'importance de la décision et de la persévérance a été soulevée. Avant la tentative, il n'y avait ni prise de décision, ni mobilisation parce que les

jeunes avaient peur (de la critique, de l'échec), ou parce qu'ils ne se sentaient pas prêts. Le suicide pouvait devenir une façon de fuir les problèmes. Après la tentative, soit l'adolescent ne prenait pas la décision de régler ses problèmes malgré la conscience de leur importance, soit il prenait la décision de résoudre des conflits mineurs ou majeurs. Ceux qui ont décidé de se mobiliser ont dit qu'il y avait eu un « déclic » en eux, à la suite d'une maturation naturelle ou de l'atteinte d'un point critique. Ils ont souligné l'importance que la décision vienne de la personne et soit prise en vue de son bien-être à elle. Cette décision impliquait une projection dans le futur et l'acceptation de mettre les efforts voulus ; il en résultait paix et joie.

Quant à la persévérance, qu'il s'agisse de la période antérieure ou postérieure à la tentative, elle ne semble se développer que dans des situations significatives (de façon temporaire ou à plus long terme) pour le jeune. Lorsqu'elle est présente et que le jeune se rend compte qu'il réussit, son goût de vivre augmente. Au contraire, lorsqu'il manque de persévérance, il vit des échecs. Ce manque de persévérance proviendrait d'un vécu d'échecs, de déceptions ou d'un rapport au temps « restreint ».

En plus de la prise de décision et de la persévérance, l'environnement aurait un rôle à jouer dans la résolution des problèmes. Après la tentative, quelques jeunes ont mentionné, par exemple, les opportunités sociales (pour développer des rôles) ou le soutien d'une personne pour l'accomplissement d'une tâche, comme aide à la résolution des conflits.

Les sections suivantes exposent chacun des composants qui entrent en jeu lorsqu'il est question de problèmes. Deux des cinq composants comportent des sous-thèmes. La nature des problèmes inclut l'amour, l'utilité et la stabilité. Les actions sur les problèmes comprennent la persévérance, la décision/mobilisation et l'apport de l'environnement.

DÉTAILS SUR LES PROBLÈMES

L'AMOUR

Avant la tentative, cinq jeunes ont mentionné qu'ils n'avaient pas d'amour de soi ; trois d'entre eux ont même parlé de haine de soi. Cette haine de soi ou ce manque d'amour de soi pouvait être accompagné de haine des autres, de la vie, de tout. Huit jeunes, incluant les cinq précédents ont dit manquer d'amour de la part des autres. L'un d'eux a précisé que même si les autres lui témoignaient des marques d'amour ou d'affection, celles-ci ne le comblaient pas ; il se sentait toujours en manque. Dans trois

documents (Joëlle, Mélanie et Patricia) et dans deux témoignages (Sébastien et Mathieu), une rupture amoureuse a semblé avoir été l'un des facteurs importants dans la décision de se suicider.

Avant, j'haïssais tout le monde, je m'haïssais... Je n'aimais pas mon corps, je n'aimais pas comment j'étais. Je n'aimais pas ma façon d'agir. Je n'aimais pas mes parents. Je n'aimais pas le milieu dans lequel j'étais. J'aimais rien. (François)

Dans ce temps-là, j'avais besoin d'amour, ça fait je me garrochais un peu sur les gars. Je me disais : ils vont m'en donner puis tout ça. Puis j'ai fait bien des tentatives de gars puis ça floppait tout le temps là. (Patricia)

Avant, c'était comme ça, j'y pensais tout le temps [au suicide], tout le temps, à tous les jours, tout le temps, tout le temps là puis ça c'était bad j'aimais tellement pas ça, c'était tellement fou là. Je m'haïssais, je m'haïssais au bout. (Joëlle)

Sa me tu, la distance qui nous sépare chaque jour, de jours en jours, j'ai l'impression que tu t'éloignes, je me vois courir pour te rejoindre, mais tu t'en vas, ne laissant à mon cœur que le mal... Sa me tu, de ne pas pouvoir voir qu'un jour nous serons ensemble, car tu es le seul être sur terre à avoir ainsi possédé mon cœur, Sa me tu, et la seule chose qui peut arrêter ce malaise est de mourir, car comme Roméo, exilé de sa ville, je suis exilé de ton cœur, je ne peux vivre sans toi, tu es mon cœur, ma respiration, sans toi, je meurs... (Mélanie ; D)

Après la tentative, une des jeunes (Mélanie) qui, avant, manquait d'amour de soi, maintenant disait se haïr ; elle expliquait que c'était parce qu'elle se sentait sale, à la suite de relations sexuelles non désirées. Elle concevait que l'absence d'amour de soi rendait malheureux. Pour un autre jeune (Jean-Marc), sa joie, disait-il, provenait du fait qu'il recevait l'amour de sa petite fille. Deux autres jeunes (Patricia et Joëlle) disaient qu'elles s'aimaient davantage. Elles ont justifié leur changement de la même façon : elles avaient choisi de demander de l'aide, elles étaient maintenant capables d'affronter la vie et les événements. Un autre jeune (François) avait augmenté sa capacité d'aimer grâce au développement de sa spiritualité.

Je suis capable d'aimer mes parents, je suis capable d'aimer une fille, je suis capable de m'aimer, je suis capable d'aimer Dieu... (François)

Je m'aime plus moi-même. Je m'aime plus parce qu'on dirait que je suis mieux dans ma peau qu'avant... Je suis plus capable d'affronter... Je peux dire que j'aime mieux ma vie là qu'avant. C'est juste que j'y mets du positif, comme. (Patricia)

Avant... je ne me sentais pas bonne, pas appréciée tu sais. C'est beaucoup la confiance dans ce que je peux penser puis l'amour de moi-même. Avant je ne m'aimais pas puis maintenant là je commence vraiment à voir que, je veux m'aider, ça, ça veut dire beaucoup parce que je m'aime, tu sais. (Joëlle)

Je m'haïs parce que je me sens sale... quand il y a plein d'hommes qui t'ont passé dessus... (Mélanie)

L'UTILITÉ

Des informations sur le thème de l'utilité sont manquantes pour la période qui précède l'acte suicidaire. Toutefois, quelques données ont été recueillies sur les périodes du « pendant » et de « l'après ».

Pendant la tentative, une jeune a rapporté se sentir inutile.

Te souviens-tu comment tu te sentais durant les journées, la journée avant, les heures avant ?

Je ne sentais pas rien. Je me sentais dévalorisée. Je ne me sentais plus utile. Je me sentais personne pour le monde. Je n'avais pas ma place sur terre, point. (Julie)

Après la tentative, cinq jeunes ont indiqué qu'ils se sentaient utiles. Ce sentiment d'utilité provenait de leur implication dans des activités diverses (prendre soin d'un enfant, aider les autres, s'occuper, travailler...). Comme conséquence, leur humeur et leur niveau de bien-être étaient relevés et la perception qu'ils avaient d'eux-mêmes était améliorée.

Là, je travaille, en même temps, je suis utile. Sauf que mon but dans la vie, ce n'est pas de faire du cash. Mon but dans la vie, c'est de travailler honnêtement de mes mains pour ne pas avoir à voler, pour ne pas avoir à squeezer puis me faire coller des tickets à tout bout de champ. (François)

Je suis plus, on dirait que ça [la tentative de suicide] m'a fait plus réfléchir, ça m'a mis les pieds sur terre, comme. Tu sais, dans le fond, je vois que je sers à quelque chose, je suis utile à quelque chose. Plus mettre les pieds sur terre, je pourrais dire là. (Patricia)

Mais je vois ma petite fille le dimanche, puis c'est la seule journée que je ne suis pas fucké... On fait des sorties, je m'en occupe. Je suis là. Je jase avec. Quand on se rend en quelque part en auto, on chante des chansons, je m'en occupe de ma petite fille. (Jean-Marc)

LA STABILITÉ

Avant la tentative, cinq jeunes ont présenté l'instabilité comme un problème, car elle provoquait de l'insécurité, des pertes d'amis, des sentiments dépressifs, de la fatigue.

À 18 ans, je me suis faite mettre dehors. J'ai été placée. J'ai été vivre avec une de mes amies. J'ai eu beaucoup de changements. Ça a bougé bien gros dans cette année-là. Là, je me suis faite mettre dehors. Je suis allée rester avec quelqu'un à [nom d'une ville]. Je suis revenue chez nous. Je suis restée peut-être, ça c'était dans le temps de Noël, je te dis à peu près là, dans le temps de Noël, puis je suis repartie au jour de l'An. Puis là, c'est ça, je suis allée vivre chez une de mes amies. Puis là, je suis restée peut-être deux mois à peu près là. Ça ne marchait plus à cause de son chum. Là c'était rendu l'enfer. Ça fait que là ils m'ont placée dans un centre à [nom d'un village], un centre d'hébergement. J'ai restée là peut-être sept, huit mois. Puis je suis partie en appartement. J'ai eu bien de la misère avec le propriétaire. Je suis redéménagée. J'ai resté un an là. Après ça, je suis redéménagée à une autre place, puis je suis redéménagée à une autre place, en tout cas, j'ai eu peut-être sept déménagements en dedans peut-être de un an et demi.

Comment ça t'a affecté, ça ?

Bien moi je suis quelqu'un qui a les deux pieds à terre, puis j'aime la stabilité ça fait que ça m'a comme bien bien mélangée, ça m'a bien traumatisée dans ce temps-là. (Patricia)

J'allais de famille d'accueil en famille d'accueil. Puis, je me faisais tasser d'un bord puis de l'autre là.

Puis ça, ça te rendait comment ?

Je me sentais de plus en plus down, dépressif.

Et c'était dû à quoi ?

Trop de bougeage. (Sébastien)

J'ai souvent déménagé; tu dois toujours laisser tes amis(es) et tout recommencer. (Julie)

Après la tentative, trois jeunes ont valorisé la stabilité, car elle permettait de diminuer les peurs, de penser à eux et d'améliorer la perception qu'ils avaient d'eux-mêmes.

Je suis sortie de chez nous là. Je commence à vivre. Je n'ai pas vécu mon enfance ni mon adolescence. Puis ce n'est pas en démenageant tout le temps, que tu arrives à te faire une stabilité... Je commence à avoir une stabilité là, ça me donne le temps de penser à moi, d'arrêter de penser aux autres puis de m'occuper de moi. Parce que avant c'étaient tous les autres qui comptaient aux alentours de moi puis moi je me câlissais de moi. Je n'étais pas importante. (Julie)

J'aurais le souhait que le bon Dieu me donne la force de devenir quelqu'un puis quelque chose pour que je puisse avoir un job puis une stabilité. Puis un jour peut-être que je pourrais reprendre ma fille avec moi.

Penses-tu que, ce souhait-là, il va se réaliser ?

J'espère, parce que s'il ne se réalise pas, je ne sais pas ce que je fais ici, je ne sais pas ce que je fais sur la terre. (Jean-Marc)

L'AMPLEUR DES PROBLÈMES

Les informations que les adolescents ont fournies sur l'ampleur ou la quantité de problèmes concernaient principalement la période entourant de près le geste suicidaire (*pendant*). Neuf jeunes ont mentionné qu'ils avaient alors trop de problèmes; ceux-ci s'étaient accumulés jusqu'à ce qu'une limite soit touchée. Une de ces jeunes a précisé qu'elle amplifiait les problèmes, les rendant beaucoup plus gros qu'ils n'étaient en réalité.

Des fois, l'affaire qui arrive avec le suicide, c'est que ça grossit dix fois plus. C'est ça qui m'arrivait des fois, une petite affaire, ça grossissait vingt fois plus. Puis là, ça te mets dans le doute dans tout le reste. Puis là, tu te dis, je vais me tuer. (Joëlle)

Je pense que c'est à cause de ça que j'ai voulu en finir. Je me disais : C'est assez, deux viols, deux voies de fait puis dans ce temps-là, j'ai eu de la violence conjugale avec mon chum, voilà un an et demi, voilà quasiment deux ans. J'avais eu de la violence dans ma famille. Ma mère qui me frappait. Puis j'ai été pas mal barouettée d'un bord puis de l'autre. Ça fait que tout ça ensemble, ça a fait que, ça a fait un mélange explosif, mettons. (Patricia)

Puis qu'est-ce que tu pensais de la vie ?

Que c'était de la bullshit ! Que c'était juste un paquet de problèmes. (Jean-Marc)

La vie, qu'est-ce que ça voulait dire à ce moment-là pour toi ?

Des tas de problèmes ! [silence] (Sébastien)

La perte d'emploi puis la perte des parents... Puis quand je me suis levé le matin, hostie, mon chum est arrivé puis il m'a dit : « Moi, je ne paye pas le loyer. » Il aurait pu me prévenir un peu, tu sais... Puis en plus, ma blonde qui m'appelle puis qui me dit : blablabla, tu m'as donné l'herpès. Eille, je capotais là. Je capotais dans ma tête. Qu'est-ce qui se passe ? Qu'est-ce que je fais ? Bien là, je pense que je vais perdre le logement. Bien mon propriétaire n'était pas trop content là. Puis en plus, il est arrivé une petite anecdote. Le gars d'à côté de chez nous, il s'était fait voler puis il me passait ça sur le dos... J'avais essayé de régler deux trois petites patentes mais là, pouf pouf pouf, bon c'est fini, bien bye. J'ai dit, je t'arrête tout ça moi. (Pierre)

Avant la tentative, il appert que les problèmes étaient en train de s'amonceler, tranquillement ou non. Trois jeunes ont parlé de cette période en ces termes : chaînes de problèmes, fardeau, malheurs.

Je trouve que ça va mieux quand même à comparer. Avant, j'avais beaucoup de problèmes... Tu sais habituellement, tu ne fais pas ça un suicide pour rien, c'est parce que tu as beaucoup de problèmes, tu as beaucoup de douleurs, tu as de la peine, tu as été blessée, tu as eu un traumatisme, tu as eu quelque chose là. Moi, je dis que ça a tout enchaîné. (Patricia)

Mais c'est toutes les émotions que tu as eues avant. C'est tout le fardeau, le malheur. Toute la scrap que tu as mangée avant, qui fait que tu finis par penser à ça [au suicide]. Sinon, je ne pense pas qu'on penserait à ça. Sinon, la vie serait rose. (Julie)

Bien dans ce temps-là, j'avais, bien c'était le début, beaucoup de, du questionnement de mon orientation puis tout ça. Il y avait ma famille puis tout ça; ça n'allait pas trop bien puis la drogue puis envoie donc. Puis j'étais beaucoup toute seule là. Tu sais les amours, ce n'était pas facile. (Joëlle)

Après la tentative, deux jeunes ont mentionné qu'ils avaient encore des problèmes qui engendraient frustration ou désespoir. Par ailleurs, une jeune a indiqué qu'elle avait beaucoup moins de problèmes parce qu'elle était capable de se réconcilier avec le passé et de se défendre également.

Aujourd'hui, je suis capable plus de me défendre, tu sais. Il y a du monde, aujourd'hui, ils seraient bien morts, avoir vécu tout ce que j'ai vécu. (Patricia)

Moi, j'ai bien de la misère avec mes tickets puis tout. Puis le pire, c'est que ça traîne, ça ne se règle pas. Ça traîne tout le temps. C'est long longtemps. Puis les avocats, ils remettent puis ils remettent... mais c'est un stress ça. Il faut que je deal avec ça, à tous les maudits jours de la vie que le bon Dieu amène avant que ça se règle, tu comprends... Il faudrait que tous mes problèmes se résolvent pour que j'aie moins de tension. Parce que c'est des tensions tout le temps. Ça fait qu'à un moment donné, avec tout ce qui arrive en même temps, des fois là, un gars n'est plus capable, hostie, puis il saute la coche, puis c'est bien normal. (Jean-Marc)

LES ACTIONS FACE AUX PROBLÈMES

Pour ce qui est de l'action sur les problèmes, les adolescents ont mis l'accent sur deux grands thèmes : la décision et la persévérance. Premièrement, la résolution des problèmes s'amorçait par la prise de décision. C'est quand le jeune avait atteint un point limite qu'il prenait la décision de se mobiliser. Cette décision était prise pour lui-même et non pour les autres. Il admettait alors qu'il méritait mieux. Il devait ensuite persévérer dans ses efforts. Pour ce faire, son rapport au temps devait changer; il devait développer sa capacité de voir à plus long terme. Quelques jeunes ont aussi mentionné l'apport de l'environnement dans la résolution des problèmes. Cet apport pouvait prendre diverses formes : guide, accompagnement, etc. Ces trois thèmes sont approfondis dans les prochaines sections.

La décision

Avant la tentative, six jeunes ont indiqué qu'ils n'avaient pas pris la décision de se sortir de leurs problèmes ou qu'ils n'avaient pas réagi. La décision était reliée aux objectifs ou aux directions de vie. Une des jeunes a mentionné qu'elle ne s'était pas mobilisée parce qu'elle n'était pas prête. Les autres ont dit qu'ils ne s'étaient pas pris en main par peur (de l'échec, de la critique...).

Je ne faisais carrément rien. Je m'écrasais là. J'attendais parce que, peu importe ce que je faisais, je me faisais engueuler. Ça fait que je ne bougeais pas. (Julie)

Je me suis dit dans le temps, je n'ai pas fait ça, bien c'est les conséquences, je ne me suis pas grouillé le cul pour aller mettre mes papiers, puis si je m'étais forcée un petit peu plus, puis me dépêcher à aller porter mes papiers où même après là, il n'y a pas longtemps, si je m'étais vraiment mise dedans j'aurais peut-être réussi. J'ai été un petit peu paresseuse, disons, ce n'est pas juste de leur faute. J'aurais pu faire plus. (Joëlle)

C'est toi qui prend la décision que tu vas t'aider. Peut-être que tu n'es pas prête aussi. Il faut que tu sois prête, si tu n'es pas prête à faire ça, ça ne marchera pas. Moi, c'est parce que je n'étais pas prête. J'ai fait plusieurs tentatives d'essayer de mettre du positif, mais ça n'a pas marché. Il faut vraiment que tu sois prête.

Qu'est-ce qui t'a aidé à être prête ?

Rien, je pense que ça se fait tout seul.

Ça se fait tout seul, comme une maturation naturelle ?

Oui, oui, oui. Ça ne se fait pas du jour au lendemain. Ça prend des fois du temps. Comme moi, ça m'a pris quand même trois ans avant d'être bien dans ma peau, je pourrais dire. (Patricia)

C'est si facile de rêver, de se sentir seule, de désespérer, de ne pas affronter la réalité. (Patricia ; D)

Mais comment y croire [à l'avenir] lorsque je ne veux rien essayer, par peur ? (Mélanie ; D)

Pendant la tentative, un jeune a indiqué que le suicide était une façon de fuir les problèmes, de ne pas se donner la peine de les régler.

En quelque part, il y a quelque chose qui te fait chier, puis tu n'es pas capable de le régler, ça fait que tu vas essayer de prendre le moyen le plus facile qui existe en me tuant. Mais c'est une fuite. Tu n'as pas besoin de le régler. Tu ne mets pas tes pendules à l'heure. (Julie)

Après la tentative, tous les jeunes ont démontré, dans leurs discours, l'importance de la prise de décision dans la résolution des problèmes. Trois possibilités se sont dégagées : 1) la conscience de l'importance de la décision, mais sans qu'elle soit prise (Mathieu, Vanessa, Sébastien et Pierre), 2) des décisions sont prises, mais elles se limitent à certains aspects

de leur vie (Mélania, Frédérick et Jean-Marc), 3) il y a prise de décision qui engendre des changements majeurs ; ces décisions permettent de régler réellement, ou en grande partie, les problèmes, ou du moins, ces problèmes sont en voie de se régler (Julie, Patricia, Joëlle et François). La première possibilité a été expliquée par la peur d'échouer, alors que les deuxième et troisième l'ont été par le fait que le jeune avait atteint une limite ou une maturation et qu'il y avait un « *déclat dans sa tête* ». Tous ont insisté pour dire que la décision devait venir de la personne elle-même et pour elle-même. La décision impliquait une perception du futur et des efforts à fournir. Les jeunes engagés dans la troisième trajectoire ont exprimé que le fait de faire face à leurs problèmes et de se mobiliser pour les résoudre leur avait apporté de la paix et de la joie.

Si je prenais 1 % des énergies que j'ai pris à me procurer ma drogue à mettons, si je prenais 1 % de ces énergies à m'en sortir, bien c'est sûr que j'aurais réussi. (Vanessa)

Mon coloc, il a consommé des drogues intraveineuses pendant sept ans puis, du jour au lendemain, il a arrêté tout seul. C'est sûr qu'il est allé dans des groupes AA, NA, etc. mais, il en a eu des thérapies, mais ce n'est pas ça, c'est qu'un beau matin, il s'est réveillé puis il était assez écoeuré que, bien moi aussi je pense que ça va être quand je vais mettre des efforts puis que je vais les faire pour moi. (Vanessa)

Je n'essaye pas parce que j'ai peur de ne pas réussir. Puis je préfère ne pas essayer que d'essayer puis d'échouer. (Vanessa)

Souvent, ça m'est arrivé d'en parler [de ses problèmes], mais ce n'est pas ça qui fait que ça va changer. C'est le déclat dans ma tête. C'est que la journée que là je me dis bon, là, tu sais, je n'ai plus de fun là-dedans, c'est juste du négatif. Pourquoi que je continue là-dedans ? Pourquoi que je n'arrête pas ? C'est quand moi je décide que : « bon là, c'est assez, ça va faire, je vais faire quelque chose », que ça arrête. Mais s'il faut que je mette, il va falloir que j'y mette du mien, de toutes mes forces s'il faut, mais si je veux le faire, je vais le faire. Quand la décision est prise, elle est prise. (Jean-Marc)

Les éduc, ils n'arrêtaient pas de me dire : « On peut t'aider mais si tu ne fais pas ta part, tu ne t'en sortiras pas. » Puis ça, je ne le croyais pas vraiment, ou je ne voulais pas y croire, je ne voulais pas me le mettre dans la face là. Tu sais, je faisais un peu ma part mais pas vraiment au complet tu sais. Puis quand j'ai réalisé vraiment que ça n'avancait pas assez vite, bien je me suis dit : « Si tu veux le faire Joëlle, fais-le, mais si tu ne veux pas le faire, ne perds pas ton temps ou ne fais pas perdre le temps aux autres. ». Puis j'ai essayé, puis je me suis dit : « Mets ta part, puis essaye de t'aimer plus, tu sais. » Puis, je ne sais pas, ça a commencé comme ça, puis là tranquillement pas vite, j'ai commencé à le faire plus pour moi-même, moins le faire parce qu'il fallait que je le fasse, tu sais, de le faire plus pour moi-même, puis de réaliser que j'étais capable, puis après ça, c'est

venu tout seul là, je faisais mes affaires puis je suis fière de moi. Je suis plus capable d'être heureuse quand je fais des affaires moi-même maintenant, je suis plus capable de me féliciter. (Joëlle)

Je ne me suis pas toujours aidée à fond, mais je croyais que je le méritais, non ? En tout cas, ça n'a pas l'air. (Joëlle ; D)

La persévérance

Avant la tentative, un jeune (François) a dit que son manque de persévérance l'avait mené à des échecs. Pour un autre (Pierre), sa persévérance lui avait donné le goût de vivre ; il a précisé qu'il persévérerait pour les autres. C'est lorsque ces autres n'ont plus été là pour le soutenir, qu'il a tenté de se suicider.

J'échouais dans presque tout ce que je faisais parce que je manquais de motivation. Je n'allais jamais au bout des choses. Je laissais tomber. J'étais lâche. J'étais paresseux. (François)

J'avais le goût de vivre plus, tu sais. Je voyais que je commençais à persévérer, ça fait que je continuais, tu sais. Je faisais des efforts pour mon employeur, puis pour que le monde m'aime... Ce qui m'a amené la pensée suicidaire, c'est ça, c'est le travail. Je travaillais puis tout, mais quand j'ai tout perdu... (Pierre)

Après la tentative, 10 jeunes ont parlé de persévérance. Leurs témoignages permettent de les regrouper en deux camps. Cinq jeunes ont mentionné qu'ils persévéraient parce qu'ils avaient trouvé quelque chose de significatif (temporairement ou à long terme). Les cinq autres ont indiqué qu'il leur était difficile de persévérer pour diverses raisons : ils avaient vécu beaucoup d'échecs ou de nombreuses déceptions ; ils ne planifiaient pas, leur rapport au temps étant différent ; ils valorisaient l'immédiateté.

Je suis quelqu'un que, tu sais, il faut que j'aime faire ce que je fais sinon j'aimerai pas ça, puis je vais lâcher. (Frédéric)

Est-ce qu'il y a des choses que tu te sens plus particulièrement capable de faire maintenant ?

Oui, travailler, me lever le matin, me lever pour aller travailler, puis être fidèle. J'ai eu des manquements à ma job là. Mais je parle en général, ça va faire six mois que je suis là puis je persévère quand même, même si j'ai des épreuves, je garde la tête hors de l'eau, puis je continue. Ça, ce n'est pas quelque chose que j'avais avant, une certaine constance. Un rien pouvait me faire dérailler de la voie que je m'étais fixée, si je m'en fixais une, parce que j'étais plus anarchiste d'idéologie avant ; c'était comme le free for all, puis le reste, on s'en fout. (François)

Je suis aussi capable, après un couple de jours, de dire bon là, ça suffit là. Trop, c'est trop. On réessaye encore. Puis ça, c'est humiliant parce que, à force d'accumuler des échecs comme ça, bien les gens qui t'entourent puis qui t'aident puis qui veulent ton bien, ils se disent : « Bien câlisse, tu sais, en deux jours, tu vas repartir. » Puis ils ont peur aussi pour moi, tu sais, parce que des fois, je reviens puis je suis mal en point. Je me suis faite battre, je me suis faite violer. J'ai consommé. Je n'ai pas mangé. Un paquet d'affaires, tu sais. C'est dur de dire : « Bon, je réessaye encore », tu sais. (Vanessa)

Ils me demandent de faire une planification d'horaire où je suis, puis j'ai de la misère à la faire pour une semaine. Je ne suis pas pour la faire pour dans un an, tu sais.

Vingt-quatre heures à la fois.

Oui, même encore, des fois vingt-quatre heures, c'est trop loin. Qu'est-ce que je vais faire dans vingt-quatre heures ? Quelques heures à la fois. (Julie)

J'aimerais savoir comment tu complétera la phrase : pour moi, le futur...

Il n'y en a pas... Moi, je vis là, l'entrevue qui est là, puis je ne pense pas à ce que je vais aller faire.

Tu vis minute par minute.

Oui, parce que, genre, je ne me fais pas d'attentes, comme ça, je n'ai pas de déceptions. C'est une manière que j'ai trouvée. C'est toutes des affaires que j'ai trouvées. C'est du bâtard, mais c'est débrouillé. Je me suis débrouillé puis j'ai pensé comment je peux faire mes affaires, puis là j'ai trouvé un moyen puis je fais ça de même. Des moyens, il y en a des meilleurs, il y en a des pires, mais moi j'ai ça de même. (Mathieu)

Ça n'arrive pas assez vite [l'atteinte des objectifs]. Ça n'arrive pas du jour au lendemain, ça. Ça ne va pas assez vite, pourquoi, parce que je voudrais avoir tout, tout de suite. (Jean-Marc)

L'environnement

Les données sur l'environnement ne concernent que la période qui a suivi le geste suicidaire. Cinq jeunes ont parlé de l'apport de l'environnement dans la résolution des problèmes. Cet apport prenait différentes formes : accompagnement, encouragement, guide, opportunités d'emploi, soutien moral, technique ou financier. Ils ont présenté l'environnement comme pouvant aussi être à l'origine des problèmes : pas d'opportunités, pressions imposées, etc.

Je lui ai demandé de m'accompagner [une amie] parce que ça ne me tentait pas d'y aller tout seul [démarches pour obtenir des prestations de la sécurité du revenu]. (Frédéric)

Je lui ai offert mes services, s'il avait besoin, puis justement il cherchait quelqu'un pour l'épauler. Il avait besoin de quelqu'un de confiance pour s'occuper de sa business ici. (François)

Ils m'ont amené à Bordeaux... J'ai appelé ma mère, pour commencer. J'ai dit : « Appelle au greffe, demande-leur qu'ils faxent le papier, puis ils vont sûrement me laisser partir, j'ai plein d'arrangements. Je ne devrais même pas être ici. » Puis là, ça s'est fait. Puis à la minute qu'ils ont reçu le papier, ils m'ont appelé, puis ils m'ont dit : « Prends tes affaires, tu t'en vas. (Jean-Marc)

Il y a des affaires qu'elle aussi [une éducatrice], elle a vécu, puis qu'elle a passé par-dessus, puis que moi je vais peut-être ressembler un petit peu à ça, puis je l'aime beaucoup, elle est super fine. Elle est un petit peu comme un modèle pour moi. (Joëlle)

LA VISION DES PROBLÈMES

Les données sur la vision des problèmes ne concernent que les périodes du « pendant » et de « l'après ».

Pendant la tentative, quatre jeunes (Vanessa, Jean-Marc, Joëlle et Patricia) ont perçu que leurs problèmes étaient sans issue, ce qui engendrait du désespoir.

Puis je ne croyais pas que je pouvais reprendre des forces, reprendre confiance, puis avoir un avenir meilleur. Tant qu'à toujours continuer dans un milieu où je souffrais, puis je me détruisais, je faisais du mal aux gens qui m'entouraient, aux gens que j'aime pour mettre fin à toutes ces choses merdiques, bien j'imaginai que le suicide, c'était la dernière des options. (Vanessa)

Dans ce temps-là, je ne voyais plus de solutions pantoute. Je ne voyais pas la porte de sortie. (Jean-Marc)

Au point où je suis rendue, il n'y a pas d'issue. J'ai 18 ans et je ne vois que du noir devant moi. (Patricia ; D)

Après la tentative, quatre jeunes (Vanessa, Pierre, Sébastien et Mathieu) considéraient que leurs problèmes étaient sans issue. Un autre jeune (Jean-Marc) avait une attitude ambivalente : parfois, il voyait l'impossibilité que ses problèmes se résolvent et, à d'autres moments, il avait des « lueurs d'espoir ». Quatre autres jeunes (Joëlle, Patricia, François et Frédérick) estimaient que les problèmes étaient utiles parce qu'ils faisaient grandir.

Tu m'avais dit : « J'ai soif de vivre, mais je ne veux pas vivre de la façon dont je vis présentement. » Comment tu aimerais vivre ? J'aimerais que tu m'en parles.

... carrément renaître, je ne sais pas, repartir à zéro, puis ne plus me rappeler de rien, oublier, tu sais, je renaiss là. Après neuf mois dans le ventre de ma mère, c'est bizarre là. Lobotomie. (Vanessa)

Mais là je commence à entrevoir des lueurs d'espoir. Dans le fond, c'est un peu je devrais être capable de m'en sortir. (Jean-Marc)

Il faudrait que je travaille. Puis là pour pouvoir travailler, ça me prend des diplômes, ça me prend de l'expérience. O.K., il y a des solutions, mais elles ne sont pas vraiment accessibles... J'adore le dessin, malgré que je ne pourrais pas vraiment faire une carrière d'artiste, de dessinateur. Il faut que tu sois vraiment un des meilleurs. Il faut vraiment que tu sois le meilleur...

Ça s'apprend. Bien, exemple, être dessinateur pour les dessins animés.

Oui, mais tu ne vis pas de ça, ce n'est pas assez payant. Il faudrait que ça pogne, genre, il faut que tu aies des bonnes idées puis tout. Puis, ce n'est pas facile. (Jean-Marc)

Je le sais que tout concourt à mon bien. Je le sais aussi que je vais avoir des épreuves dans le monde puis que ça ce n'est pas nécessairement agréable. Moi, je pense que c'est un mal nécessaire, mais je n'irais pas jusqu'à dire que j'y prends plaisir, ce serait stupide. Je peux dire que je suis très éprouvé. Mais je le sais que c'est pour mon bien, tu comprends. Là-dedans, je me fortifie toujours un peu plus. (François)

Je pense que c'est normal de souffrir sur la terre. Maintenant, il faut décider pourquoi on va souffrir. Est-ce qu'on va souffrir par égoïsme pour notre petite personne ou on va souffrir pour Dieu, pour les autres puis pour éventuellement avoir une place privilégiée dans son royaume tu sais. Moi, je ne veux pas souffrir pour des choses matérielles puis pour des choses futiles, je ne veux pas souffrir pour le désir du prestige ou pour l'amour de l'argent. (François)

J'ai réalisé que la vie était belle dans le fond, qu'il n'y avait pas juste du négatif puis que, dans la vie, il fallait affronter des choses, qu'il fallait qu'il nous arrive des choses puis que même si c'était négatif, il fallait que ça nous arrive. Tu sais la vie dans le fond, ce n'est pas fait pour être juste beau. Il faut que tu réalises que la vie il y a des épreuves à faire, puis moi tu sais, tout le monde veut le plus facile dans le fond, puis maintenant je réalise que, dans le fond, tout ce qui m'est arrivé dans ma vie, ça m'a rendue plus forte. (Patricia)

J'ai passé des super mauvais moments, mais ces moments-là, des fois, ils m'ont rendue plus forte... Je ne le regrette pas, je pense, d'avoir passé à travers tout ça parce que je ne pense pas que je serais aussi forte puis aussi ouverte. (Joëlle)

LES CONSÉQUENCES DES PROBLÈMES

Que ce soit avant ou après la tentative de suicide, les jeunes ont parlé de rejet de la part des autres, comme conséquence de leurs problèmes. Avant la tentative, quatre jeunes (Vanessa, Patricia, Jean-Marc et Mélanie) l'ont mentionné alors qu'après la tentative un autre jeune (Mathieu) l'a soulevé.

D'en parler [de ses problèmes, des viols, etc.] puis de me sentir ridiculisée, puis de me sentir comme rejetée. (Vanessa)

Je me faisais beaucoup rejeter dans ce temps-là. Je n'étais pas bien dans ce temps-là, puis le monde le voyait je pense. Puis le monde habituellement, ils ne veulent pas être avec du monde qui ont des problèmes. C'est trop, même moi aujourd'hui, je ne serais pas capable, tu sais, d'être tout le temps avec du monde qui ont tout le temps, tout le temps, tout le temps des problèmes là. (Patricia)

Bon, c'est sûr, j'avais les cheveux longs, j'étais un rebelle puis tout parce que je venais de souffrir le martyr avec ma mère, tu sais. C'est normal que quelqu'un se rebelle, se révolte, tu sais. Il [son père] n'était pas capable de comprendre ça, lui. Il voulait que j'aie les cheveux courts, que je m'habille de telle manière, il aimait mieux que je fasse ci, ça comme lui il voulait, puis parce que moi j'étais ce que j'étais, puis j'étais moi-même, ça n'a pas marché. (Jean-Marc)

Le monde, ils ont peur de nous autres... Bien, en squeegeant, je pense qu'il y a quatre chars sur cinq qui ont peur de nous autres. Ah, les punks, ils montent les vitres. Ils ne nous regardent pas. (Mathieu)

LA SIGNIFICATION CLÉ DES PROBLÈMES

L'idée suivante s'est dégagée des données : les jeunes que j'ai rencontrés avaient tendance à interpréter les demandes et les problèmes comme des menaces, des dangers ou des événements incontrôlables. Souvent d'ailleurs, ils étaient insérés dans des milieux où, effectivement, les sources de dangers et d'abus de contrôle étaient nombreuses.

Cette impression de ne pouvoir maîtriser les événements semblait diminuer le degré de bien-être du jeune et augmenter son niveau de stress. Ses objectifs n'étaient pas atteints et ses rêves n'étaient pas réalisés, du moins dans l'immédiateté, et il ne croyait pas qu'ils pourraient se concrétiser un jour. Sa foi en l'avenir apparaissait faible (lorsqu'elle n'était pas absente). S'imaginer en train de réussir devenait très difficile.

Sa vision des problèmes s'est montrée en lien avec la perception qu'il avait de lui-même interagissant avec l'environnement. C'est la reconnaissance de soi qui, semble-t-il, faisait défaut, soit dans l'amour, soit dans l'utilité, soit dans les deux. Ses espoirs sur ces plans avaient été déçus. Aussi, l'absence de stabilité posait problème. L'absence ou le manque d'amour, de stabilité et de sentiment d'utilité faisait en sorte que les désirs du jeune n'étaient pas assouvis et la déception semblait d'autant plus grande que les problèmes étaient multiples ou qu'ils étaient perçus avec négativité ou « amplification ». La majorité des jeunes ont dit qu'au moment de la tentative, ce qui les avait desservis, c'est qu'ils s'étaient « alimentés avec les idées noires », « qu'à force de s'entretenir dans le noir, ils avaient

voulu rester dans le noir». Ils avaient vécu cette situation comme « *un cercle vicieux* ». Il semble donc que la perception des problèmes est aussi importante, sinon plus, que le nombre de problèmes (cette perception des problèmes inclut la perception de leur nombre).

Il est possible de résumer la signification clé des problèmes par ces quelques mots : danger, défaitisme, impuissance. Cependant, notons que le rapport aux problèmes peut se modifier au cours du temps. Quelques jeunes peuvent parvenir à voir et à vivre les problèmes comme des occasions à saisir pour se sentir plus en contrôle et plus optimistes, des occasions pour grandir et se renforcer.

6

**LES RELATIONS
INTERPERSONNELLES**

Pronovost, Côté et Ross (1990) ont démontré que les jeunes se suicidaient surtout à cause de problèmes interpersonnels. Baumeister (1991) a relié le phénomène du suicide aux relations sociales, notamment à l'isolement, au rejet et aux attentes élevées. Aussi, Negron *et al.* (1997), dans leur recherche auprès des adolescents suicidaires, ont trouvé que, par rapport à l'isolement, il existait une différence significative entre les adolescents qui avaient des idéations suicidaires et ceux qui avaient tenté de se suicider. Chez ce dernier groupe, l'isolement a été reconnu comme le facteur le plus déterminant de leur comportement, dépassant de beaucoup tous les autres. Plusieurs autres auteurs ont relevé cet isolement chez les adolescents suicidaires, entre autres, Davidson et Linnoila (1991) qui l'ont mis en évidence en tant que facteur de risque.

Tremblay (1994) n'a pas travaillé auprès des personnes suicidaires, mais ses résultats sur la solitude des adolescents se révèlent intéressants. Cet auteur a découvert que les adolescents représentaient le groupe d'âge le plus affecté par la solitude. Ils seraient plus nombreux que les personnes âgées à en souffrir et ils vivraient leur solitude de façon plus angoissante. Ses travaux ont dévoilé que 45 % des adolescents se sentaient souvent seuls et que 15 % vivaient une solitude profonde.

Pronovost *et al.* (1995) ont parlé de l'importance de la qualité de la communication chez les adolescents suicidaires. Cloutier et Groleau (1988) avaient également souligné cette importance d'une communication authentique et profonde entre les adultes et les adolescents. Rappelons qu'à l'adolescence l'acquisition de l'autonomie est fondamentale et que les jeunes veulent s'affirmer tout en voulant être liés aux autres; ils

sont dans un paradoxe (Kroger, 1989). Ce paradoxe ne peut-il pas devenir extrêmement vif lorsque d'autres éléments s'ajoutent à l'adolescence comme l'abus ou le Milieu de la rue ?

Yoder (1999), qui a mené une étude auprès de plus de 500 adolescents du Milieu de la rue, a découvert que la probabilité d'abus physique ou sexuel par un adulte qui avait comme rôle d'être un soignant, était significativement plus élevée chez ceux qui avaient posé un geste suicidaire que chez ceux qui avaient des idéations suicidaires ou qui n'étaient pas suicidaires. Ces abus peuvent-ils amener le jeune à perdre toute confiance dans les adultes, à s'isoler pour éviter de se faire blesser de nouveau et à se sentir tellement seul, coupé des autres et du reste du monde, qu'il pose un geste suicidaire ?

Hanigan *et al.* (1986), Labelle (1999), Leenaars, Maltsberger et Neimeyer (1994), Lefebvre (1998) et Duval *et al.* (1995) ont rapporté que les jeunes suicidaires étaient réticents à recevoir de l'aide. Parmi les motifs évoqués par ces auteurs se trouvaient la croyance que « personne ne peut vraiment les comprendre », un écart important entre les offres de service des ressources d'aide formelle (centres hospitaliers, centres d'écoute, cliniques médicales, etc.) et les besoins des jeunes, notamment le fait que la seule aide disponible pour les jeunes qui ne présentent pas de symptômes psychiatriques graves provienne, souvent, du secteur de la psychiatrie... D'autres motifs ont été trouvés dans mon étude dont le manque de confiance envers les autres en raison de trahison ou d'exploitation subies dans le passé. Tous les motifs mentionnés seront énumérés plus loin, dans la section qui porte sur l'aide (p. 102 à 108).

VUE D'ENSEMBLE DES RELATIONS INTERPERSONNELLES

Pour les 11 participants à ma recherche, le domaine des relations interpersonnelles s'est montré d'une grande importance dans leur décision de s'enlever la vie. Trois éléments ont émergé : la vie sociale, la communication et l'aide. Chacun de ces trois éléments comprend des sous-éléments.

L'analyse du vécu des jeunes, avant la tentative, a fait ressortir beaucoup de solitude et d'isolement. Il n'y avait pas ou il y avait très peu de contacts avec les autres. Les jeunes se disaient « *dans leur coin* », solitaires, enfermés, etc. S'il y avait présence d'autres personnes, des liens pouvaient s'établir, mais ils étaient soit superficiels, soit conflictuels. Pendant la tentative, quelques jeunes ont mentionné que cette solitude était plus vive. Après le geste suicidaire, une certaine ambivalence à l'égard de la solitude a été exprimée. Tout en étant « bien dans leur bulle », ils sentaient le

besoin d'avoir des amis, de réels amis sur qui ils pouvaient compter. Il leur était toutefois difficile de se mobiliser pour atteindre cet objectif. Deux jeunes ont mentionné qu'ils souffraient moins de solitude à cause de l'établissement de liens avec des membres de la famille, des amis et des personnes issues de ressources communautaires. L'un d'eux a ajouté que c'était aussi grâce à sa spiritualité ; il croyait en Dieu qu'il sentait en lui, en tout temps et en tout endroit.

La majorité des jeunes, avant la tentative, éprouvaient de la difficulté à s'exprimer : ils « bloquaient ». Ils craignaient l'opinion des autres ou leur jugement. Ceux qui se sont exprimés ne se sont pas sentis écoutés ou compris ; ce qu'ils ont reçu des autres, c'étaient surtout des critiques ou des ordres. Et s'ils recevaient des remarques positives, ils avaient tendance à les refuser. Après la tentative, quelques jeunes (presque 50 %) ont dit s'exprimer davantage. Divers niveaux de profondeur d'expression existaient alors. Ils se sont mis à parler davantage aux autres à cause d'une confiance plus grande ou d'un entraînement à la communication. Aussi, quelques jeunes étaient devenus capables d'accepter les remarques positives des autres parce qu'ils en avaient eux-mêmes pris conscience.

La grande majorité des jeunes n'ont pas demandé d'aide dans la période précédant la tentative. La seule adolescente qui en a demandée l'a fait auprès de personnes qui n'étaient pas en mesure de la soutenir, ce qui a engendré de la déception et du rejet. Si une aide leur était offerte, elle était refusée, car considérée inadéquate. Après la tentative, près de la moitié des participants ont demandé de l'aide à différents niveaux. Également, près de la moitié ont accepté l'aide lorsqu'elle leur a été offerte. Quelques-uns se sont déclarés mal à l'aise de recevoir cette aide, n'y étant pas habitués.

Les prochaines sections fournissent des détails sur les principaux thèmes abordés ci-dessus.

DÉTAILS SUR LES RELATIONS INTERPERSONNELLES

L'ISOLEMENT

Avant la tentative, neuf jeunes ont parlé de solitude. Cette solitude pouvait avoir diverses significations : 1) être solitaire dans le sens d'être renfermé, replié sur soi-même, être dans son coin ou dans sa bulle (et ne pas s'en plaindre) ; 2) être enfermé (par les autres) dans un lieu physique (et en souffrir) ; 3) être seul dans le sens de n'avoir aucun ami ou d'en avoir mais en nombre insuffisant – le jeune percevait qu'il était la cause de cette

solitude qu'il considérait souffrante ; il l'expliquait par son mauvais caractère, son implication dans de nombreux problèmes, etc. ; 4) être seul parce que les autres l'ont jugé ou l'ont laissé tomber – cette solitude était souffrante et les autres en étaient la source ; 5) être seul parce qu'il y avait appartenance à un groupe dont la philosophie était « chacun pour soi » – cette solitude était dite non souffrante.

C'était plus chacun pour soi.

Puis comment tu trouvais ça toi, que c'était plus chacun pour soi ?

Ça ne me dérangeait pas. Tout bon junkie, c'est de même. C'est chacun pour soi. (Frédéric)

J'étais plus solitaire à l'époque. J'étais plus solitaire. J'étais tout le temps dans mon coin. Ça a pris comme quasiment un an et demi avant que [nom de son ami] puisse m'approcher comme il faut. (Julie)

Je n'avais plus le goût de vivre parce que justement j'étais toute seule, personne était de mon bord ; ils me disaient que j'étais folle de garder le bébé ; tout le monde me disait : « Tu n'as pas d'argent, tu sais, tu as perdu tout », là tu sais... Puis dans le fond, le monde, ils me jugeaient. Dans le fond, ce n'est pas de juger la personne, c'est d'en parler avec la personne. C'est d'être neutre, c'est d'être vraiment neutre. (Patricia)

Disons que je n'avais pas beaucoup d'amis... J'avais le souhait d'avoir plus d'amis. Mais tout le monde connaissait mon caractère, puis ils n'osaient pas s'approcher. (Sébastien)

Je me sentais toute seule au monde là vraiment puis même si je parlais ou qu'il y avait 10 000 personnes aux alentours de moi, j'étais toute seule là. Tu sais, à moins que j'aie une personne que j'aime vraiment beaucoup beaucoup, puis qu'elle soit avec moi, tu sais... J'étais pas mal toute seule. Puis, tu sais, à cause de mes tentatives puis tout ça, les autres, ils se sont éloignés beaucoup. J'étais pas mal toute seule. (Joëlle)

J'ai tout le temps fait ma petite affaire. Je suis solitaire pas mal. (Pierre)

Bien de 7 ans jusqu'à, je pense, quasiment 10 ans, j'étais dans un pensionnat, c'est dur. C'est enfermé avec les sœurs tu sais. Après ça, quand j'arrivais chez nous les fins de semaine, là, moi, c'était dans ma chambre... Puis les années avant que j'aille en centre d'accueil, c'était toujours dans ma chambre, les deux mois d'été, c'était dans ma chambre.

Est-ce que c'était parce que toi tu avais décidé [il me coupe].

Non, mes parents ils m'ont obligé à faire ça, la porte est barrée d'en dehors. Tu as envie de pisser, tu pisses n'importe où dans la chambre. Tu ne peux pas pisser. Ils sont partis. Des fois, ils partent vingt-quatre heures.

Ils t'enfermaient là.

Oui, ils m'enfermaient puis je ne mangeais pas. Je n'avais pas de jouets. J'avais rien. Il n'y avait rien là, un lit blanc puis rien... Puis après ça, en plus, ils me crissent en centre d'accueil. J'ai fait du centre d'accueil jusqu'à 18 ans. C'est plus qu'une dizaine d'années. Le monde qui font une peine, c'est quasiment la même affaire. Toujours enfermé. (Mathieu)

La solitude est la plus effrayante. (Joëlle ; D)

Pendant la tentative, cinq jeunes ont mentionné se sentir seuls ou très seuls, ce qui semble avoir joué un rôle considérable dans leur intention de s'enlever la vie.

Dans le fond, qu'est-ce qui a provoqué ça [le suicide], c'est la solitude puis tout ça. J'étais comme toute seule dans mon coin, je n'avais pas personne qui m'aidait, tandis qu'ici bien tu sais j'ai une bonne ressource, j'ai ma fille qui me motive à tous les jours, j'ai mon chum, je ne suis pas pantoute dans le même train de vie que j'étais. C'est comme un train de vie que tu portes pour aller au suicide, je trouve. (Patricia)

Puis je me sentais tout seul aussi. Elle, elle me laissait pour un autre, mais je me sentais comme. Moi, j'étais valorisé avec elle, tu sais. Je me suis dit : « C'est parce qu'elle m'aime, c'est parce que je dois être quelqu'un, je dois être correct, quand même. Je suis un bon gars. Si je n'étais pas un bon gars, elle ne serait pas avec moi. » Puis quand elle est partie, moi, je ne me sentais plus rien... Dans le fond, j'étais juste un trou de cul comme je pensais. (Jean-Marc)

Chaque tentative, je me sentais plus tout seul, j'étais plus solitaire. (Sébastien)

Après la tentative, neuf jeunes ont fait mention de solitude. Sept d'entre eux se sont montrés ambivalents au regard de cette solitude. Ils aimaient « être dans leur bulle » tout en ayant besoin d'amis ou de contacts, mais ceux-ci se faisaient rares. Un jeune (François) a indiqué qu'il ne souffrait plus de solitude, car il savait que Dieu était là ; il le sentait en lui. En outre, il se disait bien entouré de ses amis et de sa famille, même s'il se sentait « à part ». Une jeune (Patricia) ne se sentait plus seule, car elle était bien entourée (de son conjoint, de sa fille, de ses amis, de ses thérapeutes).

Je suis pratiquement tout le temps avec des gens puis en même temps je suis un peu solitaire, tu sais, encore aujourd'hui ; je veux dire, en général, je suis comme à part pareil... Mais je ne souffre plus de la solitude comme avant, tu comprends. (François)

Je n'ai pas cette crainte-là aujourd'hui de me retrouver seul parce que Dieu est avec moi. Il habite dans mon cœur. Quand je m'endors le soir, je ne suis jamais seul. Que je sois n'importe où, il est toujours là. (François)

J'essaye de voir beaucoup de monde. Parce que ce n'est pas bon tu sais s'enfermer tout seul avec son enfant dans la maison. Moi, je sors beaucoup, à tous les jours, je sors, je vais prendre une marche... Moi, je n'aime pas ça super gros sortir, j'aime ça être dans mon petit coin. Mais ça me force. (Patricia)

Mais il y a beaucoup d'affaires comme des amis que je n'ai pas. Je ne me mets pas bien bien là-dedans, puis je n'ai pas le goût de mettre du temps là-dedans non plus... C'est tout le temps d'être capable de se donner un coup de pied pour sortir de cela. C'est dur quand tu t'entretiens dans ta bulle. Même maintenant là, des fois, je me sens tout le temps tout seule, puis il y a plein de monde aux alentours de moi. Mais c'est vrai qu'à un moment donné tu te dis : « Ah je suis tout seule, je suis tout seule, ah puis ouais, à un moment donné, tu n'en peux plus d'être tout seule. » (Joëlle)

LES RELATIONS SOCIALES

Avant la tentative, six jeunes ont mentionné qu'ils faisaient partie d'un gang qui se présentait comme leur priorité. Les relations interpersonnelles, à l'intérieur du gang, ont été décrites comme superficielles ou violentes et la philosophie qui y régnait, selon la moitié des témoignages, était la suivante : « Chacun pour soi ». Quatre de ces jeunes ont évoqué des conflits avec leurs parents : violence physique ou psychique, autorité abusive, indifférence, inceste. Quatre autres jeunes ont aussi fait mention de difficultés avec leurs parents (violence physique ou psychologique, négligence). Parmi ces quatre jeunes, trois ont ajouté que la relation avec leurs grands-parents ou l'un des grands-parents était positive et valorisante. Seuls deux jeunes ont parlé des membres de leur fratrie et c'était pour mentionner des problèmes de partialité de la part des parents et la violence d'un frère.

À cette époque-là, les amis avaient une grosse place dans ma vie. Mes amis, oui, c'était pas mal là-dessus qu'était centrée ma priorité. Les amis avaient une grosse importance. (Vanessa)

On était une gang dans ce temps-là. C'était bien gros vanité. Dans le fond, c'était de savoir lequel était le plus, je ne sais pas trop là, comment je pourrais dire, éloquent ou amusant, je ne sais pas quoi, plus intéressant comme personne, tu comprends ce que je veux dire. C'était d'avoir le plus de connaissances possible, puis de chums, d'avoir une certaine influence aussi sur les gens. C'était bien malsain tout ça. C'était bien superficiel dans ce temps-là ; c'était superficiel. (François)

Dans ce temps-là, j'étais dans une gang de rue, puis j'étais à [nom d'une ville], sur une des pires rues où tu ne peux pas rester dans la rue, puis j'étais dans un gang, puis il y avait beaucoup de batailles entre ma gang puis d'autres gangs. C'étaient pas des couteaux, c'étaient des armes à feu. (Sébastien)

Mon père était très violent. Il me battait. (Vanessa)

Pour eux autres [ses parents], c'étaient juste des réactions allergiques que je faisais, tu sais. Mais il semble que ça paraît là. En tout cas, ils ne voulaient pas le voir. Tu sais, dans le fond, ils se foutaient de moi. Puis, ça je trouvais ça dur. (Julie)

Maman... je suis seulement une parure que tu accroches à un mur. (Patricia; D)

Il est vraiment violent mon frère. Il a toujours été violent mon frère. (Julie)

Après la tentative, 10 jeunes ont dit faire partie d'un cercle d'amis plus ou moins grand (de 2 à 40 personnes). Sept d'entre eux étaient impliqués dans des groupes où les relations étaient plutôt superficielles, variables et éphémères. Plus de la moitié étaient à la recherche de « vrais amis » plutôt que de camarades de passage. Trois autres jeunes (François, Patricia et Jean-Marc) ne faisaient plus partie de groupes ou de gangs; ils avaient quelques amis sur qui ils pouvaient compter et s'en sentaient heureux. Concernant la famille, pour deux jeunes (François et Mélanie), les relations s'étaient améliorées par rapport à la période qui avait précédé la tentative; l'un parce qu'il était moins en révolte et plus en contrôle de lui-même, l'autre parce que le parent avait quitté son partenaire violent.

Je me suis rendu compte que, dans ce milieu-là, je n'avais pas d'amis, puis que c'était dangereux pour moi. (Vanessa)

J'ai besoin aussi d'être bien entouré.

Considères-tu que présentement tu es bien entouré ?

Oui.

Pour toi être bien entouré, ça veut dire quoi ?

C'est d'avoir des amis sur qui on peut compter. (François)

LA COMMUNICATION DONNÉE

Avant la tentative, neuf jeunes ont déclaré qu'ils ne parlaient pas d'eux ou qu'ils ne parlaient pas aux autres. Ils expliquaient ce comportement en disant manquer d'estime de soi, être renfermé, bloquer; ne pas être capable, avoir peur de ce que les autres pourraient dire, se penser seul à vivre ce genre de problèmes ou d'émotions... Deux jeunes (Vanessa et Jean-Marc), au contraire, ont dit avoir parlé d'eux, de la manière dont ils se sentaient, de ce qu'ils pensaient, etc. Cependant, ils ont parlé « vainement », car ils ne se sont pas sentis écoutés ou accueillis.

Je ne parlais même pas au monde. Tout ce que je voulais: « Eille, tu te mets-tu avec moi, on va s'acheter un quart de poudre ? » (Frédéric)

Au début, c'est que je gardais tout pour moi puis ce n'est pas ça qu'il faut faire. Il faut vraiment en parler. (Patricia)

J'en ai parlé avec cette personne en question. C'est dur. Il fallait que je sois sur un lit d'hôpital avec le sérum. Je ne sais pas pourquoi, ça a sorti, mais ça a sorti là. Avant, j'avais essayé, mais je n'étais pas capable de sortir les mots. Je bloquais. (Sébastien)

Tu me disais que tu parles plus facilement qu'avant. Avant tu étais plus renfermé.

Ma carapace. J'avais peur de ce que le monde ils diraient de moi, puis j'avais peur de tout. (Mathieu)

Je suis à bout de nerfs de garder tout pour moi, me répétant que ce n'est qu'une passe. (Mélanie ; D)

C'était que j'en ai parlé, puis c'était comme bon, je me suis rendu compte que je n'aurais même pas dû en parler..., puis je ne pense pas qu'on m'ait prise au sérieux. (Vanessa)

Pendant la tentative, neuf jeunes ont dit ne pas avoir parlé d'eux ou ne pas avoir parlé avec les autres. Trois d'entre eux ont indiqué qu'ils s'étaient exprimés par le biais du geste suicidaire. Quant à l'intention de se suicider, ils n'en ont pas parlé pour diverses raisons : 1) tout simplement parce qu'ils ne voulaient pas en parler, 2) parce qu'ils ne voulaient pas inquiéter les autres, 3) parce qu'ils ne voulaient pas d'attention, 4) parce qu'ils voulaient « s'occuper de leurs affaires tout seuls ».

Ça ne veut pas dire que tu vas en parler [d'un problème], tu vas peut-être le garder pour toi puis tu ne sauras pas comment réagir face à ça. Ça fait que tu te dis : le seul moyen peut-être de faire réaliser à la personne qu'elle n'a pas été correcte ou aux gens qui t'entourent, c'est en agissant de même [suicide]. C'est comme un message de détresse qui sort dans le fond. (Julie)

Tu dis : « Moi, j'en finis là », moyen ou pas moyen, puis tu n'en parles pas à personne. Moi, je trouve que ça ne se parle pas. Si tu dis : « Ah je m'en vais me suicider. » Je ne trouve pas que ça se dit ben ben. Il y en a qui le font : « Salut, moi je m'en vais ». Moi, à moi, c'était je fais ma petite affaire, puis là je m'en vais, c'est fini. Je ne pensais plus à rien d'autre qu'à ça. (Pierre)

Ils cherchent [le personnel médical] tout le temps à comprendre pourquoi tu as fait ça, tu sais. Comme j'étais renfermée sur moi-même, ils n'ont rien obtenu de moi. (Julie)

Est-ce que tu avais parlé à quelqu'un de ton intention de te suicider ?

Non, non, non. Je me suis dit : « Si j'en parle, ça ne marchera pas. Si j'en parle, ils vont essayer de me convaincre de ne pas le faire, puis ils vont me suivre, ils vont m'empêcher », tu sais. Puis je ne voulais pas moi me faire empêcher, je voulais que ça marche. (Jean-Marc)

Après la tentative, trois jeunes (François, Sébastien et Mélanie) ont indiqué qu'ils ne parlaient pas. Ils ont expliqué leur silence par un sentiment de honte, un manque de confiance, une confusion ou la conviction que personne ne voulait les écouter. Une jeune (Vanessa) parlait, mais se faisait dire de se taire. Cinq jeunes parlaient plus qu'avant, mais leurs dires se situaient sur divers degrés et sur diverses échelles : parler avec hésitation ou non, parler de problèmes légers du quotidien ou de choses profondes. Deux de ces jeunes ont dit qu'après s'être confiés, ils avaient eu l'impression « d'avoir trop parlé ». Deux autres étaient d'avis que parler n'avait pas enlevé le mal qu'ils vivaient intérieurement.

Est-ce que tu as quelqu'un à qui en parler ?

Personne en qui je fais assez confiance pour ça. (Sébastien)

Quand il y avait quelque chose, je me levais puis je m'interposais, puis je donnais mon opinion. « Ça ne te regarde pas, mêle-toi de tes affaires. » Bien, c'est de mes affaires si ça se passe devant moi. J'ai donné mon opinion même si on me rassoyait puis qu'on me demandait de me taire. (Vanessa)

Avant, tu sais, comme je fermais ma boîte, puis je m'en allais, ça me faisait super mal, puis aujourd'hui, je suis capable répliquer une réponse. (Patricia)

Maintenant, j'ai comme besoin tout le temps de m'exprimer, de dire ce que je pense, tout ça, on dirait que ça me gêne des fois, on dirait que ça sort tout seul. J'ai besoin de parler, de crier au monde : « Oui, je suis en vie » [rires]. Mais on dirait que j'ai de la misère, ça me gêne, après ça, j'y repense : « Pourquoi que j'ai dit ça, que j'ai parlé tant que ça ? »... Des fois, ça fait super du bien mais après ça tu te dis : « J'ai parlé tant que ça. » (Patricia)

J'ai parlé beaucoup beaucoup avec plein de psychiatres, plein de médecins, plein de travailleurs sociaux, puis tout ça, ça fait que je suis habituée, mais je trouve ça bon parce qu'avant j'étais bien fermée. Je ne trouve pas ça bon le monde qui garde ça pour eux autres parce que, à un moment donné là, tu explodes. (Joëlle)

Si tu es capable d'en parler à quelqu'un, après ça, c'est sûr que tu l'as pas oublié. Tu l'as encore dans la tête. En avoir parlé, ça t'a fait du bien, mais c'est toujours là, tu sais. (Jean-Marc)

Penses-tu que parler, ça fait du bien ?

Ça dépend. Ça n'enlève jamais le mal que tu as. (Mélanie)

Je ne parle à personne parce que je pense que personne ne veut les écouter. (Mélanie)

LA COMMUNICATION REÇUE

Avant la tentative, huit jeunes ont rapporté s'être heurtés à un manque d'écoute, à un manque d'affection, à des critiques, des ordres ou des tentatives de culpabilisation de la part des autres. Une jeune (Joëlle) a mentionné qu'elle pouvait dramatiser à l'intérieur d'elle ce que les gens lui disaient; de plus, son discours illustrait bien ce que d'autres aussi avaient révélé: le feedback positif des autres était refusé.

C'est un manque de communication qui arrive que, après ça, tu as le goût de te suicider parce que, tu sais, tu n'es pas compris, tu es mal compris, puis on dirait que tu as l'impression que le monde, ils ne prennent pas la peine de t'écouter. (Patricia)

Je ne peux pas avoir d'amis, ça te causerait trop d'ennuis [à sa mère]. Je ne peux pas avoir d'idées, ça serait trop long à écouter. J'en ai ras le bol de tes sermons, de tes principes coulés dans le béton. (Patricia; D)

Maman, je le disais que je me faisais battre et tu le niais. (Mélanie; D)

Puis ton père qui n'est jamais là..., puis quand il est là, il t'engueule. (Julie)

Ma mère, ce n'est pas compliqué. Elle m'a dit toutes les insultes puis toutes les affaires basses qu'il n'y a pas à dire à quelqu'un sur la terre. (Jean-Marc)

... l'autre [l'amie de son père, après le décès par suicide de sa mère] est arrivée dans le décor. Écoute ça, c'est fucké. Elle disait que c'était de nos deux fautes, mais que c'était plus de la mienne... Là, elle m'entendrait dire ça, puis elle dirait que je fais ma victime. (Mathieu)

Moi, quand quelqu'un m'envoyait chier là, ça ramenait tout en même temps. Pow! C'était la fin du monde. (Joëlle)

Quand la personne, elle te le dit tout le temps, tu es capable puis ta ta ta ta ta ta, moi, je me disais s'ils pensent que je suis capable, tu sais, quand tu es super négatif, tu n'as pas le goût de croire les autres puis tu ne te fais pas confiance. Tu penses négatif. Tu t'entretiens là-dedans. C'est dur de croire les autres. Moi, ça m'a pris du temps avant de dire: «O.K. je suis capable puis pas juste parce que les autres le disent, je pense que je suis vraiment capable.» (Joëlle)

Pendant la tentative, quatre jeunes ont indiqué avoir reçu des messages d'encouragement au suicide ou des remarques qui banalisaient le suicide, les faisant se sentir «de trop». Deux jeunes (Patricia, François), au contraire, ont dit avoir reçu des marques d'acceptation et d'amour.

La façon qu'ils étaient avec moi, c'était: «Bon, écoute, arrange-toi la prochaine fois pour que personne appelle l'ambulance, pour que personne te trouve», parce que j'y allais tellement souvent que eux autres ils étaient

tannés de mettre des efforts sur quelqu'un qui avait juste envie de crever, tu comprends. Ça fait qu'ils m'ont carrément répondu comme ça. Ça m'a fait réfléchir de me faire répondre ça par les médecins. (Patricia)

J'en avais parlé à mes parents [du suicide] aussi, puis mes parents étaient comme écœurés de me l'entendre dire, tu sais. Je me souviens déjà d'avoir entendu mon père dire : « Bien fais-le donc, si c'est ça que tu veux. » (François)

La police, il me connaissait, la police qui était là. Sais-tu ce qu'il m'a dit ? Il m'a dit : « La prochaine fois tu sauteras du pont, tu ne te manqueras pas. » (Jean-Marc)

Ça m'a fait bien mal quand les docteurs ou quand n'importe qui me disaient : « C'est ton choix si tu veux vivre ou mourir »... C'est vrai là que c'est ton choix, mais ça frappe beaucoup quand tu te fais dire ça. Ça te met comme si, tu sais, c'est comme aller acheter de la gomme, tu peux aller t'en acheter ou pas tu sais, c'est comme si c'était un choix normal là, tu sais. (Joëlle)

C'est là [à la tentative] que tu vois là vraiment, les personnes qui tenaient vraiment à moi. Tu ne doutes pas des personnes qui tiennent à toi, tu sais. (Patricia)

Après la tentative de suicide, 10 jeunes ont relaté des faits concernant la communication reçue. Trois trajectoires ont été relevées : 1) recevoir des remarques positives, surtout des encouragements, et les accepter (Frédéric, Joëlle et Pierre) ; 2) recevoir des remarques positives, mais les refuser (Patricia, Julie et Mélanie) parce qu'elles ne les voient pas en elles ; 3) ne pas recevoir de feedback positif des autres (Jean-Marc, Sébastien et Mathieu), ou recevoir des messages négatifs, de culpabilisation surtout (Vanessa).

« Eille, lâche pas Frédéric, t'es bien parti, tu vas l'avoir ! » Ils me disent ça. (Frédéric)

Est-ce qu'il y a des gens qui te disent qu'ils n'aiment pas des choses de toi ?

Non, ils ont plus tendance à me dire que je suis correcte, que je suis attentive, puis tout ça. Mais pour moi, ce n'est pas vrai. Dans ma tête, ça tourne carré quoi. J'ai de la misère à gober. (Julie)

Est-ce qu'il y a des gens qui te disent qu'ils aiment des choses de toi ?

Non, à part ma petite fille. (Jean-Marc)

Ma mère... je pense que je l'inquiète tellement, elle est tellement insécure... On me rend responsable que ma mère soit malade, puis qu'elle ait des difficultés. C'est moi la raison. (Vanessa)

LA COMMUNICATION VALORISÉE

Après ou avant la tentative, tous les jeunes ont dit qu'ils accordaient de l'importance, dans leurs relations avec les autres, au respect, à l'authenticité, à la compréhension, à l'écoute et à l'ouverture d'esprit. Ils ont aussi mentionné l'importance de la présence (être là pour l'autre). Huit des onze jeunes ont valorisé la durabilité des relations. De plus, l'amitié était très valorisée.

Qu'est-ce qui est important pour toi dans ta relation avec elle (amie) ?

La vérité, tu sais. La vérité, ben je veux dire, ça fait longtemps que je la connais, tu sais. Je ne sais pas, tu sais. Comment je pourrais te dire ça ? Ben l'amitié c'est basé sur la vérité non. Que les vraies choses se disent, tu sais. L'honnêteté. (Fréderrick)

Qu'est-ce qui est important pour toi dans une relation avec quelqu'un d'autre ?

Le respect. C'est la base entre deux personnes. Je dirais, le respect, l'honnêteté, tu sais. La confiance, l'amour, la non-violence. (Vanessa)

Qu'est-ce qui est important pour toi dans tes relations avec les gens qui t'entourent ?

L'amitié.

Puis ça implique quoi l'amitié ?

Ça implique d'être franc, d'être vrai ; de se parler avec vérité, puis de s'aimer aussi, pas juste en paroles, tu sais. (François)

Ce qui est important, c'est que la relation, elle est durable, réelle. Je déteste l'hypocrisie et l'égoïsme. C'est ça. (Jean-Marc)

J'apprécie plus la compréhension, je dirais. Quand j'ai des problèmes, puis que je leur en parle [à ses amis], ils comprennent. Puis, c'est la même affaire pour moi quand ils me parlent de leurs problèmes, je suis là pour eux. (Sébastien)

Elle ne me jugeait pas, puis je sentais qu'elle pouvait comprendre. (Joëlle)

L'AIDE DEMANDÉE

Avant la tentative, six jeunes n'ont pas demandé d'aide pour diverses raisons : ils se sentaient trop fatigués ou en crise, ils ne se sentaient pas prêts, ils ne croyaient pas pouvoir trouver parce qu'ils avaient cherché en vain dans le passé, ils étaient convaincus que « tout le monde laisse tomber tout le monde » et, par conséquent, cela ne valait pas la peine de demander, ils pensaient que les autres ne les comprendraient pas, ils étaient dans l'attente que l'autre devinerait leur besoin d'aide sans qu'ils aient à l'exprimer, ils ne connaissaient pas les ressources d'aide ou s'ils les connaissaient, ils les considéraient inappropriées ou, encore, ces ressources n'étaient pas

disponibles. Une seule jeune (Vanessa) avait réclamé de l'aide ; elle n'en avait pas reçue, l'ayant réclamée auprès de gens qu'elle croyait être des amis, mais sans qu'ils le soient vraiment.

D'en parler puis de me sentir ridiculisée puis de me sentir comme rejetée, dégoûtante, à qui j'en parlais la façon dont les gens m'écoutaient. J'ai regretté d'en avoir parlé. J'ai senti qu'on pensait que je disais ça juste dans le but d'avoir de l'attention ou je ne sais pas trop quoi. Ça, c'était pire que tout. (Vanessa)

Dans le fond là, moi ce que je n'ai pas fait, je n'ai pas demandé de l'aide. C'est ça mon problème que je n'ai pas fait. Puis c'est pour ça que j'ai fait ma tentative, j'étais trop dans mon monde. (Patricia)

Qu'est-ce qui pourrait t'empêcher de recevoir de l'aide ?

Je pense que tu n'es pas prête. Il y a des gens des fois qui ne sont pas prêts à recevoir de l'aide. Moi, j'ai été un bout au début que je n'étais pas prête à recevoir de l'aide, pas du tout même. Je voulais m'enfermer dans ma coquille. (Patricia)

Puis moi, je cherchais de l'aide, mais je ne voulais pas chercher de l'aide parce que j'avais assez cherché, ça n'avait rien donné. (Jean-Marc)

J'avais besoin d'être entourée par les adultes puis tout ça sauf que j'avais pas de soutien nulle part.

Avais-tu essayé d'avoir du soutien d'adultes ou de gens de ton âge ?

Bien je ne savais pas vraiment que ça existait Suicide-action puis tout ça. Je l'ai su par après là. (Joëlle)

J'ai voulu aller chercher des ressources mais les ressources, comme tu peux appeler aux tendances suicidaires là, l'affaire du suicide au téléphone, mais il n'est pas là à côté de toi, le monsieur là, pour te dire : « Viens à la maison, viens, on va jaser, on va prendre un café, ne fais pas ça. » Là toi tu es au bout du fil puis toi tu es à l'autre bout, tu parles à qui autrement dit là. (Pierre)

Je ne voulais pas en parler à personne. Je ne voulais pas que personne m'aide parce tout le monde laisse tomber tout le monde. (Mélanie)

Personne ne se rendait compte que ça n'allait pas bien dans mon cœur. (Julie ; D)

Pendant la tentative, deux jeunes ont demandé de l'aide. Une autre jeune (Mélanie) y a pensé, mais elle n'a pas voulu le faire.

Je ne voyais plus rien. J'essayais de voir. Je voulais voir quelqu'un, je voulais demander de l'aide. Finalement, il y a quelqu'un qui a monté les marches. J'ai réussi à l'appeler. J'ai dit : « Eille, viens m'aider », puis il était trop tard. J'ai tombé avant qu'il arrive. (Frédéric)

Pensais-tu à une personne ?

Mon cousin [long silence].

Dans quel sens que tu pensais à lui ?

Je ne sais pas, il m'avait dit de l'appeler avant de me suicider [long silence].

As-tu pensé de l'appeler ?

Non. Bien, je pensais à l'appeler, mais je n'ai pas voulu l'appeler. (Mélanie)

Après la tentative, cinq jeunes ont demandé de l'aide à divers niveaux, allant d'une aide technique et ponctuelle à une implication dans une relation d'aide à long terme, et allant d'un ami à un thérapeute. Six jeunes n'ont pas demandé d'aide, soit parce qu'ils ne voulaient pas, soit parce qu'ils ne faisaient pas suffisamment confiance, ayant été trahis dans le passé, soit parce qu'ils voulaient se prendre en main, et que se prendre en main, selon eux, signifiait se « débrouiller tout seul ». Pour une autre jeune (Mélanie), sa relation à l'aide était ambivalente. Lorsqu'elle était « trop dépressive », elle croyait que « personne ne pouvait faire quelque chose pour elle », il y avait donc absence de demande d'aide. Lorsqu'elle était « assez bien » et qu'elle en « avait le goût », elle en demandait tout en se souvenant qu'elle en trouvait rarement. Elle cherchait des gens « forts », capables de la soutenir, mais ils se faisaient rares.

J'ai pas niaisé, j'ai pris ça à cœur. Puis j'y ai été pareil [au bureau des prestations sociales]. J'ai demandé de l'aide. Je me suis déplacé. Ben, c'est ça. J'ai pas argumenté. (Frédéric)

J'ai été suivie par un psychiatre, puis d'ailleurs je devrais retourner le voir, puis ça ne me tente pas... Il a parlé quarante-cinq minutes au téléphone la première rencontre... Tu sais quand tu entends un psychiatre dire d'une personne qu'elle est folle dans la tête. Il a dit ça au téléphone, puis j'étais dans le bureau. Il parlait en anglais. Il pensait que je ne comprenais pas l'anglais, mais je comprends très bien l'anglais... Tu n'as pas le droit de dire ça de tes patients. C'est un hostie de cave. Moi, ça m'a frustrée. C'est pour ça que je ne veux pas y retourner. (Julie)

Puis qu'est-ce qui a fait que tu as eu du soutien ?

Bien parce que justement je me suis ouvert, j'ai dit : « Là, là, il faut que je vois quelqu'un puis que je sois suivie, ce n'est pas normal que je fasse des tentatives de suicide. » Il faut que je sois suivie, puis c'est ça que j'ai fait. Ça va faire trois ans que je suis avec une psychologue là. (Patricia)

Nous autres à force de se faire voler, à force de se faire violer, de tous les bords de tous les côtés, tu viens à être méfiant beaucoup beaucoup parfois même au point de frôler la paranoïa là.

Même si tu as une bonne personne devant toi.

Tu ne la connais pas. Tu ne le sais pas, tu sais. Parce que j'ai connu du monde qui était bien bon puis à un moment donné, iouï, ils te tournent le dos. C'est bien dur. Quand tu te fais trahir une fois, là puis quand ça t'arrive plusieurs fois, c'est pire. (Jean-Marc)

Tu as fait ta tentative et, après, est-ce que tu as eu de l'aide ?

Je ne suis pas retourné là [maison d'hébergement]. J'ai essayé de me prendre en main. (Sébastien)

J'ai besoin de support de temps en temps, quelqu'un qui est proche de moi, qui est assez fort pour me supporter, j'en trouve pas souvent.

Et quand tu as besoin de support, te sens-tu capable d'en demander ?

Ça dépend. Si je suis trop dépressive, je ne le demanderai pas. Je vais dire : « Non, non ça va bien. » Si je vais pas pire, je vais peut-être le dire, si ça me tente. (Mélanie)

L'AIDE OFFERTE

Avant la tentative, cinq jeunes ont refusé l'aide qui leur a été offerte parce qu'ils l'ont considérée inadéquate ou parce qu'ils n'y étaient pas ouverts, alors qu'un autre a mentionné, non seulement qu'aucune aide ne lui avait été proposée, mais qu'on lui avait nui.

Le monde, ils me disaient : « Arrête de triper, tu vas péter. » Puis là je disais : « Ben non », puis je continuais. « Ben Frédéric, arrête là, viens faire de quoi ». Je voulais rien savoir, tu sais. Je voulais rien que triper moi. (Frédéric)

Une couple de mes amis. Ils essayaient de me mettre de bonne humeur, de me dire que ça ne valait pas la peine, puis tout ça, de mourir tu sais... Je ne croyais pas vraiment personne. Il y a des affaires que j'ai toujours sues, tu sais. J'en suis consciente. Je ne suis pas trop nulle. Je suis quand même bonne à l'école. Quand ils me disent : « Ah, tu es belle, tu es capable – Ah, laisse-moi donc tranquille. Arrête de niaiser ! » Je n'acceptais pas. (Joëlle)

J'ai vu la psychoéducatrice, le psychologue à l'école, le travailleur social, d'autres psychologues.

Eux, est-ce qu'ils ont pu t'aider ?

Non, parce que je ne parle pas, je suis une fille qui était renfermée sur moi-même. Puis lâcher mes bibittes...

Puis là, maintenant que tu parles un peu plus, est-ce que tu reçois de l'aide de ces gens-là ?

Non, parce que j'en ai eu tellement longtemps alentour de moi sans rien donner. Ils essayaient tout le temps de revenir avec mes parents puis je ne veux rien savoir de mes parents là. Puis je ne veux pas retomber dans l'ancien pattern avec mes parents, ça fait que je ne veux pas, non. Les psychologues, les travailleuses sociales, les psychoéducatrices, elles travaillent quasiment toutes sur c'est quoi le problème, tu sais. Mais elles ne sont pas là pour te réconforter : elles sont là pour te dire quoi faire. En tout cas, ceux que j'ai eu. Puis en plus j'ai eu une travailleuse sociale, l'hostie de vache, elle est allée dire à tous les profs dans l'école ce qui se passait. C'est comme, va chier. (Julie)

Après m'avoir faite agresser, j'en avais parlé à la psychologue. Puis là, la psychologue, elle n'a pas eu le choix, il a fallu qu'elle en parle au professeur. Là, ils avaient passé un maudit film justement pour mettre que ce n'est pas bon, qu'il faut en parler de l'agression sexuelle. Ça, ma fille, ça m'a tellement traumatisée, juste d'en parler là j'en ai la chair de poule. Elle m'a forcée à écouter ça. Elle m'a dit, non, il faut que tu restes assis. Je n'étais pas capable. Je venais juste de me faire abuser. Puis là, elle me met devant une situation que la fille elle est en train de se faire agresser. J'avais le goût de brailler. Voyons donc. J'étais là, j'étais blanche comme un drap. J'étais en train de virer folle. Tu sais, brailler. Je suis partie en courant. Je me suis retrouvée dans les toilettes. Je me suis enfermée à brailler. Voyons donc, ça, je n'ai pas trouvé ça logique. (Patricia)

Je n'ai pas eu de père pour m'aider comme ça, tu sais. D'habitude, un père, c'est le père qui va dire à son gars qui va l'aider, il va lui prêter son char, il va tu sais, un ado, il va le commencer de même. Moi, mon père, jamais de la vie... Il m'a mis des bâtons dans les roues quand j'avais le plus besoin d'aide. C'est comme s'il voyait que j'étais sur le bord de couler puis il agrandit le trou pour que l'eau rentre plus, tu comprends. (Jean-Marc)

Pendant la tentative, six jeunes ont mentionné qu'une aide immédiate ou à plus long terme leur avait été proposée. Trois d'entre eux l'ont refusée et les trois autres ont accepté l'aide immédiate, car imposée, vu les circonstances. Quant à l'aide à plus long terme, une seule l'a acceptée.

Ils [le personnel médical] m'ont posé toutes sortes de questions, mais j'étais révolté, je ne voulais rien savoir d'eux autres. Je ne sais même plus les questions qu'ils m'ont posées tellement j'étais hors de moi, vraiment. (François)

Elle [l'infirmière] m'a offert d'aller voir le psychoéducateur, des affaires de même là que j'avais dans mes écoles. J'ai dit: «J'en vois à la journée longue, j'en vois à la semaine longue, j'en vois à tous les jours.» Comme ce n'était pas ça que j'avais besoin. C'était vraiment l'affection puis il y a juste mes parents qui peuvent me le donner, c'est pas eux autres. (Julie)

Ils m'ont mis sur une civière, ils m'ont fait prendre de quoi pour me tranquilliser, puis ils m'ont passé le cardio pour voir si j'allais sauter, le cœur là. (Pierre)

Après ça, là, il y a un psychiatre de l'hôpital qui vient te voir, puis là, il te pose plein de questions. C'est à peu près ça en gros qui s'est passé là. Après, bien c'est ça, tu es suivie. Ils te demandent d'aller voir un psychiatre à l'extérieur. (Patricia)

Après la tentative, cinq jeunes ont dit avoir reçu l'aide offerte. Deux jeunes l'ont reçue plus ou moins, se disant mal à l'aise; les trois autres l'ont refusée.

C'est là [à l'hôpital] que j'ai commencé à apprendre la patience, tu ne peux pas faire ce que tu veux dans le monde sans en subir les conséquences. Ça m'a aidé, tu sais. (François)

J'ai toujours été une fille, genre, à cacher mes émotions, à rire pour rien, à ne pas dire ce que je pense. Dans le fond, je ne sais pas ce que c'est l'autre côté là. [nom de son ami] et [nom d'un intervenant] sont en train de me le montrer mais c'est achalant. (Julie)

Ils [les intervenants] essayaient de m'aider, mais je ne voulais rien savoir. [silence]

Et après est-ce que tu as reçu de l'aide ?

Non, j'ai jamais accepté de l'aide de personne vraiment.

Peux-tu m'expliquer qu'est-ce qui faisait que tu ne recevais pas l'aide ?

Je n'étais pas assez ouvert, je ne leur faisais pas assez confiance. (Sébastien)

L'AIDE VALORISÉE

Les données sur ce qui compte dans une relation d'aide proviennent de la période subséquente à la tentative de suicide sauf pour une jeune (Joëlle) qui a exprimé ce qu'elle aurait souhaité pendant la tentative. Elle aurait aimé sentir la présence de quelqu'un avec qui elle avait un lien ; elle aurait aimé être accueillie sans jugement ; elle aurait souhaité que quelqu'un la prenne dans ses bras, lui parle et l'écoute. Quant aux autres participants, ils disaient valoriser le respect, l'ouverture d'esprit, l'absence de jugements, l'écoute attentive, la disponibilité et la patience. Il était en outre important pour eux de sentir un « lien » avec l'autre personne.

Ils [les intervenants] ne poussent pas pour me faire changer d'idée, tu sais. Ils font juste me montrer alentour, puis c'est moi qui décide. (Joëlle)

Il faut que tu ailles la chercher, mais sans la tirer, tu comprends. Il faut que tu ailles la chercher par les émotions... Prendre le temps d'écouter. Prendre le temps, puis tu analyses ce qu'il te dit. (Frédéric)

Il faut que tu te sentes bien avec la personne, il ne faut pas que tu te sentes forcée. Il faut qu'elle te laisse de la liberté puis qu'elle ne t'oblige pas à te dire quoi dire non plus, tu sais. Puis quand tu ne feel pas puis que tu dis : « Laisse faire », qu'elle ne t'achale pas trois heures de temps pour le savoir. Parce que tu vas lui dire, mais ce ne sera pas toi qui va l'avoir choisi dans le fond. (Julie)

Elle [son intervenante] ne me jugera jamais. Elle ne dira jamais rien. Jamais elle va dire : « Tu devrais. » Non, elle me laisse parler puis, après ça, elle me dit son avis, ce qu'elle en pense. Mais tu sais son avis pas avec de la pression, tu devrais faire ça non. « Vraiment, moi, tu sais, je ferais ça, mais toi ça dépend comment tu te sens envers ça, comment tu vas te sentir. » Je trouve ça vraiment merveilleux. Ça, c'est une personne vraiment numéro un. (Patricia)

Avec ma psychologue, ce qui est important, c'est que, elle, elle ne me juge pas. C'est ça que j'aime d'elle. Elle est super ouverte à tout. Ça j'adore ça d'elle. Puis mon éduc, c'est que, je le sais qu'elle est là s'il arrive de quoi même si des fois elle ne peut pas. (Joëlle)

LA SIGNIFICATION CLÉ DES RELATIONS INTERPERSONNELLES

L'idée principale qui s'est dégagée des données, c'est la solitude/l'isolement. Pour certains jeunes, des essais de rapprochements avec les autres ont eu lieu, mais sans résultat positif, pour d'autres, leur choix de « faire leur affaire » est devenu accablant. La solitude du jeune pèse lourdement sur lui ; elle est mal vécue, souffrante. Cette solitude est empreinte d'incompréhension. Le jeune ne se sent pas compris par les personnes qui comptent pour lui. Son geste suicidaire peut être un cri qui leur est destiné : « Réalisez que j'existe. Tenez compte de moi. Considérez-moi comme l'un des vôtres. Comprenez-moi ! »

La vie sociale des jeunes que j'ai rencontrés est apparue restreinte. Ils étaient soit isolés physiquement des autres, soit insérés dans un groupe de pairs où les relations étaient plutôt superficielles, hésitantes et changeantes. À part ou dans une bande, plusieurs jeunes se sentaient intérieurement seuls. Il semble que, pendant leurs tentatives de suicide, cette solitude était à son paroxysme.

En outre, leurs contextes de vie ne facilitaient pas les relations durables et approfondies. L'école était peu présente dans leur vie ; ils l'exécraient ou la trouvaient insipide. L'emploi était précaire. L'hébergement était fluctuant. Les relations avec les enfants, lorsqu'il y en avait, soit dans la fratrie, soit par un lien parent-enfant, étaient peu investies. Les adultes étaient souvent absents de leur vie sociale. S'ils étaient présents, les rapports avec eux tendaient à être conflictuels. La seule exception a semblé être les rapports avec les grands-parents ou l'un des grands-parents. Ce grand-parent apportait réconfort et valorisation au jeune, mais les contacts avec lui étaient peu fréquents. Il arrivait que les grands-parents, seules personnes significatives, soient décédés. Ils pouvaient continuer de vivre dans l'imaginaire du jeune qui leur « parlait » quand il avait besoin de communiquer. Bref, le manque de communication chez les jeunes que nous avons rencontrés s'est manifesté dans toutes les sphères de leur vie et avec des gens de tout âge.

Ce manque important sur le plan de la communication a semblé être relié à deux facteurs : les caractéristiques du jeune et les dispositions de son entourage. Le jeune restait seul parce qu'il croyait que s'il parlait de

« *ses affaires* », sa liberté d'action serait entravée. Il croyait aussi que personne ne voudrait l'écouter ou que personne ne le comprendrait. Sa décision de garder le silence était étroitement liée à sa vision de l'autre, soit un être intolérant, indifférent ou inaccessible. Il pouvait aussi percevoir les autres comme faisant partie d'une autre réalité que la sienne : ils étaient des personnages qui défilaient à l'extérieur de son champ et avec lesquels aucune interaction n'était possible. Parfois également, l'autre ne faisait aucunement partie de son monde : il était totalement absent de ses pensées. Le jeune n'était alors centré que sur lui-même ou, plutôt, que sur sa douleur intérieure. Nous constatons que l'absence de lien à l'autre semble reliée à l'un ou l'autre de ces trois niveaux de conception de l'autre : 1) l'autre fait partie de sa réalité, mais il est inaccessible, 2) l'autre existe dans une réalité parallèle à la sienne et aucun pont n'existe entre ces deux réalités, 3) l'autre est totalement absent de sa réalité.

Au troisième niveau, le jeune apparaît « dans son monde ». Au deuxième niveau, la part du jeune et celle de l'autre semblent plus ou moins égales. Au premier niveau, les dispositions de l'entourage deviennent importantes sinon dominantes. Le jeune veut s'exprimer, mais il ne trouve aucune personne de confiance, ou s'il s'exprime effectivement, il ne se sent pas écouté, ni considéré, ni compris. Par exemple, l'interlocuteur manque de disponibilité ou bien il manifeste de la fermeture ou de l'indifférence envers le sujet de discussion amené par l'adolescent. Les échanges peuvent alors devenir des disputes, notamment lorsqu'ils sont basés sur des valeurs matérielles ou des abus de pouvoir. Parfois, la communication est synonyme de silence. Le jeune ne reçoit aucun feedback de gens significatifs. Et s'il en reçoit, il est blessant. À l'occasion, il hérite de compliments ou de félicitations d'autres personnes de son entourage qui comptent moins pour lui. Il a tendance à refuser ces éloges, n'y croyant pas. Il pense que les gens le complimentent pour lui faire plaisir ou pour l'encourager et qu'il ne possède pas les caractéristiques qui lui sont attribuées. De toute évidence, l'interaction entre le jeune et son entourage se révèle des plus complexes.

Cette interaction peut changer. Elle peut exister au lieu d'être absente; et si elle existait déjà, elle peut acquérir un degré plus élevé de qualité. Les communications avec les personnes significatives peuvent devenir plus profondes ou plus centrées sur les besoins réels des jeunes. Ceux-ci peuvent avoir plus de facilité à accepter les compliments. Ils peuvent devenir capables de répliquer aux critiques au lieu de garder le silence et de se sentir démolis. Enfin, les communications plus profondes peuvent permettre à certains jeunes de se sentir moins seuls, comme l'ont démontré quelques citations.

LA SOCIÉTÉ

De nombreux auteurs se sont penchés sur les attributions de la société relativement au suicide, au développement des adolescents et au concept de soi. Erikson (1972) et Rodriguez Tomé (1972) ont fait valoir l'importance, dans la construction de l'identité ou de la perception de soi, de la société et des rôles qui pouvaient y être disponibles et occupés. Muuss (1962) a soutenu que le développement des adolescents était en lien direct avec le type de société (normes, valeurs, croyances, attentes, etc.). Baumeister (1991) a affirmé que le suicide était relié au support à la liberté individuelle et à d'autres aspects d'une société telle la détérioration après la prospérité.

Durkheim (1930) est sûrement l'auteur qui, par sa typologie du suicide, a le plus contribué à cette thématique du lien entre le suicide et la société. Selon lui, le suicide est tributaire du degré d'intégration dans la société. Quoique élaborée au début du ^{XX}^e siècle, la typologie de Durkheim est toujours d'actualité. Cet auteur a nommé quatre types de suicide. Dans le *suicide altruiste*, la personne est prête à donner sa vie pour le bien commun, à se sacrifier pour les autres ; elle s'oublie, elle s'identifie de façon exagérée à la société. Dans le *suicide égoïste*, la personne est préoccupée d'elle-même et ne compte que sur ses propres ressources ; elle manque d'engagement au sein de la société, elle est peu intégrée à son groupe social ou elle en est séparée. Dans le *suicide fataliste*, l'individu est désespéré de ne pouvoir s'actualiser dans un milieu qui offre peu d'occasions de se valoriser et de satisfaire ses besoins ; la personne rejette les excès de réglementation sociale de cette société rigide ; celle-ci l'opprime. Dans le *suicide anémique*, la personne se tue à cause de l'absence de contrainte sociale sur elle ; il s'agit du résultat d'un déclin dans la régulation des normes de la vie sociale ; la société est trop permissive, sans règles ou encore ses normes

ont changé rapidement; cette société offre une multitude d'éthiques, de sorte que les notions de bien et de mal ne sont pas claires; les règles de conduite sont devenues individualisées. L'anomie et l'égoïsme peuvent se renforcer l'un l'autre, menant à un type mixte de suicide.

C'est à partir de corrélations entre la fréquence des suicides et diverses circonstances (situation familiale, lieu d'habitation, etc.) que Durkheim (1930) a constitué ses quatre types de suicide (altruiste, égoïste, fataliste, anémique). Tous résultent de l'excès ou du défaut d'intégration sociale. Ce concept renvoie à la force du lien établi entre la personne et sa société. Ce lien semble tributaire du partage des significations, de l'engagement, de la cohésion des différents éléments, de l'équilibre des forces opposées. Bref, la plus grande contribution de Durkheim est cette hypothèse que le suicide résulte du type de concordance que la personne vit entre elle et sa société.

En ce qui concerne notre société québécoise contemporaine, Gratton (1996) et Lefebvre (1993-1994) ont relevé que depuis 1960 (époque où les taux de suicide au Québec ont commencé à augmenter) les changements dans les fondements religieux, familiaux et éducatifs ont fait en sorte que chacun devait « s'auto-éduquer ». La permissivité a occasionné des absences de contraintes, lesquelles ont engendré, pour bon nombre, le rejet des normes et des lois. Chacun a été laissé à lui-même pour diriger sa vie et l'individualisme a commencé à être valorisé. Quelques-uns des jeunes que j'ai rencontrés ont dit vivre dans des sous-groupes de la société où le mot d'ordre était « chacun pour soi ». C'est un peu comme si les jeunes, en voulant se mettre en marge de la société, recréaient finalement cette même société dans leurs sous-groupes, sans toutefois immédiatement se l'avouer (« chacun pour soi », emphase sur l'argent, routine...). Quand cet aveu devenait réalité, le danger du suicide semblait apparaître. L'individualisme (l'absence de liens significatifs) est apparu, dans la documentation et dans mes travaux, comme un des problèmes importants de notre société moderne; ce problème aurait une influence sur le phénomène du suicide chez les jeunes.

D'autres aspects « sombres » de la société ont été considérés dans le discours des participants à ma recherche. Pour eux, la société et même la planète étaient des « non-sens ». Nous pouvons rapprocher leur perception des idées de Seeman (1959, 1975) qui a lié non-sens, impuissance et isolement. Aussi, leur vie, spécialement à l'approche de l'acte suicidaire, était un non-sens. Les travaux de Stengel (1964) avaient démontré ce vécu; selon les témoignages de ses sujets qui avaient tenté de se suicider, ce geste avait été posé parce que leur vie n'avait plus de sens, parce qu'ils n'occupaient pas une position importante dans leur communauté et qu'ils n'avaient pas leur place dans la société.

Nous pouvons nous interroger à savoir si cette perception des choses est à relier à la période de l'adolescence et l'excessive sensibilité qui l'accompagne. Cette période de la vie, comme nous le savons, provoque maints bouleversements. Chapelle (1990) a indiqué que la première phase de l'adolescence en était une d'opposition ; il en a situé la sortie, sur le plan de l'âge, vers 16 ans. Plusieurs des jeunes que j'ai côtoyés, bien qu'ils fussent âgés entre 17 et 25 ans, semblaient se trouver dans cette phase. Pour sa part, Johnson (1973) a affirmé que les adolescents étaient à la fois en révolte et en retrait de la société des adultes, parce que leur statut était imprécis et qu'ils subissaient les contraintes d'une société de laquelle ils étaient isolés. Toujours dans la même veine, Herbreteau (1997) a écrit que les jeunes n'avaient que faire du monde et des valeurs des adultes ; il a souligné l'absence de lien et le manque de communication entre les deux groupes d'âge.

Même si plusieurs jeunes, durant la période de l'adolescence, prennent davantage conscience des côtés déplorables de la société et désirent se mettre en marge, ils ne font pas tous des tentatives de suicide. Dans le processus suicidaire, il semble que les schémas de pensée de l'individu interviennent. Plusieurs des participants à mon étude ont dévoilé qu'ils avaient tendance à « tout voir en noir » (la société, les autres, eux-mêmes, etc.) et à « s'entretenir dans le noir ». Je vois un rapprochement entre ces données et les idées de quelques auteurs : Baumeister (1991) a relié le suicide à une pensée étroite, Carrière (1994) a indiqué que les personnes suicidaires avaient une pensée polarisée (extrême : tout est noir ou blanc), Hawton et Catalan (1987) ont établi que les pensées négatives et pessimistes étaient un facteur majeur dans le comportement suicidaire et Labelle (1999) a relevé que plus le jeune était en détresse, plus son évaluation des situations était négative.

Après avoir exploré les caractéristiques de l'adolescent et celles de la société, il m'apparaît important de rappeler que c'est l'interaction entre le jeune et la société qui est en cause. À travers son passage à l'acte, il semble que l'adolescent exprime le trouble de cette interaction composée des mondes sociaux avec ce qu'ils sont et ce qu'ils ont à offrir, et de son soi intime et profond, de sa façon propre à lui de vivre avec ces mondes (réels et intériorisés).

VUE D'ENSEMBLE DE LA SOCIÉTÉ

Dans les discours des jeunes, la société est apparue comme une des conditions importantes du phénomène du suicide. Deux propriétés ont émergé : la vision de la société et le rapport à cette société. La « vision »

renvoie à l'image que les jeunes se font de la société. Elle se manifeste dans la perception qu'ils ont du monde extérieur, dans leur représentation des relations entre les personnes et les objets de leur communauté, de leur continent et même de la planète. Le « rapport » renvoie à leur façon d'agir et d'interagir dans la société.

Avant et pendant la tentative, un seul trajet est apparu : les jeunes trouvaient la société sombre et insensée. Ils ont motivé leur perception par de nombreux exemples : ne pas payer des contraventions et aller en prison (ainsi, non seulement l'État ne collecte pas son argent, mais il se trouve à en dépenser), glorifier les héros de guerre, etc. Ils ne se sentaient pas comme faisant partie intégrante de cette société qu'ils trouvaient absurde. Ils ne sentaient pas non plus qu'ils y participaient. Leurs motifs étaient variés : ils estimaient que la société avait peu à leur offrir ; se connaissant mal, ils ne savaient pas ce qu'ils voulaient faire ; etc.

Après la tentative, trois trajets ont émergé : 1) une perception et un rapport à la société semblables à ce qui était vécu avant la tentative, 2) une vision plus positive de la société et une conscience de l'importance de leurs rôles sur la terre, 3) un rapport à la société diminué.

DÉTAILS SUR LA SOCIÉTÉ

LA VISION DE LA SOCIÉTÉ

Avant la tentative, huit jeunes voyaient beaucoup de non-sens à l'intérieur de la société. Ils mettaient l'accent sur ses aspects sombres ou dysfonctionnels : détérioration de certaines situations, abus de toutes sortes, monotonie et recommencements perpétuels, avoirs partiels et lenteur de l'arrivée des satisfactions, absences de moyens pour assumer les responsabilités, injustice, préjugés, manque de paix, capitalisme, existence et utilisation des drogues, fossé entre les riches et les pauvres, cruauté envers les animaux, destruction des forêts tropicales, manque d'entraide, stupidité, méchanceté, mensonges, matérialisme.

L'amour existe-t-il vraiment lorsque l'on y pense intensément ? Lorsque des hommes profitent de jeunes enfants, lorsque des hommes battent tous ceux qui les entourent, lorsque chacun de nous tire profit des plus faibles... lorsque l'on sent tout l'univers se détruire par lui-même ? L'amour existe-t-il vraiment dans un monde basé sur la haine ? L'amour existe-t-il vraiment dans un monde rempli de vengeance ?... L'amour existe-t-il vraiment dans un monde rempli de solitude ? L'amour existe-t-il vraiment lorsqu'on voit tout le temps... la haine et la vengeance partout autour de nous...
(Mélanie ; D)

... puis à toutes les fausses valeurs qui sont véhiculées dans le monde et qui ont fait que je me suis comme perdu puis je ne voyais pas vraiment de vérité, je ne voyais pas vraiment de définition satisfaisante de la vérité dans le monde. Je trouvais que c'était juste un beau ramassis de conneries, un tissu de mensonges, je trouvais que les gens ils se satisfaisaient d'une existence de bétail. Je ne voyais comme pas d'intérêt, tu comprends. Ça ne m'a pas aidé. Ça ne m'a pas aidé du tout.

C'était quoi pour toi les conneries ?

Comme avoir un plus beau char que le voisin, des affaires de même... Le matérialisme, le capitalisme, comme radical qui sévit en Amérique du Nord ; ça me faisait vraiment sauter une coche. Puis à part ça, c'était le manque d'amour qu'il y avait dans le monde, toute la haine qu'il y avait entre les personnes. Puis à l'école, c'était vraiment fort. (François)

Pendant la tentative, deux jeunes ont exprimé qu'ils voyaient tout noir ou qu'ils ne voyaient pas de but significatif à atteindre sur la terre.

Qu'est-ce que tu pensais de la vie dans les heures proches de ta tentative ?

Je pensais que c'était le néant. Je pensais qu'il n'y avait pas de but ici sur la terre. Je pensais que j'allais souffrir toute ma vie puis que ça vivrait à rien en bout de ligne, tu sais. (François)

Dans ce temps-là, je ne voyais pas de positif, je voyais tout noir. C'est ça qui arrive dans le fond proche de la tentative de suicide, c'est que tu vois tout noir, tu vois vraiment rien de positif. (Patricia)

Après la tentative, sept jeunes ont conservé la perception qu'ils avaient avant. Parmi ces jeunes, une s'est montrée consciente de la possibilité de l'existence d'aspects positifs ; elle désirait y avoir accès. Deux autres jeunes ont témoigné d'une vision plus positive de la société, en raison, semble-t-il, de l'acceptation des normes et de la volonté de « voir du positif ».

Le gouvernement, des fois, ils font des affaires, c'est vraiment con là, des affaires pas pensées.

C'est quoi, par exemple, que tu trouves con ?

Bien dans quoi, j'en ai en masse, inquiète-toi pas, que ce soit un monde libre, que le monde soit plus heureux. Pas un pays libre, un monde libre. Tout le monde égal sur la terre. C'est gros à dire mais si on était parti avec ça depuis le début on ne serait pas de même. Regarde toute la guerre hostie. Il y en a qui s'engage encore dans l'armée. Ça me révolte bien dur, moi. Après ça, « ah c'est un héros, ah, lui, c'est un héros, monsieur, parce qu'il a tué 50 000 personnes à la guerre puis qu'ils ont réussi à gagner une guerre », c'est con. Ça ne me met pas pantoute dans le beat de vivre. (Mathieu)

J'ai besoin qu'on me démontre que le monde n'est pas aussi dégueulasse que tout ce que j'ai vu. J'ai vu des choses inimaginables, que je n'aurais jamais même dans mes pires cauchemars, pu croire que ça existait, tu

sais... C'est une violence qui est physique, qui est psychologique. Je me dis : « Câlisse, ça se peux-tu que des gens comme ça existent ! » J'ai besoin qu'on me montre les beautés de la vie. (Vanessa)

Avant je me sentais comme oppressé par l'autorité, tu sais. Maintenant, je me sou mets à l'autorité puis c'est le contraire je me sens libre comme jamais auparavant. Pourtant, avant, c'était tout le temps de prendre ma liberté pour aller contre l'autorité, puis de faire des coups, puis de ne pas me faire pogner ; dans le fond, je n'étais pas libre là-dedans, tu comprends. Mais moi je ne m'en rendais pas compte, je pensais que je trouvais ma liberté là, tu comprends. Moi, quand je me sou mets aux autorités, au lieu de les envoyer bête là, je vois la puissance de Dieu, je trouve ça encourageant. Il est dans l'autorité parce que c'est lui qui a institué ça sur la terre même si elle est mal respectée à bien des occasions. Moi, ici, il n'y a pas un flic qui me connaît, je suis libre de mes allées et venues... Je ne me fais pas mettre de bâtons dans les roues. Ça me donnerait quoi de m'élever contre l'autorité ? Je me ramasserais en prison, est-ce que c'est là que je serais libre, en prison ? (François)

Il y a tellement de belles choses. Si tu ne vois pas de positif, si tu dis que tu n'en vois pas là, comme moi, dans ce temps-là, je n'en voyais pas de positif... (Patricia)

LE RAPPORT À LA SOCIÉTÉ

Avant la tentative, huit jeunes se sentaient en révolte et en marge ou déconnectés de la société. Deux raisons majeures ont été soulevées : 1) la confusion (le jeune ne savait pas ce qu'il aimait, ce qu'il voulait faire), 2) une attitude de « je-m'en-foutisme ». D'autres motifs ont été mentionnés : l'impression d'impuissance, le manque de goût pour l'effort, le peu de moyens offerts par la société pour les aider à développer leur potentiel, le sentiment d'être « de trop ». Un seul jeune a indiqué qu'il se sentait comme une partie intégrante de la société. Le lien se faisait alors à travers l'emploi ; emploi qu'il a d'ailleurs perdu peu de temps avant son geste suicidaire.

Pour moi, je ne faisais même pas partie de la société. Je faisais partie de rien. J'étais invisible pour tout le monde là. Je n'avais pas d'affaire ici là. (Julie)

Tu sais, j'étais disconnecté carré de la société. (Mathieu)

Je ne voulais rien savoir, tu sais. Je voulais rien que triper, moi. (Frédéric)

Moi, c'était de persévérer dans l'emploi. Ce n'était pas d'autre chose. La seule affaire, moi, c'était l'emploi puis l'emploi... Ma vie, c'était ça. (Pierre)

Après la tentative, quatre jeunes étaient conscients de l'importance de leur rôle sur la terre et ils étaient prêts à y mettre des efforts. Cinq autres jeunes ne se sentaient pas intégrés dans la société, car ils voyaient les activités de la majorité comme étant inaccessibles ou leurs désirs comme étant impossibles à satisfaire, ils avaient peur de l'inconnu, ils considéraient qu'il y aurait trop d'efforts à fournir, ils étaient désespérés, ils vivaient de la confusion face à leurs objectifs, ils prenaient l'attitude du « je-m'en-foutisme », ils se définissaient comme « marginaux ».

Tu sais, je pense que le temps que j'ai à faire ici sur la terre, c'est bien important. Parce que c'est le temps ici sur la terre que ma foi est éprouvée, tu sais. Puis après ça, je vais pouvoir passer à autre chose avec l'esprit tranquille, avec de l'assurance. (François)

Ça fait un bout que je sais que je ne pourrai pas avoir d'enfant... Ce que je trouve plate, c'est que ça soit un choix qui est imposé, ce n'est pas un choix que je fais de ne pas en avoir. (Vanessa)

Je le sais que c'est possible gagner sa vie avec l'art, mais c'est comme, tu sais, c'est toutes des choses auxquelles je ne crois plus. (Vanessa)

Je suis un toxicomane puis que je n'ai pas de diplôme, je n'ai pas fini mon secondaire. Presque aucune expérience de travail. Bien ce n'est pas vrai là, mais je travaillais au noir donc je ne peux pas calculer ça comme une expérience... Mais tu n'arrives pas devant un employeur puis lui dire: « J'ai fait tant, tant, tant au noir. » Il va dire « Va-t-en ! », tu sais. (Jean-Marc)

Je ne sais pas quoi faire. Je ne sais pas où aller vivre. Je ne sais pas. Je ne sais pas si ça me tente de travailler. Je ne sais pas si ça me tente d'aller à l'école... (Mélanie)

LA SIGNIFICATION CLÉ DE LA SOCIÉTÉ

L'expression « en marge » semble résumer la signification clé de la société pour les jeunes que j'ai rencontrés. Plusieurs d'entre eux se mettaient à distance de la société (ou s'étaient fait mettre à distance), par la perception qu'ils en avaient ou par le rapport établie avec elle. Certains s'inséraient dans des groupes qui formaient des microsociétés à l'intérieur desquelles régnaient ou s'établissaient finalement des façons de penser et de faire analogues à celles qu'ils reprochaient à la société plus large : individualisme, routine, préoccupation pour l'argent, guerre de territoires, etc.

Plusieurs jeunes se sont mis à distance de la société parce qu'ils se sont attardés à ses aspects sombres ou dysfonctionnels. Il semble que ce regard qu'ils ont posé sur la société provenait d'épreuves vécues dans leur

passé combinées au fait qu'ils n'avaient pas reçu d'aide. Il n'était pas rare de constater que le jeune avait été victime, en bas âge, d'abus psychologique et physique ou sexuel. Il avait pu, à sa puberté ou avant, subir l'inceste ou le viol. Il avait pu être témoin de certaines atrocités. Il avait pu vivre des injustices ou des rejets dans des conditions extrêmes, de la part de personnes significatives, qui avaient eu comme conséquences de grandes blessures intérieures, des placements répétés en foyer d'accueil... Le jeune s'était senti en révolte et il n'avait pas eu le désir d'être intégré dans une société qu'il percevait comme insensée. Il ne tenait pas à ce que cette société fasse partie de son monde. À la limite, il s'organisait pour agir comme si elle n'existait pas, pour se créer un monde à part, dans l'espoir qu'il serait meilleur. Se rendant compte que ce monde n'était finalement pas meilleur, il pouvait tenter de s'enlever la vie.

Pour quelques jeunes, une modification de leur perception de la société est envisageable. Ces jeunes pourront non seulement se mettre à voir les aspects positifs de la société, mais leur vision des aspects plus sombres pourra aussi être modifiée. Ils les envisageront maintenant, non plus comme des nuisances, mais comme des aspects salutaires. De plus, la détermination d'un objectif à atteindre et le développement de leurs capacités personnelles leur permettront d'entreprendre des démarches qui les amèneront à occuper une place satisfaisante dans la société ou une place qu'ils sauront prometteuse.

Cette phase d'intégration sociale semble précédée d'une phase de lutte. Cette dernière peut se prolonger dans la phase d'intégration, mais il semble que ce soit par à-coups et de façon moins intense, les jeunes ayant maintenant acquis une conception plus positive des divers aspects de la vie et ayant trouvé leur place dans la société (stage, relation amoureuse stable, emploi...).

8

LES OBJETS

Par « objets », j'entends tous les biens matériels qui peuvent être utilisés ou manipulés par l'être humain dans le cadre de ses activités. Le terme « objets » comprend également l'environnement non humain (le milieu de vie). Je n'ai trouvé aucun écrit scientifique traitant à la fois des objets ou des lieux physiques, des jeunes et des tentatives de suicide. En revanche, je considère que des éléments tirés de quelques textes peuvent s'en approcher.

L'adolescent est souvent perplexe en ce qui concerne le partage de son vécu avec les autres, vu son niveau élevé d'émotivité et sa tendance à l'introspection (Roscoe, Krug et Schmidt, 1985). Ce besoin d'introspection, à cette période de la vie, pourrait-il expliquer, du moins partiellement, le fait que les jeunes investissent passablement dans des moyens d'expression non verbaux tels que l'écriture d'un journal personnel, la rédaction de poèmes, la création de musique, etc. ?

Dans la littérature, les chercheurs ont surtout relié l'art à l'expression. Roscoe, Krug et Schmidt (1985) ont mentionné que les adolescents étaient attirés vers l'art parce qu'il satisfaisait leur besoin d'expression personnelle. Il leur permettait de clarifier leurs pensées et leurs émotions, sans avoir à discuter avec leurs parents ou d'autres adultes et sans prendre le risque de paraître ridicules devant leurs amis. Dans la même veine, Alexander (1990) a soutenu que les adolescents trouvaient que les activités artistiques étaient une façon sécuritaire d'exprimer leurs émotions. Cet auteur a vu, dans les arts, un bon moyen, pour les adultes, de rejoindre les jeunes.

Witzum, Dasberg et Bleich (1986) ont affirmé que toute forme d'art (musique, danse, poésie, dessin...) permettait l'expression de soi et des émotions d'une façon unique, impossible à obtenir par la logique et les

modalités intellectuelles valorisées par l'éducation traditionnelle. Ces chercheurs et d'autres tels que Miller et Dingman (1987) ont trouvé que les jeunes en difficulté utilisaient l'art, la plupart du temps, pour exprimer leurs émotions « négatives » telles que la tristesse, la solitude, etc. Aussi, Rhyne (1973) a mis en évidence les méthodes non verbales pour l'identification et l'expression des états émotifs et la compréhension de soi, surtout pour ceux dont les canaux usuels de la communication étaient bloqués. Elle a parlé de l'importance, pour les adultes, de s'ouvrir aux possibilités des activités artistiques et elle a explicité l'impact qu'aurait cette ouverture : des échanges plus profonds et une meilleure compréhension de l'autre.

Seeman (1959, 1975) a appelé « être étranger par rapport à soi » la difficulté vécue par l'individu de se trouver des activités significatives « nourrissantes », des tâches dans lesquelles il s'engagera de façon intrinsèque. Les résultats de ma recherche sur les relations à l'objet, avant la tentative de suicide, semblent correspondre à cette idée de Seeman. Le contact avec l'objet n'étant que superficiel et ses potentialités étant occultées, cet état de choses contribuerait, chez le jeune, à laisser une sensation de vide.

Finalement, les objets, dans le modèle de L'Écuyer (1978) sur le concept de soi, sont situés dans le « soi matériel » et ils sont limités aux biens dont la personne se sent directement ou indirectement possesseur. Dans le contexte des jeunes suicidaires, les objets ont été conçus autrement que sous l'angle de la possession. Soit que les jeunes n'ont fait aucunement cas d'eux, soit qu'ils ne les ont que très peu tenus en compte (ce phénomène semblant être lié à l'attitude « je-m'en-foutiste »), ne considérant que ceux reliés au divertissement, qui ont semblé être associés, non pas à la propriété, mais à l'expression de soi et à une détente.

QUELQUES EXEMPLES D'ACTIVITÉS D'EXPRESSION

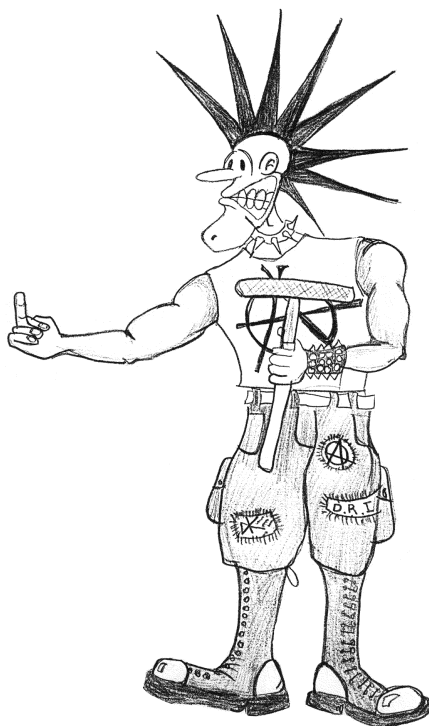
Au cours des entretiens non-directifs, les jeunes pouvaient utiliser les matériaux qui étaient mis à leur disposition. Sur la table était disposé le matériel nécessaire pour s'impliquer dans l'une ou l'autre des trois méthodes projectives suivantes : le dessin, l'argile et un « jeu de blocs ».

Pour le dessin, il était possible d'utiliser les crayons de plomb, les bâtons de fusain, les crayons de couleur ou les pastels à l'huile sur du papier à dessin. Pour le modelage de l'argile, deux masses de faïence lisse, l'une brune et l'autre blanche, accompagnées d'une petite éponge, d'un bol d'eau, de mirettes et d'un traçoir étaient disponibles.

La troisième activité, moins connue, mérite d'être présentée ; certains l'appellent « le jeu de blocs ». Il s'agit d'un échiquier accompagné de barrières, de piédestaux et d'une variété de jetons de différentes formes et couleurs. Ce moyen d'expression s'inspire du « FEL Process » (Facts of Environmental Life Process) élaboré par Chase et Farnham (1966) pour illustrer et comprendre la perception de soi et les relations interpersonnelles.

Ces trois moyens jouaient un rôle de soutien pour l'expansion de l'expression orale, c'est-à-dire que je considérais le discours associé à l'activité et non le produit fini ou les aspects non verbaux du processus de l'action. En aucun moment, le produit ou le processus n'était interprété par la chercheuse ou des experts. Seul le répondant, qui se posait alors comme expert, s'exprimait sur ce qu'il avait créé.

Voici le discours qui accompagnait le dessin qui suit :



Ça, c'est moi quand j'étais punk. Bien je suis encore punk dans ma tête puis tout, c'est juste que je mûris puis je vieillis puis je m'identifie un peu moins à ça malgré que j'aime toute l'idéologie puis tout, mais dans le fond, c'est juste, c'est une gang de révoltés qui ne savent pas où mettre leur révolte. C'est qu'ils mettent ça là-dedans. Ils s'arrangent comme ça. C'est sûr que c'est un look à part, c'est différent, ça choque. C'est beau. Je trouve ça beau les cheveux de même de couleur puis des coats de cuir pleins de stock puis tout, tu sais. C'est un genre de manière de crier à la société: « Regardez-moi. Je ne veux rien savoir de votre maudit système. Je suis un rebelle puis je le dis haut et fort, tu comprends. C'est ça en fin de compte. Mais ça, je l'ai fait pendant plusieurs années. À un moment donné, il faut que tu fasses autre chose. »

Je remarque que tu as écrit D.R.I. sur le pantalon, qu'est-ce que ça signifie ?

D.R.I. : Dirty, rotten, imbecile.

Ça s'adresse à qui ?

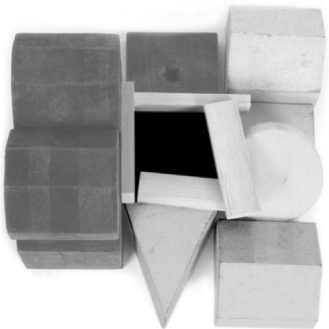
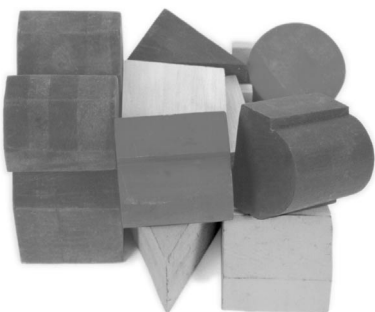
À qui le chapeau fait, mets-le. Ça s'adresse à personne en particulier, c'est le nom d'un groupe, c'est un groupe D.R.I. C'est du trash. C'est de la musique à se garrocher partout. C'est agressif. J'aime bien gros la musique aggressive parce que quelque part en dedans de moi, c'est peut-être un enfant, mais c'est peut-être un adulte, je ne le sais pas, mais il y a quelque chose on dirait qui veut sortir puis qui crie: « Rrrrrrrrrraaa ! » Il y a de quoi là, tu sais ce que je veux dire. Ah, je ne sais pas comment l'expliquer. Une agressivité, une méchanceté, je ne sais pas. C'est peut-être pas méchant, c'est peut-être juste de la souffrance, je ne sais pas, une révolte quelconque... Quand j'écoute de la musique, on dirait que ça apaise un peu. Quand je danse, ça m'aide aussi, ça me défoule.

D'autres adolescents ont préféré modeler l'argile. En voici un exemple, accompagné de la signification que le jeune lui a donnée.

Mon cœur, il est craqué, puis ma main elle sort de mon cœur. Elle essaie de tendre la main vers quelque chose de beau. Puis l'espoir il a mal, ça fait qu'il pleure. Ça montre que dans la main, il y a quelque chose de beau, une fleur; peut-être qu'elle ne devrait pas être là. Elle essaie d'attraper de quoi, n'importe quoi qui pourrait donner de l'espoir à mon cœur... Peut-être qu'il y a une petite partie ici qui va moins craquer, qui va se réparer...

Les deux prochaines photos représentent l'œuvre d'un autre jeune. La première photo illustre le produit fini du « FEL Process » alors que la seconde montre le même produit après que les jetons de l'étage supérieur aient été retirés. Voilà ce que ce montage représentait pour lui.

C'est moi le jeton noir au milieu parce que je suis noir, je suis un trou noir. Autour, il y a plein de monde. J'ai plein de contacts. Moi, il me faut des contacts physiques avec le monde. Tu sais, je ne parle pas de sexuel, mais vraiment avoir un bon contact, moi, c'est rendu que je suis quasiment juste de même là. Tu sais, une poignée de main. Je remarque, il y a du monde qui ne veulent pas me parler, je le vois, je m'en vais. Je ne le force



pas le contact, tu sais. C'est ça, les barrières. Moi, je suis bien ouvert à parler à tout le monde là, mais le gars il met une barrière, correct, s'il ne veut pas, je m'en câlisse. De toute façon, plus que tu as de contacts, plus que tu vois des manières de vivre, plus que tu vas t'aider dans la vie.

Cet adolescent décrit ce que la plaque, qu'il a mise sur les quatre barrières l'entourant, signifie :

Ça fait des barrières sur moi-même. Parce que, tu sais, d'une manière je m'empêche de voir autre chose à cause de comment je pense. J'essaie de voir le plus grand possible, du monde, mais je me dis, des fois, ah c'est trop fucké, je ne sais pas, la peur de passer pour un fou puis tout ça. Puis je suis renfermé sur moi-même. C'est pour ça les barrières, je ne parle pas de tout ce que je pense. Il faudrait que j'aille voir quelqu'un.

Il a été mentionné, dans l'introduction, qu'en plus des entrevues, des documents personnels avaient été analysés. Les écrits personnels sont abondamment créés à l'adolescence, encore plus qu'à toute autre période de la vie. C'est à travers eux que Hall (1972) recommande de connaître les adolescents et leurs expériences transitoires. Produit spontanément, le document représente parfois les expériences les plus significatives et les plus profondes de la vie humaine (Allport, 1942). Parmi ces documents se trouve le journal intime qui est très populaire dans la culture adolescente. Jouant un rôle essentiel durant cette période de grands changements, cette pratique du journal intime permet d'établir la carte des relations interpersonnelles et révèle une quête d'identité (Herbreteau, 1997, p. 130) : « Le journal intime permet de retrouver le "moi". Il concerne ce qui est plus intérieur que l'intérieur même. »

Les documents étudiés dans la recherche ont été ceux que le jeune avait écrits lui-même, qu'il avait en sa possession et qu'il voulait bien partager. Cette documentation pouvait prendre des formes variées : journal intime, lettre, note à l'agenda, poème, paroles d'une chanson, etc. Voici, par exemple, une lettre extraite du journal personnel d'une adolescente :

*Maman...
Je suis seulement une parure
Que tu accroches à un mur
Un être humain que tu endures.
Je ne peux pas avoir d'amis
Ça te causerait trop d'ennuis.
Je ne peux pas avoir d'idées
Ça serait trop long à écouter.
J'en ai ras le bol de tes sermons
De tes principes coulés dans le béton.
Je suis assez grande pour tout comprendre
Mais jamais assez pour que tu me fasses confiance.
Au point où je suis rendue*

*Il n'y a pas d'issue.
 Je ne vois que du noir devant moi.
 Maman, tu n'as pas compris que je dois moi-même vivre ma vie.
 Ma vie est un tableau dont tu détiens tous les pinceaux.
 Je ne suis pas maître de mon destin
 Qui est pourtant le mien.
 Mon estime de soi, tu l'as démolie
 Tu m'as enlevé le goût de la vie.
 Je n'ai plus confiance en personne
 Car, au fond, qu'est-ce que ça donne ?
 Je ne laisse personne m'approcher
 Mon cœur est un rocher,
 Je suis incapable d'aimer
 Incapable de m'apprécier comme je suis
 Ne me laisse pas mourir
 Je ne veux pas mourir
 Je veux m'en sortir.*

Malik (1996, p. 141) écrit : « Une autre façon de nourrir “ce corps imaginaire qu’est le journal” consiste en l’incorporation de textes dont le diariste n’est pas lui-même l’auteur. » Ces textes écrits d’une autre main ont été considérés seulement lorsque le participant leur accordait une très grande importance et qu’il exprimait qu’il aurait pu les avoir écrits lui-même.

Cinq des onze participants m’ont remis des documents qu’ils avaient rédigés de leur main. Parmi ces cinq, une jeune avait aussi inséré, dans son journal intime, les paroles de la chanson citée plus haut qui la rejoignait. Un sixième m’a donné les paroles de sa chanson préférée, non écrites par lui, mais par un chanteur populaire (*Could you be loved* de Bob Marley). Les textes écrits par les jeunes ont été variés : lettres, recueil de poèmes, notes dans un carnet d’adresse, journal personnel. Ceux, de qui je n’ai pas obtenu d’écrits, ont déclaré les avoir détruits. Ils les ont jetés, brûlés ou déchirés, souvent par crainte d’indiscrétion de la part d’un proche ou de personnes avec qui ils cohabitaient.

VUE D'ENSEMBLE DU THÈME « OBJETS »

Le thème « objets » s’est dégagé des données à mi-chemin de la recherche grâce à un jeune pour qui cette relation était prioritaire. Il s’est montré, ultérieurement, parmi les priorités d’un autre jeune. En consultant de nouveau les données antécédentes, j’ai noté que cette relation aux objets, même s’ils ne représentaient pas des éléments fondamentaux pour eux, avait été soulevée. Bien que ce thème ne se fût pas retrouvé de façon

dominante chez la plupart des jeunes, il s'est révélé assez étoffé pour qu'il soit considéré comme important. Il inclut les objets d'expression (art et sport) et l'environnement non humain (le milieu physique : confort, tranquillité, mode de vie...).

La relation aux objets revêtait une certaine importance dans le vécu des jeunes et dans leur intention d'attenter à leurs jours. Ainsi, ils se sont exprimés sur le lieu physique qui pouvait être aidant ou nuisible ; le lieu physique était lié au groupe d'appartenance et au mode de vie. Ils se sont aussi exprimés sur deux types d'objets qu'ils utilisaient essentiellement pour se défouler : le matériel sportif et le matériel artistique.

Durant l'année et demie qui a précédé la tentative, l'art et le sport ont été utilisés par quelques jeunes pour se « libérer » d'émotions dites négatives et diminuer leur niveau de « mal-être ». Cependant, peu avant la tentative, les activités sportives ont été délaissées par manque d'intérêt, en raison de la consommation de drogues ou d'alcool qui engendrait une démotivation, à cause de séquelles d'accidents, etc. Concernant les activités artistiques, je n'ai pas obtenu de données à savoir si elles avaient été maintenues ou abandonnées. Après la tentative, plusieurs jeunes ont utilisé l'art et le sport pour extérioriser des émotions, se défouler, relaxer ou amorcer un contact avec une autre personne.

Le lieu fréquenté par plusieurs jeunes, avant la tentative, a été décrit inadéquat ou nuisible. Un second trajet s'est dessiné : la perte d'un milieu perçu adéquat a été subie. Après la tentative, le jeune a pu rester dans un milieu qui ne lui était pas bénéfique ; au contraire, il a pu avoir trouvé et s'être impliqué dans un milieu qui l'aidait à grandir. L'importance de l'environnement non humain, et principalement de la nature, a été soulevée, surtout par une jeune (Julie) qui y voyait une source de relaxation et de ressourcement, lui permettant de trouver des solutions à ses problèmes et de croire à la vie. Elle trouvait important de s'accrocher à la nature qui ne la décevait pas, contrairement aux humains. De plus, quelques participants ont évoqué l'importance de faire des modifications dans leur milieu ou de se déplacer dans l'espace, de découvrir d'autres lieux, pour « *se changer les idées* » et « *se remonter le moral* ».

DÉTAILS SUR LES OBJETS

LES ACTIVITÉS D'EXPRESSION

Avant la tentative, deux jeunes (Patricia et Joëlle) utilisaient l'art pour accroître leur bien-être, alors que quatre jeunes (François, Patricia, Jean-Marc et Pierre) s'impliquaient dans des sports. Tous pratiquaient ces sports

dans le but de se défouler. Ils ont mentionné qu'ils avaient délaissé les sports avant le geste suicidaire (à cause d'une baisse d'intérêt, d'accidents, d'une accessibilité réduite à l'équipement sportif...)

Comme moi quand je faisais mes poèmes, c'est important d'écrire. Si tu n'es pas capable d'en parler, au moins, écris. Moi, ça m'a aidé beaucoup d'écrire. C'était ma façon parce que moi je n'étais pas écoutée, je n'étais pas comprise. Puis, dans ce temps-là, je n'avais pas de psychologue. Ça fait que je n'étais pas capable de sortir ça. C'était tout comme pogné par en dedans. Ça fait que c'était ma façon d'écrire. (Patricia)

Mettons que tu es en colère ou que tu as de la rage au cœur, s'entraîner, c'est bon. Tu te donnes, ça défoule. Tu forces puis tu sens que tu as forcé. Tu te sens beaucoup mieux après. (Jean-Marc)

J'avais beaucoup de haine, ça fait que je voulais, en faisant du kickboxing, me défouler, sortir toute la haine. (Patricia)

Je n'aimais plus les sports depuis que je me dopais. J'avais perdu tout intérêt dans les sports. (François)

Après la tentative, trois jeunes (Julie, Jean-Marc et Frédérick) utilisaient l'art, spécialement le dessin, l'écriture, la danse, la musique et la sculpture, pour se défouler, extérioriser des émotions ou comme tremplin pour un échange interpersonnel. Sur le plan des sports, quatre jeunes (Sébastien, Joëlle, Mélanie et Frédérick) s'y impliquaient dans le but de se défouler et de relaxer.

J'aime ça travailler avec mes mains. C'est comme ça que je passe mes émotions plus, ça ne paraît pas. Puis tu peux te laisser aller dans tes créations. Il n'y a pas de mode d'emploi à suivre là... Tu peux écrire aussi, ça aide. Moi, je fais ça souvent. (Julie)

Quand j'écoute de la musique, on dirait que ça apaise un peu. Quand je danse, que je me garroche tout partout, ça m'aide aussi, ça me défoule. (Jean-Marc)

J'écris là, tout ce qui me passe par la tête. Bien, j'écris une lettre à la personne avec qui ça va mal; comme ça je ne parle pas, ça fait que je ne dis pas des affaires que je ne pense pas. Si j'écris, bien, tu sais, j'ai le temps de rentrer en contact avec une feuille, là, ce n'est pas pareil, tu sais. Je dis vraiment ce qui me dérange... puis là si la personne elle le lit, ce n'est pas de la merde qu'elle reçoit... Tu sais, elle voit vraiment qu'il y a des émotions sur la feuille, ça fait qu'après elle vient en parler avec moi. (Frédérick)

... faire du sport, premièrement, ça me garde en bonne shape. Deuxièmement, ça m'enlève le stress. C'est comme ça que je relaxe. (Sébastien)

J'aime ça faire du sport. C'est le fun. Natation, basketball, soccer... C'est le fun. Ça défoule. (Mélanie)

LE LIEU PHYSIQUE

Avant la tentative, quatre jeunes ont parlé de l'importance du lieu. Celui-ci était perçu inadéquat ou s'il était adéquat, il a été perdu peu de temps avant le geste suicidaire.

Si j'avais su comment faire des voyages astrals, j'aurais commencé à en faire, mais je n'avais pas de livres... puis à la fin mes parents me les ont enlevés les livres que j'avais. Tu sais, je lisais, moi, je rentrais trop là-dedans. Ils ont vu que c'était peut-être dangereux. C'était beau les livres, ils sont là, c'étaient tous des beaux livres, belles reliures, mais ce qu'il y a dedans, c'est bien beau itou. Mets-moi les pas dans la face si tu ne veux pas que je les lise. Des affaires d'extraterrestres puis tout, il y avait juste ça. (Mathieu)

Puis je restais dans un cinq et demi avec elle puis c'était meublé. On avait nos meubles, puis tout, la laveuse, sècheuse, le poêle, frigidaire. Je commençais à être assez bien. Puis elle est partie... il ne me restait plus rien. Puis là, je suis rendu dans une petite chambre, à loyer, pas plus grand qu'ici, à 230 \$ par mois puis je n'ai même pas une radio pour faire jouer une cassette, tu sais.

Comment tu prends ça ?

Je le prends mal. Ce n'est pas facile... C'est d'un extrême à l'autre. C'est ça l'affaire. C'est que tu as tout, puis à un moment donné, paf, tu n'as plus rien. Tu es dans la rue, tu es traité comme un chien, c'est dégueulasse. C'est un choc aussi. (Jean-Marc)

Après la tentative, neuf jeunes ont parlé de l'influence du milieu sur eux. Trois possibilités ont ressorti : 1) un milieu est demeuré inadéquat, 2) un milieu est devenu nuisible, 3) il y a eu insertion dans un milieu adéquat qui les a aidés à se développer (incluant l'importance de varier les milieux ou l'importance d'entrer en contact avec la nature).

Puis j'ai comme compris que c'était le milieu, les fréquentations, la drogue, qui me mettaient dans des situations compromettantes. (Vanessa)

Je ne serais pas pareille aujourd'hui, sûrement pas aussi ouverte que maintenant. Quand j'étais en centre d'accueil, je ne sais pas, il y a tellement de monde, tellement de sortes de monde, que les préjugés tombent. Puis je ne sais pas, tu grandis, puis ça m'a super gros aidée. Il a fallu que je passe par là, tu sais. (Joëlle)

Aujourd'hui, O.K., je ne me sens pas bien, puis je suis négative. C'est de dire, je me change les idées, je vais sortir, je vais aller voir du monde, je vais aller m'acheter un morceau de linge si c'est possible, je vais faire le ménage chez nous, je vais faire du changement chez nous, tu sais, des fois, juste changer ses meubles de place là, juste changer, juste se faire couper les cheveux, une nouvelle peignure, ou s'acheter un morceau de linge, tu ne peux pas t'imaginer comment ça peut changer quelque chose... bouger, il faut que tu bouges, il ne faut pas que tu restes dans ton petit coin. Juste prendre une

marche, aller n'importe où, mais tu sais tu peux juste aller prendre une marche ou aller voir du monde, déjà là ça va t'ôter l'envie de te suicider. De voir du monde puis de voir du positif un peu ailleurs. (Patricia)

Dans la nature, je me sens libre, je me sens bien. Je suis avec les affaires qu'on a eu de la terre puis qu'on n'a pas besoin de payer puis que, tu es seule, tu es avec les oiseaux, tu es bien. (Julie)

S'il t'arrive un problème et que tu te sens un peu down, puis tu n'es pas dans la nature, est-ce que tu peux arriver à faire la même chose à l'intérieur d'une maison ou non ?

Non, je me sens trop renfermée. Je ne me sens pas libre. Je me sens étouffée. Je me sens égoïste. (Julie)

Il faut que tu t'accroches. Il ne faut pas nécessairement que tu t'accroches à quelqu'un non plus parce que si la personne elle te laisse tomber, tu retombes puis ce n'est pas long.

Il faut avoir plusieurs personnes peut-être.

Même à ça. Tu t'accroches plus à quelque chose. Moi, en tout cas, je ne m'accrocherais pas trop à quelqu'un parce que si jamais, O.K., je suis attachée à [nom de son ami], je suis attachée à [nom de son intervenant], mais je ne peux pas dire que si eux autres ils me laissent tomber, que je ne suis rien. Tu verrais-tu ça ? Je peux m'accrocher à des affaires de la vie qui sont simples, qui ne coûtent pas cher, puis ça va faire pareil là... parce que si tu t'attaches seulement aux personnes, tu vas finir par te faire du mal. (Julie)

LA SIGNIFICATION CLÉ DES OBJETS

La plupart des jeunes avec qui j'ai eu la chance de m'entretenir sont apparus « coupés » des objets qui les entouraient. Lorsqu'ils entraient en contact avec l'un d'eux, il semble que ce n'était que temporairement. En outre, ce contact est apparu limité à une utilisation instrumentale des objets qui se trouvaient non loin d'eux. De plus, ces objets n'étaient pas partagés. Il pouvait y avoir distribution d'objets, mais seuls les aspects techniques comptaient : il ne semblait pas y avoir de réel partage. Nous pourrions résumer la signification des objets par un mot : coupure.

Seuls les objets qui pouvaient se rattacher à l'art, au divertissement ou à l'évasion se sont révélés plus investis. En utilisant des moyens créatifs ou sportifs (articles de sport, matériel artistique, instruments de musique, etc.), le jeune semblait chercher à s'exprimer (de façon non verbale ; il pouvait aussi se montrer intéressé par les vêtements, autre moyen d'expression non verbale). Il est arrivé que les moyens d'expression du jeune n'étaient plus disponibles ou qu'ils étaient moins utilisés, c'est ce qui a semblé se produire peu de temps avant le geste suicidaire.

Est-ce que le fait d'être coupé des objets peut se modifier au fil du temps? Quelques jeunes peuvent arriver à entrer davantage en contact avec les objets, à devenir plus conscients de leurs caractéristiques et, surtout, de leurs possibilités, de leurs potentialités. Ils peuvent également arriver à apprécier des objets situés à l'extérieur de l'espace qu'ils avaient l'habitude de considérer, à élargir leur horizon. Les actions posées dans leur environnement pourront, par conséquent, être modifiées. Ils pourront réaliser des transformations dans leur environnement ou changer d'environnement pour « *voir plus loin que le bout de leur nez* », comme quelques-uns disaient. Espérons que les nouveaux choix augmenteront leur degré de bien-être et amélioreront leur qualité de vie.



LA SPIRITUALITÉ

Peu de recherches ont été menées sur les liens entre le phénomène du suicide chez les jeunes et la spiritualité. Donahue et Benson (1995) ont étudié la « piété » (*religiousness*) en l'identifiant à un engagement religieux, à des valeurs et à des comportements prosociaux – aider les autres, considérer les pauvres, faire du bénévolat, etc. Ils ont trouvé que cette « piété », chez les adolescents, inhibait les phénomènes suivants : les tentatives de suicide, les idéations suicidaires, les abus de substances, la délinquance, la violence interpersonnelle et la sexualité précoce. La « piété » s'est révélée un facteur inhibiteur très important des tentatives de suicide, beaucoup plus déterminant que bien d'autres facteurs fréquemment cités dans les écrits. Ces chercheurs affirment que la « piété », en tant que facteur explicatif, mérite attention.

Kposowa et Payne (1998) ont étudié, pour leur part, la religiosité (*religiosity*). Ces chercheurs soulignent que la religiosité ne se définit pas par une présence à l'église ou par l'appartenance à un groupe religieux, mais par une « religiosité intrinsèque » (*intrinsic religiosity*). Leurs recherches, menées auprès d'adolescents et d'adultes, démontrent que ce n'est pas l'affiliation religieuse qui a une influence sur le suicide, mais cette religiosité intérieure. Par ce terme, ils entendent le degré de contact ressenti avec Dieu et le niveau d'actualisation de la foi dans la vie quotidienne. Dieu est ici pourvu de deux facettes : il accueille le bien et punit le mal (on croit que la personne qui s'est suicidée aura à faire face aux conséquences de son action devant Dieu, et que le « salut » de son âme est menacé, puisqu'elle a agi contre la volonté de Dieu). Kposowa et son collègue allèguent que plus la religiosité intrinsèque est élevée, moins le suicide est vu comme une solution acceptable aux problèmes de la vie.

Plusieurs auteurs, dont Gratton (1996) et Pritchard (1996), ont établi un rapport entre le suicide et les changements marqués qui sont survenus en Occident sur le plan, entre autres, de la religion. Selon eux, la pluralité des alternatives serait une source probable de confusion rendant un choix difficile à faire. Cette réalité a été signalée dans mon étude. Mis au courant des croyances des diverses religions, par des contacts souvent fortuits avec d'autres jeunes, quelques-uns se mettent à raisonner ainsi : « Pour certains, après la mort, Dieu les attend au paradis ; pour d'autres, ils se réincarnent en animal, qui croire ? Où est la vérité ? Il y a à peu près 150 religions, ce ne sont sûrement que des inventions humaines, rien de plus. » Ils décident alors de ne croire en rien, sauf à eux-mêmes. Ils se retrouvent isolés. Ils n'ont pas à répondre à qui que ce soit de leurs gestes (ni à Dieu) : ils n'ont de comptes à rendre qu'à eux-mêmes.

Lefebvre (1993-1994) soutient que les jeunes Québécois de notre époque sont en quête de sens et de spiritualité. Elle avance que l'héritage chrétien a été remplacé par une nouvelle spiritualité complexe reposant sur l'astrologie, le cosmos sacralisé... Elle estime que plusieurs ont perdu confiance en la religion établie et qu'ils s'expriment à l'aide d'un langage abstrait ayant peu de rapport avec la vie, autrui, le travail... (« toucher mon essentiel », « aller vers l'universel », etc.). Cette auteure se demande si ce type de relation au spirituel a quelque chose à voir avec le suicide. N'ayant pas trouvé satisfaction dans la ou les religions, mais ayant soif de trouver un sens à leur vie, certains des participants à ma recherche ont confié qu'ils se tournaient vers d'autres horizons. Quelques-uns ont révélé être à la recherche d'eux-mêmes à travers les horoscopes et les « diseurs de bonne aventure ». D'autres ont parlé de leur implication dans des pratiques occultes, des messes noires, des cérémonies de magie blanche, l'utilisation de talismans, etc. À l'instar de Lefebvre (1993-1994), je m'interroge : ces pratiques seraient-elles en lien étroit avec un vide spirituel qui pourrait mener à des manifestations suicidaires ? Par ses amulettes, ses rituels, etc., le jeune a semblé tenter de s'approprier la vie, chercher à trouver des idées en lesquelles croire, essayer de rencontrer l'espoir.

Selon James (1950), le soi spirituel est l'une des composantes du concept de soi ; il a trait aux aspirations et aux dispositions de la personne. Cette définition se rapproche de la propriété que j'ai nommée « valeurs vécues dans le quotidien » (aspirer au bien, à l'amour ; être disposé à faire le mal, etc.) qui sera explicitée plus loin. Pour Allport (1955), l'identification du soi au-delà des limites du corps est l'un des attributs du soi. On peut extrapoler cette conception à la deuxième propriété de la spiritualité que j'ai identifiée, soit la vie invisible.

VUE D'ENSEMBLE DU THÈME «SPIRITUALITÉ»

Deux propriétés de la spiritualité ont été déterminées : 1) les valeurs vécues dans le quotidien, 2) la vie invisible. Chacune de ces propriétés comprend des sous-propriétés. Les valeurs comprennent l'amour et le bien. La vie invisible inclut l'influence d'entités supraterrrestres et ce qui vient après la mort.

Avant la tentative de suicide, une problématique sur l'amour et le bien est apparue. L'existence de l'amour était remise en question et quelques jeunes pouvaient se sentir incapables d'aimer. Ils pouvaient également se sentir tiraillés entre le bien et le mal. Dans la vie de quelques-uns des adolescents, le bien apparaissait inaccessible. Le mal, signifiant la destruction, dominait lorsque le geste suicidaire (destruction de soi) était posé. Après la tentative, les mêmes problématiques pouvaient exister. Un autre trajet s'est révélé possible : la capacité d'aimer et de faire le bien.

Deux jeunes ont mentionné la possibilité d'être influencés par des êtres invisibles. L'un d'eux les a divisés en deux groupes : les esprits négatifs et les esprits positifs. Avant la tentative, ces jeunes ont dit avoir « *ouvert des portes sur le monde occulte par certaines pratiques* » (magies blanche et noire, invocation des morts). Ils auraient subi une influence négative prenant surtout la forme de violence. Après la tentative, un jeune a continué ces pratiques. Il se demandait si, à travers elles, il avait posé des gestes dommageables. Il se disait sous l'influence « *d'énergies* » qui lui avaient suggérer certaines « *cruautés* ». Après la mort, il croyait au néant et au fait que tout était oublié. Quant à l'autre jeune, après la tentative, il avait investi dans la magie blanche pour ensuite la délaisser et faire place à sa foi en Dieu. Il a exprimé être passé d'un « *enfant de colère* » à un « *enfant de lumière* ». Il croyait que Dieu, à l'heure de sa mort, l'accueillerait, après qu'il eut accompli sa mission sur terre et qu'il eut le plus possible mené une bonne vie. Pour lui, se suicider aurait été un affront à Dieu et à son œuvre.

DÉTAILS SUR LA DIMENSION SPIRITUELLE

L'AMOUR

Un seul jeune (François) a parlé d'amour universel, et il en a parlé à profusion. De la période antérieure jusqu'à la période postérieure à sa tentative de suicide, il a passé d'une prédominance de la haine à une prédominance de l'amour. Trois autres jeunes ont effleuré le sujet. Qu'il s'agisse de la période précédant la tentative ou de celle la suivant, ils se sentaient incapables d'aimer ou se posaient des questions sur l'amour.

Aimer, je pense que c'est la chose la plus importante... Je suis capable d'aimer mes parents, je suis capable d'aimer une fille, je suis capable de m'aimer, je suis capable d'aimer Dieu, même si je ne suis pas encore, tu sais, je ne peux pas dire que je suis parfait dans l'amour, tu sais. C'est quelque chose que je développe, puis avant je pensais que c'était impossible, de m'aimer, parce que je me trouvais trop laid, puis d'aimer les gens parce que je les trouvais trop laids, tu comprends. Ça fait que maintenant je vois autre chose, je vois la créature de Dieu, je vois l'âme qui peut être sauvée n'importe quand ; ça fait que ça c'est différent sur ce point-là. Je suis plus capable d'aimer indépendant des apparences... Ce que j'haïs maintenant c'est le mal, ce n'est pas les gens. Avant c'étaient les gens, j'haïssais tout le monde, je m'haïssais. J'haïssais même mes parents qui avaient fait à peu près tout ce qu'ils pouvaient pour moi, tout ce qui était en leur pouvoir. (François)

Avant je n'attachais pas de valeur à ça, je trouvais ça plate l'amour, tu sais. Mais c'est vraiment riche. C'est tout le contraire. Je ne comprenais pas vraiment bien c'était quoi. Aujourd'hui, je le sais, c'est quoi l'amour. C'est en action puis en vérité, ce n'est pas juste de dire je t'aime ou montrer des marques d'affection. C'est aussi d'être là quand l'autre va mal ou donner à celui qui a faim, des choses comme ça. C'est plus concret. J'ai découvert que l'amour ce n'est pas un sentiment, c'est vraiment un choix. À chaque fois, tu peux choisir d'aimer. (François)

Je suis incapable d'aimer, incapable de m'apprécier comme je suis. (Patricia ; D)

L'amour existe-t-il vraiment lorsqu'on voit tout le temps... la haine et la vengeance partout autour de nous... (Mélanie ; D)

LE BIEN

Un adolescent (François) a exprimé être passé, de la période ayant précédé sa tentative jusqu'à celle l'ayant suivie, d'une prédominance du mal à une prédominance du bien. Une autre jeune (Joëlle), en tout temps, se trouvait tiraillée entre le bien et le mal. Finalement, trois jeunes, avant ou après le geste suicidaire, se situaient dans le mal, car ils disaient se détruire et détruire leur vie. Ils voyaient le bien comme étant inaccessible.

Ce que je fais c'est, comment je pourrais dire ça, c'est néfaste pour moi-même. Tout ce que je fais, ça me détruit un petit peu dans mon quotidien, c'est sûr que mon quotidien et mon mode de vie ne m'aident pas à m'épanouir et à investir du bon côté. (Vanessa)

La vie, je vois ça un peu, la terre, un peu comme l'enfer présentement, ou ce qu'il y a de bien je le vois comme inaccessible... juste le fait de pouvoir avoir des enfants, de fonder une famille, de donner la vie, c'est quelque

chose de bien, puis pourquoi c'est inaccessible, c'est parce que je ne peux pas avoir d'enfant, c'est que juste là, c'est quelque chose que je sais que je pourrai jamais faire, tu sais. (Vanessa)

J'étais tout le temps comme dans le milieu (entre le bien et le mal) sauf que j'étais plus poussée vers le mal. C'était tout le temps un dilemme dans ma tête. Ça a tout le temps été moitié-moitié puis je me chamaillais tout le temps entre les deux sauf que, dans ce temps-là, c'était plus mauvais, plus négatif... C'est sûr que j'ai encore le goût de me détruire, mais c'est moins gros. (Joëlle)

Je périssais faute de connaissances. Je ne savais pas vraiment ce qui était le bien, je ne savais pas vraiment ce qu'il fallait que je fasse. (François)

Avant, j'étais convaincu que je perdais mon temps à essayer d'être bon. Je trouvais que c'était quasiment plus avantageux d'être mauvais, tu sais, d'être malin... Mais en même temps, j'aimais le bien, dans ce temps-là. J'aurais voulu que ce soit le bien qui soit le plus fort dans le monde, mais je voyais tout le contraire, à tous les jours de la vie.

Tu voyais le mal.

Exactement, mais aujourd'hui, c'est différent parce que mes yeux sont ouverts. (François)

Dans la parole, c'est écrit qu'il faut mettre son honneur à vivre tranquillement puis à travailler honnêtement de ses mains, mais dans la loi de Dieu, pas voler tu sais, puis avoir en abondance puis en même temps avoir suffisamment pour donner à ceux qui ont besoin, ça me motive beaucoup. (François)

L'INFLUENCE DU MONDE SUPRATERRESTRE

Ce thème est apparu clairement et fréquemment dans le discours de deux jeunes (François et Mathieu). Avant la tentative, ils se sont impliqués dans des pratiques occultes. L'un se disait sous l'influence d'esprits négatifs ; il invoquait les morts, entre autres, son oncle décédé par suicide. L'autre effectuait des pactes et des rituels tirés de la magie noire ; il vivait aussi des expériences assimilables, semble-t-il, à des régressions hypnotiques, mais non accompagnées. Après la tentative, l'un d'eux était toujours impliqué dans la magie noire et les messes noires ; il se disait sous l'influence « d'énergies » qui lui suggéraient la violence ou le mal. Quant à l'autre adolescent, il s'était d'abord intéressé à la magie blanche pour ensuite la délaisser ; il sentait maintenant que le « Seigneur l'accompagnait » et il s'efforçait de faire le bien. Il définissait le bien ainsi : s'aimer, aimer son prochain, gagner sa vie honnêtement, ne pas s'emporter inutilement.

Il y a une gang de démons qui m'ont entré dedans, puis bien jeune j'avais des idées suicidaires, puis ça a continué tout le temps ça. À cause des portes que j'avais ouvertes sur le monde occulte, j'avais beaucoup de problèmes reliés à ça. J'avais beaucoup de problèmes de comportements, puis de violence. (François)

J'avais commencé à faire de la magie blanche. Puis là, j'ai traîné ça un petit bout de temps, une couple de mois puis après l'esprit m'a convaincu que c'était un idole puis que ça n'avait pas d'affaire là, que je n'avais pas besoin de ça, tu comprends, de mes amulettes, de mes pierres, de mes supposés rituels, je n'avais pas besoin de ça. J'ai découvert aussi que c'était satanique, que ce n'est pas parce que c'était de la magie blanche que c'était bien, tu sais. Comme là, j'ai tout jeté mon stock, j'ai renoncé à ça... Je suis bien mieux parce que je suis vraiment libre. (François)

Avant de le connaître [Dieu], quel intérêt j'avais vraiment de faire le bien ? (François)

Là, je suis plus sur la magie noire. Tu sais des affaires de magie occulte. Je lis beaucoup ça fait que...

Tu lis des choses là-dessus.

C'est sûr sans le croire. Bien en en croyant des parties. En en croyant des parties, tu peux te former une vie là. (Mathieu)

J'ai lu des affaires. Genre, mes parents, ils avaient des livres, genre, de vaudou puis tout ça, toutes sortes d'affaires. Mais là j'ai tombé un peu trop dans le noir. Il y a des affaires que j'ai faites que je ne sais pas si ça peut être dommageables... des formules puis des pactes, avec le sang puis tout. (Mathieu)

Tu regardes quelqu'un, des affaires que tu penses, genre, la cruauté, des affaires que tu peux penser de quelqu'un, mais qui vient tout seul là... des affaires qui me viennent dans la tête, ayoye, ce n'est pas moi, bien tu sais, ça vient de moi mais c'est comme s'il y avait quelqu'un d'autre qui me suggère... Ça ne vient pas de quelque chose ou de quelqu'un, mais de quelque chose de supérieur à moi là. Je ne sais pas comment c'est fait. Les énergies, les énergies... (Mathieu)

APRÈS LA MORT

Deux conceptions de « la vie après la mort » sont apparues dans les discours de trois participants. Pour Pierre et Mathieu, il n'y avait rien après la mort, c'était le néant et tout ce qui avait été fait sur la terre était oublié. Pour François, sa mort ne devait pas survenir avant que Dieu lui-même ne l'ait commandée. Il croyait qu'il ne devait pas mourir avant d'avoir accompli ce qu'il avait à accomplir sur la planète et que s'il mourait avant par sa propre volonté, il en résulterait quelque chose de négatif.

Ça coupe carré, il n'y a plus rien. Je n'ai aucune idée. Il n'y a plus rien, rien, rien. C'est, genre, c'est le chaos. Il n'y a plus rien là. Puis moi, c'est de même que je vois ça, après. Ça fait longtemps que je vois ça de même, après la vie, c'est de même. Tu ne te rappelles pas de ce qui est arrivé. Personne ne sait ce qui est arrivé. Puis il n'y a rien. C'est fini. Comme avant que tu sois né, il n'y a pas personne qui s'en rappelle. À part le monde qui fabule sur le passé là, une vie antérieure. (Mathieu)

Dans ce temps-là, je voulais mourir, mais, en même temps, je ne voulais pas mourir parce que je savais que, si je faisais ça, puis qu'il y avait quelque chose après, j'étais fait; si je n'avais pas passé ce que j'avais à passer sur la terre. Mais la différence, c'est que je ne veux pas mourir, tu sais. Je suis conscient que mourir, dans le fond, c'est avantageux quasiment que je parte. Mais je ne veux pas mourir parce que j'aime Dieu puis j'aime son œuvre ici sur la terre, j'aime son église. Puis je le sais que je ne suis pas à bout de mes surprises, ça fait que, on va rester encore un peu. (François)

LA SIGNIFICATION CLÉ DE LA SPIRITUALITÉ

Deux termes, le manque d'amour et le mal, pourraient résumer la signification clé de la spiritualité pour les jeunes participants à ma recherche qui avaient des intentions suicidaires. La question du bien et du mal fait appel à l'éthique et soulève, en maintes occasions, des débats épineux. L'éthique n'est pas le point central de mon propos. Je ne veux pas faire non plus œuvre théologique; ce débat n'est pas le mien. Je veux plutôt rendre justice aux témoignages des jeunes desquels ces concepts ont émergés. Je crois qu'ils peuvent apporter un certain éclairage ou du moins susciter des réflexions importantes ou encore des questionnements intéressants.

Quelques jeunes ont semblé aux prises avec la haine et le mal qui paraissaient dominer sur l'amour et le bien. Alors, les jeunes ne s'aimaient pas, n'aimaient pas les autres, n'aimaient pas la société, n'aimaient pas la vie. Ils pouvaient vivre l'amour, mais il semble que ces instants n'étaient que passagers. Il en était de même pour le bien, les jeunes passant la majorité de leur temps à investir dans la destruction ou dans les méfaits. Dans une telle phase, ils pouvaient croire qu'ils faisaient le bien et qu'ils vivaient dans l'amour, pensant que c'étaient les autres qui étaient haineux et dans le mal. Ce n'est qu'avec un recul que les jeunes pourront réaliser qu'ils se «*faisaient des accroires*», qu'ils étaient «*perdus, aveuglés, dans le fond*». Durant cette «*période de noirceur*», quelques jeunes ont mentionné qu'ils pouvaient être sous l'influence d'une négativité venant d'un monde supraterrestre.

Nous avons vu que la possibilité d'apprendre à s'aimer, à aimer les autres, à aimer la vie, à développer des aptitudes, à se découvrir des qualités et à les mettre au service du bien existe.

10

**LE SUICIDE :
UN PHÉNOMÈNE COMPLEXE**

Le phénomène du suicide est complexe. Plusieurs auteurs ont traité de cette complexité qui réside dans l'interaction personne-environnement. Quoique les facteurs nommés comme faisant partie de cette interaction soient, à l'occasion, différents ou formulés selon des structures diverses ou des modèles variés, tous s'entendent pour dire que les éléments d'influence du phénomène du suicide sont nombreux et interagissent de façon complexe :

Nous sommes donc en présence de nombreux facteurs de risque qui s'entremêlent et agissent parfois en synergie, parfois de façon isolée, et où la vulnérabilité à ces problèmes varie beaucoup d'un individu à un autre, en fonction de la présence ou non et du degré d'influence de facteurs de protection tels que, par exemple, l'existence d'un confident, le maintien de liens socio-affectifs satisfaisants avec des amis ou des parents, les convictions religieuses profondes pouvant contrer l'action des facteurs de risque (D'amours, 1995, p. 87).

En réalité, le comportement suicidaire est le produit d'un processus interactif composé de facteurs associés (Stillion, McDowell et May, 1989). « Bien entendu, ces facteurs pèsent différemment dans la balance et aucun d'entre eux ne semble être, de façon isolée, le seul facteur ou la seule cause du suicide » (Thibault, 1999, p. 18). Il est nécessaire d'aller dans tous les sens pour s'approcher d'un sens (Chabot, 1997). Comme l'ont aussi relevé les Nations Unies (1996) : le comportement suicidaire a des origines multiples et se développe à travers des chemins complexes. Dans la même foulée, Lemay (1996) a soutenu que ce qui donnait un sens à l'existence d'un jeune, c'était son identité personnelle construite à travers des relations significatives avec la famille, l'école et la société. Morin

(1999) est allée plus loin en affirmant que la complexité du phénomène du suicide des jeunes au Québec relevait d'enjeux individuels, familiaux et sociaux de même que religieux et spirituels. L'appel à de nombreux facteurs provenant de divers secteurs de la vie pour étendre notre compréhension du phénomène du suicide semble de plus en plus admis. Effectivement, il est plus rare d'associer le suicide à un seul facteur explicatif telle, par exemple, la dépression, bien que nous le retrouvions encore chez certains auteurs.

Un mot sur la dépression s'impose ici, car il importe d'apporter des nuances à ce propos. Dans notre société, actuellement, « dépression » est encore un terme galvaudé. Certains l'utilisent comme un terme du domaine du diagnostic, d'autres comme un terme générique. Plusieurs confondent cet état avec l'épuisement professionnel, l'anxiété ou d'autres problèmes de santé mentale, voire la schizophrénie.

De plus, la dépression, si souvent associée aux conduites suicidaires, ne serait, dans la réalité, retrouvée que fort rarement. À ce sujet, Duval *et al.* (1995) ont relevé qu'un diagnostic psychiatrique avait été posé pour 20 % des adolescents qui avaient tenté de se suicider et que parmi ces 20 %, 5 % seulement avaient un diagnostic de dépression. Dans la même veine, Hawton et Catalan (1987) ont trouvé qu'une très petite proportion des personnes ayant fait des tentatives de suicide souffraient de problèmes psychiatriques. Ils ont ajouté que ce type de problème avait été plus souvent retrouvé chez les personnes qui s'étaient suicidées. Cette insistance sur la dépression, concernant les personnes ayant tenté de s'enlever la vie, m'apparaît donc injustifiée. Il se peut que la personne suicidaire soit déprimée (à divers degrés), mais la dépression ne peut en elle-même expliquer ce que vit la personne qui songe à en finir. En outre, bien des personnes dépressives n'ont aucun comportement suicidaire.

Les approches théoriques, non seulement sur le suicide mais aussi sur les tentatives de suicide, sont dominées par la croyance en une psychopathologie majeure (Canetto et Lester, 1995). Outre la dépression majeure, le suicide serait associé aux maladies mentales suivantes : la schizophrénie, le trouble de personnalité limite, le trouble affectif bipolaire (Grunberg *et al.*, 1994 ; Kaplan et Sadock, 1994), les troubles anxieux, les toxicomanies et les troubles alimentaires (Maris *et al.*, 1992). Jack (1992), qui a mené ses études auprès de femmes qui avaient tenté de se suicider, remet en question cette idée que les personnes qui adoptent des comportements suicidaires sont nécessairement perturbées psychologiquement. Il déplore le fait que beaucoup d'accent soit mis sur la psychopathologie et la psychiatrie au détriment du sens subjectif et social.

VUE D'ENSEMBLE DU THÈME « SUICIDE »

Les jeunes que j'ai eu la chance de rencontrer ont fait ressortir plusieurs conditions qui avaient eu une influence sur leur décision de s'enlever la vie. L'analyse de leurs confidences a permis de relever six composants du suicide : 1) les conditions antécédentes, 2) le contexte, 3) la signification du suicide, 4) les conditions subséquentes, 5) les freins au suicide, 6) le goût de vivre.

Chacun de ces composants comprend divers éléments. Les conditions antécédentes à la tentative de suicide ont trait aux émotions (difficulté de gérer les émotions intenses et dites négatives), au soi (impression de faible valeur personnelle), au corps (indifférence, négligence ou critique du corps ; mal-être), aux problèmes (difficulté de résolution des problèmes), aux relations interpersonnelles (isolement), à la société (vision négative et déconnexion de la société), aux objets (lieu inapproprié) et à la spiritualité (« fausses valeurs » et sentiment d'être sous l'influence d'entités supraterrrestres négatives). On notera que ces thèmes ont été explorés au cours des chapitres précédents.

Le contexte de l'acte suicidaire a été déterminé par le moyen que le jeune avait utilisé (médicaments, pendaison, drogues illicites, saut d'un pont, etc.), par son état corporel et émotionnel (ambivalence, fatigue, etc.) et par ce qui primait pour lui à ce moment-là : l'unique pensée de « disparaître » et une centration sur soi accompagnée de l'oubli des autres (sauf pour une jeune pour qui il y avait réminiscence des autres).

Trois significations du suicide ont été dégagées des discours de tous les jeunes : la fin des souffrances, la sortie des problèmes et l'espoir d'être reconnu pour recevoir de l'attention, de l'affection, de l'aide.

Les conditions subséquentes à la tentative comprennent les mêmes thèmes que les conditions antécédentes. D'ailleurs, elles pouvaient leur être identiques, c'est-à-dire qu'une difficulté de négocier les émotions, une impression de faible valeur personnelle, etc., pouvaient subsister. Elles pouvaient, cependant, leur être différentes. Elles pouvaient s'être empirées. Au contraire, elles pouvaient s'être améliorées : une meilleure gestion des émotions, une valeur plus grande accordée au soi, un meilleur soin apporté au corps, une gestion améliorée des problèmes, de meilleures relations avec les autres, une vision plus positive de la société et une meilleure intégration dans celle-ci, un changement de milieu ou un engagement dans un milieu plus approprié, le développement d'une spiritualité apportant une certaine paix ou un mieux-être.

Le frein au suicide le plus fréquemment nommé a été la présence d'une personne chère. D'autres entraves au passage à l'acte ont été soulevées : une meilleure connaissance de soi incluant la confiance en soi

et la maîtrise des émotions, la foi en Dieu, le nonaccès aux moyens létaux, un goût amer laissé par l'expérience d'une tentative de suicide antérieure, une connaissance des ressources d'aide.

Il est apparu que le goût de vivre pouvait changer dans le temps. Avant la tentative, il était faible pour des motifs tels qu'un regard négatif sur soi ou le fait d'expérimenter des pertes. Après la tentative, les trois possibilités suivantes ont émergé : 1) le maintien d'un goût de vivre semblable, 2) un goût de vivre moindre, 3) un goût de vivre accru. Selon les témoignages, le mode de vie, la nature des schémas de pensée, les croyances spirituelles, la qualité des relations interpersonnelles et la mobilisation de soi ont été des facteurs d'influence.

Dans les prochaines sections, ces composants du thème « suicide » sont examinés de plus près.

DÉTAILS SUR LE THÈME DU SUICIDE

LES CONDITIONS ANTÉCÉDENTES

Les conditions antécédentes à la tentative de suicide se retrouvent dans les chapitres précédents. Afin d'éviter la redondance, le lecteur est invité à se reporter aux chapitres 2 à 9 pour plus de détails. Le présent chapitre en produit un bilan.

Durant la période qui a précédé la tentative, nous avons vu qu'en général tous les jeunes éprouvaient de la difficulté à transiger avec leurs émotions qu'ils vivaient de façon intense ; ces émotions étaient dites négatives (chapitre 2). Ils s'accordaient peu ou pas de valeur personnelle ; ils évaluaient que leurs talents étaient insuffisants ou mal utilisés, leur conscience des aspects qu'ils aimaient moins d'eux était plus élevée que celle des aspects qu'ils appréciaient d'eux (chapitre 3). Ils se montraient indifférents, négligents ou critiques envers leurs corps. Ils se sentaient stressés et fatigués (chapitre 4). Certains étaient aux prises avec de nombreux problèmes dont la source était soit un manque d'amour, soit un manque de stabilité, soit un sentiment d'inutilité. Les problèmes pouvaient aussi être dramatisés. On relevait parfois la présence d'un manque de persévérance ou d'un manque d'aide pour régler les problèmes (chapitre 5). Ils étaient isolés et les relations établies avec les autres étaient surtout superficielles ou conflictuelles. Il existait un manque sur le plan de la communication et de l'aide (chapitre 6). Plusieurs avaient une vision négative de la société de laquelle ils se sentaient déconnectés (chapitre 7). Quelquesuns se trouvaient dans des lieux inadéquats et il n'y avait pas exploration

d'autres lieux ; la situation était plutôt statique (chapitre 8). Plusieurs étaient tiraillés entre le bien et le mal ou ils se situaient dans le mal. Ils pouvaient ressentir de la haine envers eux-mêmes, les autres, les situations. Quelques-uns étaient impliqués dans des pratiques occultes (chapitre 9). Toutes ces conditions ou quelques-unes d'entre elles réduisaient leur goût de vivre.

Afin de se replonger dans l'univers des jeunes, voici quelques citations sur les conditions antécédentes à la tentative :

Si la personne elle se sent rejetée, puis elle vit mal ses émotions, c'est comme elle s'enfonce, elle s'enfonce puis elle va penser au suicide. (Frédéric)

Si tu n'as pas confiance en toi, tu vas dire je vais me suicider. Pour toi, la vie est plate. Tu n'as rien qui t'accroche. Si tu n'as rien, tu as seulement des pensées négatives envers toi-même... C'est un sentiment de dépréciation que tu as envers toi, là. (Julie)

Je suis parti. J'étais à bout. J'ai pris mon cash, j'ai pogné mon char puis je suis parti à l'hôtel puis j'ai tout flambé mon argent, puis là j'ai dit : c'est final, final, final. C'était ça, je m'en vais. (Pierre)

Tu sais, tu te suicides, il faut que tu aies au moins une bonne raison. Parce que des fois, tu penses que c'est une bonne raison, puis ça ne l'est pas, tu sais. C'est comme je vais me suicider, je te donne un exemple, je vais me suicider parce que je n'ai pas d'argent ou ma blonde m'a crissé là mais après ça la vie continue, même si tu n'as plus d'argent, regarde plus tard, moi, j'ai été pendant un bout, j'étais déprimée, je n'avais plus d'argent, je n'avais plus, j'avais perdu mon chum puis j'étais tombée enceinte de ma fille... (Patricia)

Tu ne vois pas de but à ta vie, tu es tellement enfoncée là que tu ne vois plus clair. Tu es toute seule. (Patricia)

C'est la drogue, c'est la drogue, mon prochain fixe, mon prochain fixe, mon prochain fixe, mon prochain fixe, sans arrêt. À un moment donné, ça ne marche plus. Je ne suis plus capable là. Puis c'est ça qui fait qu'à un moment donné, on saute la coche puis on ne veut plus rien savoir, on ne voit plus de lumière au bout, il y a juste ça comme motivation, tu n'as pas grand-chose. (Jean-Marc)

Mettons qu'il ferait super froid, qu'il pleuvrait, la police m'arrêterait, etc., ça ne marcherait pas mes affaires, oups là, ça [le suicide] reviendrait à la surface. (Vanessa)

Je priais mon oncle qui s'était suicidé. J'invoquais les morts. J'étais un peu dans l'occultisme. (François)

LE CONTEXTE

Le contexte de l'acte suicidaire s'est défini par trois éléments : le moyen utilisé, l'état corporel et émotionnel du jeune ainsi que sa priorité au moment du geste suicidaire.

Le moyen que le jeune a utilisé pour s'enlever la vie a été présenté dans le premier chapitre (description des participants). À titre de rappel, voici quelques exemples :

J'ai pris un gramme. Puis après ça, j'ai pris encore plus, puis plus. C'était rendu à trois grammes et demi. Puis après ça, bien, on a marché un peu puis c'est là que ça a embarqué. Ça allait mal. J'en ai perdu des bouts. Je sais qu'ils m'ont retrouvée sur un trottoir, dans Montréal... proche de... C'est tout ce que je sais là. Puis après, bien là, eille, tu te réveilles, tu es à l'hôpital, c'est tout un choc. Qu'est-ce que je fais là, moi là ? (Patricia)

Ça s'est passé comme d'habitude, tu sais. J'ai décidé que j'allais à l'école, puis tout, mais ils ont des couteaux, puis tout, ça fait que je suis allée en haut au salon puis je me suis coupée puis c'est tout. Après ça, j'ai pris toutes sortes de médicaments mêlés ensemble. J'étais stone quoi, je ne me souviens plus de ce que j'ai pris.

Puis qu'est-ce qui t'est arrivé ?

Je ne sais pas, j'ai perdu le fil.

Puis quand tu as repris le fil, tu étais où ?

À l'hôpital. (Julie)

Ça a commencé comme d'habitude, j'ai commencé à vendre. Puis après ça, bien, j'ai décidé d'aller au pont puis de sauter en bas [silence]. C'est ça que j'ai fait, puis j'ai manqué mon coup [silence]. (Sébastien)

Tous les jeunes ont décrit leur état au moment de la tentative de suicide. Ils ont rapporté de l'ambivalence, de la fatigue, des émotions intenses et « négatives » telles l'agressivité, la solitude, la déception... Le lecteur se référera au chapitre 2 afin d'obtenir plus de détails concernant les émotions.

Puis là, j'avais la corde à l'alentour du cou puis je pensais à ce que j'allais faire. Si j'allais descendre, ce qui m'attendait. Puis si je me pendais, ce qui m'attendait. Puis s'ils allaient venir me décrocher, tu comprends... (François)

Tu ne penses plus à rien là, une fois que tu es dedans. Avant puis après, mais pendant tu ne penses plus à rien là. Tu embarques là. Tu es trop « primée » pour faire. Avant, c'est sûr que tu y penses, est-ce que je le fais, est-ce que je ne le fais pas ? (Patricia)

Ça se bouscule tout le temps dans ma tête, non, oui, non, oui, non, oui, non, oui. Puis finalement là le oui prend le dessus, puis il me pousse à le faire. (Joëlle)

J'étais fatigué, ben fatigué. Je faisais ben des commissions, ça fait que je me faisais ben de l'argent. Puis ça faisait longtemps que j'étais debout, puis je consommais beaucoup. (Frédéric)

C'était quel genre d'émotions par exemple ?

C'était pas mal mélangé vraiment. Il y avait de la haine, il y avait du regret, un peu de tout. (Sébastien)

Mais j'étais comme : « Fuck man, qu'est-ce qui arrive si, qu'est-ce qui arrive là si je meurs ? » Fuck, là je réalisais ce que je venais de faire. Ça fait que là j'étais frustrée ou j'avais peur. Ça fait que là quand j'avais bien peur j'allais voir les éducs... (Joëlle)

On va maintenant regarder ce qui s'est passé durant les jours et les heures autour de ta tentative. Te souviens-tu comment tu te sentais ?

Toute seule, emprisonnée dans une cage. (Mélanie)

Quant à l'élément que j'ai nommé « priorité », il renferme deux idées principales : une centration sur soi et le fait de disparaître. Trois jeunes ont mentionné que les autres ne faisaient pas partie de leur univers au moment de la tentative ; ils étaient centrés sur eux. Cependant, une autre jeune a indiqué qu'elle avait pensé aux autres en se demandant comment ils réagiraient à sa mort. Cinq autres jeunes ont dit que toutes leurs pensées étaient focalisées sur le fait de partir, disparaître, mourir, se suicider. Seule cette pensée était très présente.

Les autres personnes avaient pas rapport. Je ne pensais pas aux autres. Je pensais juste à moi. (Jean-Marc)

Mais la plupart du temps, c'était beaucoup concentré sur moi-même. Les autres, c'était comme, c'était comme de l'extra, tu sais... Je pensais beaucoup beaucoup à moi... La plupart du temps là, c'était pour moi, j'avais le goût de prendre ce temps-là pour moi, je n'avais pas le goût de penser aux autres. (Joëlle)

Te souviens-tu comment tu te sentais envers les autres personnes ?

Je m'en foutais carrément à ce point-là. (Sébastien)

Te souviens-tu des idées qui passaient dans ta tête ?

Bien, qu'est-ce qu'ils vont faire quand ils vont me trouver morte dans ma chambre, genre, ouais.

Puis qu'est-ce que tu pensais qu'ils feraient ?

Je ne sais pas moi. Je pensais qu'il y en aurait une couple qui seraient malheureux puis une couple qui seraient contents, ouais... (Mélanie)

J'étais déconnectée, je trouve, dans ce temps-là. À ce moment-là, j'étais vraiment déconnectée de tout. Je me foutais de tout. J'aurais pu me faire frapper par un train, ça ne m'aurait pas dérangée là. Là, je n'étais plus là, moi. J'étais comme dans ma tête, il fallait que je meure, j'avais décidé, puis il n'y avait plus rien pour m'arrêter comme. (Patricia)

Dans ma phase plus aigüe, je pensais juste à ça [au suicide], tu sais. (Joëlle)

Je ne pensais plus à rien d'autre qu'à ça [au suicide]. (Pierre)

Moi, je m'en fous, là, tu sais. C'est ça que je te dis, quand tu as une attitude de je-m'en-foutisme, bon, je vais arrêter d'utiliser les hosties de grands mots de centre d'accueil, quand tu te câlisses de tout là, bien c'est ça qui arrive. Tu penses foin de ce qui arrivera, de ce qui arrive, de ce qui est arrivé... La seule affaire, c'est partir. (Mathieu)

LA SIGNIFICATION DU SUICIDE

Pour tous les jeunes, le suicide signifiait la fin des souffrances ; il représentait la seule option pour « ôter le mal ». Six d'entre eux ont aussi mentionné que le suicide représentait la sortie des problèmes. Trois de ces six jeunes ont ajouté qu'il s'agissait d'une « option facile ». Le mot « délivrance » a été prononcé par plusieurs jeunes ; ils parlaient de délivrance des souffrances et des problèmes. Une troisième signification du suicide est apparue chez quatre jeunes : une recherche d'attention. Cette attention pouvait prendre diverses formes : aide, affection, reconnaissance. Il s'agissait, en fait, d'une recherche de contact avec l'autre dans le but d'être reconnu.

Je le sais que, dans le fond, peut-être des fois, je ne veux pas vraiment me tuer, tu sais, je veux juste montrer que j'ai mal tu sais, ou que j'ai tellement mal que j'aimerais ça l'enlever. (Joëlle)

Dans ce temps-là, je voulais arrêter de souffrir. Puis aussi, c'était une façon de demander de l'aide, dans le fond, mais pas d'une bonne façon. Mais c'était une façon dans un sens. (Patricia)

Je voulais juste arrêter la souffrance puis [silence] attirer l'attention pour qu'ils réalisent enfin que j'existais, mais tu sais je peux continuer à rêver parce que ça n'a jamais marché tu sais. Puis il y en a gros des adolescents qui font ça pour ça puis [silence] les parents sont trop cons pour s'en rendre compte. (Julie)

Si tu es proche de la personne, puis qu'elle commence à te faire chier, puis que tu ne vois plus la solution pour la ramener, pour qu'elle arrête, tu n'es pas capable de lui parler, tu trouves seulement ce moyen-là [le suicide]. Après ça, si elle ne le réalise pas, bien tu continues dans le fond jusqu'à ce que tu réussisses. C'est la sortie la plus facile à prendre. (Julie)

Est-ce que tu pensais à quelque chose en particulier ou à quelqu'un ?

La paix.

Peux-tu m'expliquer ?

R.I.P. (Rest in peace), bien quand tu es mort, tu n'as plus de problèmes. (Sébastien)

Ça voulait dire une délivrance, pour moi, c'était comme une délivrance, tu sais. C'est comme s'il n'y avait plus rien après, puis je n'avais plus besoin de me débattre là-dedans.

Une délivrance de quoi ?

De la vie. Ou de la mort plutôt, de la mort spirituelle que je vivais. Parce que c'était faux ça, c'était erroné. Je te dis ça parce que c'était comme ça que je pensais dans ce temps-là, tu sais. Aujourd'hui, je le sais que le suicide, c'est le contraire. C'est comme tu t'enlèves la vie que Dieu t'a donnée. Puis tu n'es pas sur la terre pour rien, tu es ici pour apprendre, tu es ici pour chercher Dieu, tu es ici pour faire l'expérience de la justice, mais, moi, ça je ne le savais pas avant. Ça fait que pour moi la mort, ça faisait comme m'éviter tous les problèmes que j'avais en avant de moi puis que j'avais dans le présent, tu comprends ce que je veux dire. Tandis que maintenant, ce serait le contraire, me suicider, ce serait comme me condamner, ce serait comme ne pas me donner de chances, tu comprends. Ce serait m'enlever ma liberté dans le fond que moi je pensais trouver dans la mort, mais c'est complètement faux, c'est dans la vie qu'elle est notre liberté puis ça, c'est toute une nuance, je vais te dire. (François)

Au sujet de ta tentative de suicide, tu m'as dit que tu faisais ça pour te délivrer.

Oui.

Pourrais-tu m'en parler un petit peu plus ?

Me délivrer de mon enveloppe genre, mon esprit le sortir, lâcher le lien... Mon esprit, tu sais j'ai honte, je suis écœuré de la vie, j'ai honte de la vie. Toutes les affaires que j'ai pu penser ou que j'ai pu faire... (Mathieu)

LES CONDITIONS SUBSÉQUENTES

Les conditions subséquentes à la tentative de suicide se trouvent dans chacun des chapitres antérieurs. Le lecteur pourra lire ces chapitres pour de plus amples détails. Les conditions subséquentes peuvent être semblables aux conditions antécédentes. Elles peuvent s'être empirées. Par exemple, pour les problèmes liés à l'amour et le rapport à la société, les conditions se sont détériorées, pour un jeune ; pour deux jeunes, leur valeur personnelle s'est abaissée. Il importe de rappeler toutefois que, durant cette période qui a suivi la tentative, pour plusieurs jeunes, il existait les possibilités suivantes : un soulagement procuré par une expression plus élevée des émotions, par plus de confrontation et d'acceptation des émotions (chapitre 2) ; une valeur personnelle améliorée (chapitre 3) ; une acceptation et une considération plus grande du corps (chapitre 4) ; une meilleure résolution des problèmes (chapitre 5) ; un sentiment plus grand d'être en lien avec les autres, une meilleure communication, la présence d'une demande d'aide ou une demande d'aide dirigée vers des personnes plus appropriées ou encore une acceptation de l'aide offerte (chapitre 6) ; une vision plus positive de la société et une meilleure intégration dans cette

société – par les rôles (chapitre 7) ; une implication dans un milieu plus adéquat ou une modification du milieu (chapitre 8) ; le fait de se situer dans le bien (« faire une bonne vie ») ; de ressentir de l'amour envers soi, les autres, les situations ; de se lier à des entités supérieures positives, par exemple Dieu (chapitre 9).

Afin de se replonger dans l'univers des jeunes, voici quelques citations se rapportant aux conditions subséquentes à la tentative :

J'ai réalisé que j'aurais pu mourir, ça m'a fait peur... Aujourd'hui, je vais mieux. Aujourd'hui, regarde, je n'aurais pas ma fille si j'étais morte, tu sais. Je suis heureuse maintenant... Je suis rendue avec un chum qui est merveilleux, qui est super fin puis qui prend soin de ma fille, qui est un père pour elle. Je ne pensais jamais que c'était pour m'arriver. Justement parce que j'ai été positive, parce que j'ai changé. J'ai encore des choses à changer parce que ça tu en as toujours des choses à améliorer. Mais je trouve que je suis bien mieux que j'étais avant. (Patricia)

Est-ce qu'il y a autre chose que tu aimerais ajouter sur cette période-là [après sa tentative] ?

Je peux dire que j'avais beaucoup besoin du soutien de mes proches dans ce temps-là, de ma famille.

Et tu l'as reçu ?

Oui, c'était important pour moi ça. Parce que sinon là, je ne sais pas aujourd'hui... (François)

Quand tu dis que tu es capable de prendre tes responsabilités, qu'est-ce que cette capacité-là t'apporte dans ta vie ?

Ce que ça m'apporte ? Ben, ça m'apporte que, ça montre que j'ai confiance en moi. Je suis capable de le faire. Ça m'apporte qu'avant j'étais pas capable de le faire tout seul. (Frédéric)

Je me dis, si ça n'a pas marché il doit y avoir une raison. S'il n'avait pas besoin de moi en haut bien, c'est peut-être que j'ai une job à faire ici puis qu'elle n'est pas faite. En attendant que je la trouve, je m'ennuie puis je ne sais pas si je tough mais j'achève. J'espère d'avoir le temps de remplir mon, d'avoir fait mon, je ne sais pas comment on appelle ça, ce que j'ai à faire sur la terre.

Ta mission.

Oui, c'est ça. J'espère d'avoir le temps d'accomplir ma mission. Puis je pense que ma mission, c'est ma fille. (Jean-Marc)

... premièrement, j'ai sorti de ma dépression. Après ça, je me suis repris en main. J'ai obtenu du b.s. J'ai retourné à l'école. J'avais lâché la drogue pendant un bout de temps, une semaine et demie. Puis après ça, changement de groupe d'amis, plus ou moins. Je suis déménagé... (Sébastien)

J'étais dans la rue là, puis ça allait full mal. Puis là, j'ai réussi à avoir mon b.s., ça fait que je me suis pogné un appart... Là, ma blonde habite avec moi. Puis là, bien, j'ai arrêté de consommer encore. Là, ça va bien. (Frédéric)

...les tentatives de suicide aussi, ils m'ont des fois, ça m'a fait voir des affaires, ça m'a fait réaliser comment que j'aimais la vie souvent. (Joëlle)

LES FREINS AU SUICIDE

Tous les jeunes ont parlé spontanément de ce qui les empêcherait de poser un geste suicidaire. Sept jeunes ont mentionné une personne chère (famille, mère, fille, amis...). Les quatre autres jeunes ont souligné, un à un : la foi en Dieu, la confiance en soi et une maîtrise de soi, la décision de ne plus revivre l'expérience de la tentative à cause des événements désagréables qu'elle entraîne (intubation, séjour à l'hôpital, etc.) ou à cause de son insuccès (« ça ne donne rien, je vais donc vivre au complet ici »), un manque d'accessibilité aux moyens et une connaissance des ressources d'aide.

Ça fait longtemps que je l'aurais fait, mais c'est à cause de ma mère, je pense tout le temps à ma mère. Si je fais ça, ma mère va sauter, hostie! (Pierre)

Aujourd'hui, je peux dire que j'ai la foi. Il n'y a rien qui peut se dresser contre moi puis que je vais trouver ça sérieux, que je vais me dire : voyons donc, il faut que je meure. (François)

En premier, il faut que tu apprennes à te connaître toi-même, puis à ne pas t'accrocher à quelqu'un. Si tu t'accroches à quelqu'un qui te laisse tomber, tu reviens au point de départ. C'est un cercle vicieux. Il faut que tu aies confiance en toi, puis que tu saches gérer tes émotions toi-même pas par quelqu'un d'autre. (Julie)

Je me sentais en sécurité à l'hôpital, au moins, si je capotais, soit que j'allais dans ma chambre, puis il n'y avait rien pour que je puisse me faire mal, ou que je me faisais attacher, ça fait que, comme ça, même si je voulais me tuer, je ne le faisais pas. (Joëlle)

Puis j'ai compris, tu sais, toutes les fois que tu te fais laver l'estomac puis tout ça, des fois ça devient plate puis ça fait mal, tu n'as pas le goût de revivre tout ça. Ça fait que des fois, ça vient influencer des décisions que je prends quand ça va mal. (Joëlle)

LE GOÛT DE VIVRE

Avant la tentative, le goût de vivre a diminué pour maintes raisons : le dénigrement de soi, les pertes, le non-sens de la société... Le dénigrement de soi pouvait être occasionné par les remarques ou les attitudes négatives des autres ou encore par le jeune lui-même qui se jugeait. Pour trois jeunes, ce « dénigrement de soi » avait diminué leur goût pour la vie. Trois autres jeunes ont mentionné que d'avoir subi des pertes leur avait enlevé le goût de vivre. Ils ont parlé de pertes sociales ou financières qui

occasionnaient de la solitude. Quant à Mathieu, voyant tous les aspects insensés de la société, il considérait inutile de se donner des buts ou de faire des plans à long terme. Il n'avait pas envie de vivre dans une telle société ; il n'avait pas le goût d'en faire partie. Il disait qu'il n'était pas heureux sur la planète Terre.

Pour mes parents, la vie, ça ne vaut pas la peine, en tout cas, pour moi, dans ma situation, ils disaient que ça ne valait pas la peine. Pour mon frère, ils disaient la vie est belle. Mais pour moi, ils me rabaissaient tout le temps. Ils disaient tout le temps que la vie, ça ne valait pas la peine d'être vécue, que je n'avais pas d'affaire ici. Ça fait qu'à un moment donné, je me suis mis à le croire. Ce n'est pas ça dans le fond. J'ai ma place comme tout le monde, dans le fond, c'est ça que je me dis. (Julie)

Si tu t'appuies juste sur une personne, puis que tu la perds, vu que ce n'est pas toi puis que tu ne peux pas vivre toujours avec, bien si tu la perds cette personne là, c'est une grosse partie de toi-même qui s'en va avec, il faut que tu recommences à te faire une vie. Il faut que tu recommences tout, mais là tu es tellement déprimée que finalement ça ne te tente pas, ça peut te mener à essayer de te tuer. (Mélanie)

Comment tu peux vivre en sachant qu'il y a du monde qui crève tout le temps là, de misère, de faim, encore, en 99. Comment tu peux vivre de même. Moi, j'ai le goût de donner ma vie, tu sais. (Mathieu)

Après la tentative, plusieurs trajets se sont avérés possibles : 1) le goût de vivre pouvait être semblable à celui qui était ressenti avant la tentative ; c'était le cas d'un jeune (Mathieu), 2) le goût de vivre pouvait être plus bas encore ; c'était le cas d'une jeune (Vanessa), 3) le goût de vivre pouvait être augmenté ; c'était le cas de six jeunes. Le maintien ou la baisse du goût de vivre étaient influencés par un mode de vie difficile, une vision des aspects sombres de la société, une perception que les choses empiraient. Par ailleurs, la foi, la mobilisation de soi (se donner des buts, apprendre, etc.) et des contacts significatifs avec les autres semblaient avoir le pouvoir d'accroître le goût de vivre.

Je pense que la vie, je la connais un petit peu. Je sais c'est quoi. Je sais c'est quoi des « deals » dans le fond là. Tu acceptes de souffrir, puis tu vas vivre. Moi, ce n'est pas dans mon, je ne sais pas, ce n'est pas mon fun là. (Mathieu)

Jusqu'à dernièrement, j'ai toujours été débordante d'énergie... je suis quelqu'un, on peut dire, qui aime la vie... J'ai toujours espéré que ma vie change, que je sois heureuse puis là, le temps passe et moins les choses changent, plus elles empirent. (Vanessa)

Cette capacité que tu as de bouger plus qu'est-ce que tu dirais que ça t'apporte présentement dans ta vie ?

Ça m'apporte [silence] plus le côté de la vie que je ne connaissais pas tu sais, la joie de vivre un peu plus. (Julie)

Quand tu t'occupes, quand tu as quelque chose qui te tient à cœur, tu as plus le goût de vivre, tu sais. Tu as quelque chose qui te retient. Tu as des buts. (Jean-Marc)

... aussi j'ai vu que la vie valait la peine assez d'être vécue, qu'il y avait des affaires assez belles... Quand tu grandis puis que tu acquiers plein d'affaires, ça j'aime ça. J'aime beaucoup apprendre des affaires puis savoir beaucoup de choses. (Joëlle)

Avoir du monde avec moi pour m'aider, des amis, n'importe quoi parce que sinon, oublie-moi. (Mathieu)

LA SIGNIFICATION CLÉ DU SUICIDE

L'idée centrale qui ressortait des témoignages des jeunes concernant le suicide est la suivante : complexité. Ne pas avoir le goût de vivre ou ne pas connaître le sens de sa vie était relié à une multitude de conditions. Ces conditions avaient trait à l'interaction entre l'adolescent et son environnement. Cette interaction était composée de divers éléments dont les suivants : la gestion des émotions, les relations interpersonnelles, le rapport au corps, la perception de soi, le rapport aux objets, la dimension spirituelle, la vision de la société, la vision des problèmes, etc. Il existait des liens entre ces éléments et ils ne semblaient pas linéaires, mais extrêmement complexes. Les hypothèses dérivées de ces constatations sont exposées dans la prochaine section.

QUELQUES BALISES SUR LE CHEMIN D'UNE THÉORIE EXPLICATIVE

Dans l'introduction, le concept de soi a été présenté comme une piste de compréhension du phénomène du suicide. J'ai alors cité des auteurs tels Baumeister (1994) ou Kastenbaum (1992) qui établissaient ce lien entre le soi et le suicide. Le soi, selon L'Écuyer (1978) et d'autres auteurs comme Allport (1955) ou James (1950), englobe les qualités, les « défauts », les rôles, le corps, les émotions, les aspirations... Les écrits de ces auteurs furent une source d'inspiration pour ma recherche. Je me suis aussi inspirée de l'interactionnisme symbolique qui a posé que le soi ne pouvait être conçu que dans son interaction avec autrui et la société. Les résultats de mon étude montrent effectivement que le soi ne peut être conçu qu'en lien avec l'environnement et qu'il est un déterminant du comportement suicidaire. J'ai décidé de le nommer : *le soi interactif*.

Il n'existe pas, à mon avis, d'écrits reliés directement au soi interactif chez les jeunes aux prises avec une problématique suicidaire. Je me contenterai donc, du moins dans un premier temps, de comparer le vocable « soi interactif » avec d'autres termes apparentés trouvés dans la documentation relative au soi.

L'identité, telle que l'a définie Erikson (1966), se rapproche du concept du « soi interactif ». Pour cet auteur, l'identité renvoie au lien entre l'individu et son environnement. Elle implique une position existentielle, un sens de direction, une réciprocité psychosociale, une adaptation, un développement, une reconnaissance prévue de la part des autres significatifs. Dans son modèle, Erikson (1966, 1972) a souligné l'influence des facteurs reliés aux autres et à la société ; il a fait ressortir l'importance des aspects adaptatifs du soi.

Un terme différent, trouvé chez un autre auteur, pourrait aussi s'apparenter au « soi interactif » ; il s'agit du « soi adaptatif » de L'Écuyer (1978). Selon cet auteur, le « soi adaptatif » est composé de la valeur de soi et de l'activité de soi qui comprennent le jugement sur soi suivant des normes (personnelles ou collectives), l'impression d'efficacité, les stratégies d'adaptation, le style de vie, la dépendance, l'ambivalence, l'actualisation de soi. Les jeunes de mon échantillon ont semblé s'évaluer (positivement ou négativement) à partir de leur propre système de valeurs et de celui qui prévalait dans leur environnement, et aussi à partir de leurs actions. Souvenons-nous, par exemple, de Vanessa, qui pouvait se reconnaître de multiples qualités et talents, mais qui jugeait que sa valeur personnelle était nulle, puisqu'elle utilisait ses ressources à mauvais escient, c'est-à-dire pour agir à l'encontre des normes socialement acceptées.

Ces mécanismes relatifs à la valeur de soi rejoignent certaines idées de Harter (1990). Ce dernier a assimilé « valeur personnelle globale » et « estime de soi » qu'il a définies comme étant une construction, un jugement général sur la valeur de la personne. Cette valeur serait évaluée, non pas en combinant des jugements sur des domaines spécifiques, mais en posant une série de questions qui abordent directement son élaboration (p. ex., jusqu'à quel point la personne aime la façon dont elle mène sa vie, jusqu'à quel point elle s'aime, jusqu'à quel point elle est heureuse, etc.). C'est cette construction, qui tient compte de l'interaction entre le soi et l'environnement et qui va au-delà de la simple énumération des qualités, des défauts et des capacités, qui est apparue cruciale dans la décision des jeunes d'attenter à leurs vies.

Cette construction semble s'approcher de la réalisation de soi. Pour sa part, Loevinger (1976) a assimilé « identité » et « actualisation de soi » qu'elle a présentées comme constituant le stade final (le dixième) du

développement du soi, après, par ordre décroissant, la reconnaissance des limites à l'autonomie et la capacité de négocier des conflits internes (autonomie), le niveau transitoire de la conscience à l'autonomie (individualisme), l'intériorisation des règles, le développement d'un sens des responsabilités et l'établissement de buts à long terme (conscience), le niveau transitoire du conformisme à la conscience (conscience de soi), l'identification de son bien-être à celui de son groupe (conformisme), la tendance à mettre la faute sur l'extérieur (protection de soi), l'affirmation de son identité propre (impulsivité), l'établissement d'une relation intime avec la personne qui prend soin de lui (symbiose), la différenciation du soi d'avec le monde extérieur (présociabilité).

Selon Baumeister (1991), ceux qui n'atteignent pas l'actualisation de soi, c'est-à-dire qui ne concrétisent pas leurs potentialités, risquent d'être malheureux. Cet auteur ajoute qu'un manque au niveau de cette force vitale d'expression de soi peut aussi apporter de vives frustrations. Plusieurs des jeunes que j'ai rencontrés ont indiqué qu'ils vivaient dans cet état, notamment avant et pendant le geste suicidaire. Ils avaient des frustrations (de ne pas être reconnus, de ne pas « réussir », etc.) et ils se sentaient malheureux.

Bref, le soi interactif, qui renvoie à l'identité, à l'adaptation et à l'actualisation de soi, est apparu dans mes travaux comme un facteur d'importance chez les jeunes qui ont fait une ou plusieurs tentatives de suicide.

Ce soi interactif est constitué des éléments suivants : la valeur globale du soi personnel et les aspects spécifiques de ce soi (perception des qualités, défauts, talents, réussites, échecs, désirs), l'ensemble des émotions (nature, intensité, actions sur les émotions, conditions antécédentes, conséquences), la relation établie avec le corps (le soin apporté à l'apparence physique [corps et vêtements] et au bien-être physique, l'état corporel et l'écoute des messages du corps), la perception des problèmes et leur résolution (quantité et nature des problèmes, vision des problèmes, actions face aux problèmes, conséquences), la relation à la vie (contexte de la tentative de suicide, conditions antécédentes, conditions subséquentes, freins au suicide, signification du suicide, goût de vivre), la vie sociale (isolement, relations sociales), la communication (donnée, reçue, valorisée), l'aide (demandée, offerte, valorisée), le lieu physique et les activités d'expression (sport et art), la perception de la société (et de la planète), le degré d'intégration sociale, le système des valeurs actualisées dans le quotidien (amour/haine, bien/mal), l'influence d'entités supraterrrestres invisibles. Tous ces éléments se sont révélés des tremplins possibles pour un changement, pour une meilleure adaptation ou une actualisation de soi.

Nous pourrions essayer de répartir ces éléments dans divers types d'environnements tels que l'environnement interne (le jeune), l'environnement immédiat ou l'environnement éloigné. Mais cette tentative est vouée d'avance à l'échec. Par exemple, la vision de la société ferait-elle partie de l'environnement éloigné ? La communication donnée ferait-elle partie de l'environnement immédiat ? Parfois, la vision négative de la société est beaucoup plus proche du jeune que la communication avec autrui ; elle prend beaucoup plus de place dans son vécu quotidien, bien que, concrètement, la société représente quelque chose de plus large que les relations avec les autres.

Tenter d'établir des liens linéaires entre les diverses conditions représente aussi une mission impossible. La réalité semble tout autre : les liens qui unissent ces conditions sont manifestement multiples et variés. Il semble s'agir, en fait, d'un réseau d'interrelations hétérarchiques et complexes. Les relations dynamiques entre les divers éléments représentent autant d'angles pouvant servir à analyser le phénomène du suicide. Un ou quelques-uns de ces liens se montreront plus importants pour certains jeunes, ou pour un même jeune mais à des moments différents. Et même si certaines interactions ne semblent pas actives pour quelques jeunes, elles sont susceptibles d'influencer les processus vécus. Les interinfluences entre les différents éléments du soi interactif apparaissent très dynamiques et riches, comme le démontrent les exemples des paragraphes qui suivent.

Julie a exprimé un lien entre les émotions, les problèmes et le suicide dans son témoignage rapporté à la page 83 ; elle y expliquait qu'elle vivait des frustrations mais qu'elle décidait de ne pas régler les problèmes et de plutôt les fuir à travers le suicide. Mathieu a relié les problèmes aux émotions en disant qu'il vivait les épreuves de sa vie comme des déceptions (p. 36).

Mélanie, dans son discours cité à la page 72, a dévoilé un lien entre le corps et les problèmes : si elle n'allait pas bien physiquement, elle devait s'occuper de cet état, ce qui lui enlevait du temps pour se pencher sur les problèmes de nature psychosociale. Aussi, Julie a relaté, à la page 73, que lorsqu'elle s'était mise à écouter ce que son corps lui disait, ses problèmes s'étaient mis à se résoudre. Pour Jean-Marc, l'accumulation de problèmes lui causait des tensions ; cela pouvait le mener à vouloir se suicider (p. 82). Ce jeune a également démontré qu'il y avait des liens entre le corps et le soi, lorsqu'il disait que c'était la seule chose qu'il avait, son look ; il éprouvait de la difficulté à s'accorder une valeur personnelle (p. 68 et 69). Il a, de plus, établi des relations entre les émotions, le soi et le suicide lorsqu'il a indiqué que se sentant coupable et « pas fier de lui », il ne pensait qu'à disparaître (p. 46).

Patricia a relevé un rapport entre le corps, les émotions et la communication avec les autres lorsqu'elle a dit que le fait de confier à quelqu'un comment elle se sentait lui enlevait de la tension (p. 45). Julie a réuni vie sociale et problèmes (notamment l'instabilité) lorsqu'elle a mentionné, entre autres, que le fait de déménager souvent occasionnait des pertes d'amis (p. 80). Pour Patricia, le fait d'avoir beaucoup de problèmes lui attirait le rejet des autres (p. 89).

Nous pouvons joindre le lieu physique aux émotions, à l'état ou aux problèmes lorsque Vanessa rapporte qu'elle a compris que c'était le milieu dans lequel elle était impliquée qui la mettait dans des situations compromettantes (p. 129) ou lorsqu'elle dit : « *Tant qu'à toujours continuer dans un milieu où je souffrais puis je me détruisais...* »

Un lien entre le corps et la société a été établi par Jean-Marc lorsqu'il a dit : « *Dans le fond, je me suis fait couper les cheveux, c'était pour la cour... Je l'ai été mohawk... probablement que je vais me le refaire parce que je n'ai pas changé de mentalité. C'est jusqu'au jour si je vais travailler, quand je vais travailler, je vais être obligé de l'enlever...* »

Dans les écrits de Mélanie, une relation entre la société, les émotions et le goût de vivre est apparue :

Soir, noirceur, peur, vengeance, cruauté, meurtres, viols, drogues, danses, danseuses, violence, vols, menaces, guerres, gangs, prostitution, mort, pauvreté, misère, femme, sans-abri, hier, aujourd'hui, demain, passé, présent, futur, pire en pire, toujours... A-t-on une réelle raison de vivre si on est jamais en paix ? (Mélanie ; D)

François a souligné l'importance de la spiritualité dans sa décision d'attenter ou non à sa vie lorsqu'il a expliqué que sa foi était, pour lui, le plus grand frein au suicide (p. 149) et que d'actualiser des valeurs telles que l'honnêteté ou la bonté le motivait à vivre (p. 135). Il avait mentionné que son implication dans les pratiques occultes, durant la période qui avait précédé sa tentative, avait été un moteur important de son comportement suicidaire (p. 136).

Patricia a illustré un lien entre la communication reçue et l'isolement lorsqu'elle a exprimé son sentiment de solitude à la suite des jugements perçus de la part des autres, de leur manque de compréhension (p. 94). Ce lien peut aller dans l'autre direction, comme l'a indiqué Julie, lorsqu'elle a mentionné que sa tendance à se tenir dans son coin empêchait les autres de l'approcher (p. 94).

Je pourrais continuer de fournir des exemples, pour chacun des éléments, mais cette démonstration serait fastidieuse ; les différents chapitres de ce livre regorgent de ces exemples. Ce qu'il importe de retenir, c'est que les liens entre les éléments et à l'intérieur des éléments sont multiples,

variés et même personnalisés. La « teinte » des relations diffère selon les personnes, les moments et les situations. Ces relations sont, pour la plupart, dynamiques ou peuvent le devenir ; elles peuvent changer dans le temps.

Seuls trois éléments sont demeurés stables : la perception des « défauts », l'apport du vêtement à la perception de soi, l'état de fatigue et de stress. L'expression par l'art pourrait être ajoutée à cette liste, mais vu les données manquantes sur la période du « pendant la tentative », il est hasardeux de se prononcer sur cet élément. Il est clair que, dans le cadre de cette seule étude, avec les limites qui lui sont inhérentes¹, il est impossible d'embrasser la globalité du phénomène de la tentative de suicide chez les jeunes Montréalais. Une prolongation de la recherche dans le temps ou la rencontre d'autres jeunes révélerait peut-être que ces éléments sont, eux aussi, dynamiques.

Malgré les limites de l'étude, je crois que les différents éléments découverts peuvent servir à l'ébauche d'un modèle. Avant de présenter cette ébauche, rappelons-nous les thèmes, qui ont émergé de l'analyse des témoignages des adolescents, accompagnés de leurs composants et de leurs sous-composants. Dans la liste suivante, des jalons énumératifs ont été utilisés pour simplifier le repérage des subdivisions.

1. Émotions

1.1 Nature des émotions

1.2 Intensité des émotions

1.3 Actions sur les émotions

1.3.1 Accumulation/expression

1.3.2 Anesthésie/vécu de l'émotion

-
1. 1) Seul le point de vue des jeunes a été considéré ; d'autres points de vue d'importance tels ceux des parents, des éducateurs, des amis ou d'autres personnes significatives n'ont pas été recherchés.
 - 2) La collecte des données a eu lieu après la tentative. La nature de la recherche n'a pu permettre qu'il en soit autrement ; il est alors possible que certains détails aient été perdus.
 - 3) Dans le traitement et les interprétations des données, des biais, liés au fait que l'instrument était humain, ont pu se glisser.
 - 4) Des variables telles la classe socioéconomique, l'origine ethnique, la religion, etc., n'ont pas été considérées. Les effets de ces facteurs n'ont pas été étudiés.
 - 5) Le nombre de participants était peu élevé (11) ainsi que le nombre d'entrevues auprès de chacun d'eux et le nombre de documents étudiés (total : 25 entrevues et 5 documents).
 - 6) La durée de l'étude a été courte (un an et demi).
 - 7) La recherche s'est rattachée à une spécificité géographique (les 11 participants habitaient sur l'île de Montréal et 8 d'entre eux provenaient, notamment, du centre-ville).
 - 8) Une généralisation des résultats n'a pas été recherchée. Seule une transférabilité devient possible, c'est-à-dire que le degré d'application des conclusions de cette étude dépend du degré de similitude entre les jeunes et les contextes dont il sera question et les jeunes et les contextes de la présente étude.

- 1.4 Conditions antécédentes
- 1.5 Conséquences
- 2. Soi
 - 2.1 Aspects du soi
 - 2.1.1 Qualités/défauts
 - 2.1.2 Réussites, talents/échecs
 - 2.1.3 Désirs
 - 2.2 Valeur globale du soi
 - 2.2.1 Nature du soi
 - 2.2.2 Conditions d'influence
- 3. Corps
 - 3.1 Apparence physique
 - 3.1.1 Corps
 - 3.1.2 Vêtements
 - 3.2 Corps-être
 - 3.2.1 État
 - 3.2.2 Soin
 - 3.2.3 Écoute
- 4. Problèmes
 - 4.1 Nature des problèmes
 - 4.1.1 Amour
 - 4.1.2 Utilité
 - 4.1.3 Stabilité
 - 4.2 Ampleur des problèmes
 - 4.3 Actions face aux problèmes
 - 4.3.1 Décision/mobilisation
 - 4.3.2 Persévérance
 - 4.3.3 Environnement
 - 4.4 Vision des problèmes
 - 4.5 Conséquences
- 5. Relations interpersonnelles
 - 5.1 Vie sociale
 - 5.1.1 Isolement
 - 5.1.2 Relations sociales
 - 5.2 Communication
 - 5.2.1 Communication donnée
 - 5.2.2 Communication reçue
 - 5.2.3 Communication valorisée
 - 5.3 Aide
 - 5.3.1 Aide demandée
 - 5.3.2 Aide offerte
 - 5.3.3 Aide valorisée

- 6. Société
 - 6.1 Vision de la société
 - 6.2 Rapport à la société
- 7. Objets
 - 7.1 Activités d'expression
 - 7.1.1 Art
 - 7.1.2 Sport
 - 7.2 Lieu physique
- 8. Spiritualité
 - 8.1 Valeurs vécues dans le quotidien
 - 8.1.1 Amour/haine
 - 8.1.2 Bien/mal
 - 8.2 Vie invisible
 - 8.2.1 Influence d'entités supraterrrestres
 - 8.2.2 « Après la mort »
- 9. Suicide
 - 9.1 Signification du suicide
 - 9.1.1 Fin des souffrances
 - 9.1.2 Sortie des problèmes
 - 9.1.3 Reconnaissance
 - 9.2 Conditions antécédentes
 - 9.3 Conditions subséquentes
 - 9.4 Contexte
 - 9.4.1 Moyen utilisé
 - 9.4.2 État
 - 9.4.3 Priorité
 - 9.5 Freins au suicide
 - 9.6 Goût de vivre

Dans la période « avant-pendant » la tentative de suicide, les conditions (thèmes, composants, sous-composants) semblent surtout liées par des lignes arquées formant des cercles plus ou moins grands, selon qu'ils sont composés de deux éléments ou plus. La figure 1 donne un exemple de liens au niveau des composants des thèmes d'influence sur la conduite suicidaire. Dans ce schéma, la chaîne suivante est illustrée : la perception que les problèmes sont sans issue et le fait de ne pas se mettre en action pour les résoudre peut occasionner de la tension physique et un état émotionnel « négatif » qui peut entraîner une perception négative de soi qui, à son tour, peut amener l'adolescent à s'isoler. Cet isolement ne l'aide nullement à résoudre ses problèmes. Et la roue peut continuer de tourner ainsi. Notons que cette roue peut en comprendre de plus petites, par exemple, la valeur globale du soi pourrait être liée directement à la vision et à la résolution des problèmes.

Figure 1
Un exemple de cercles liant les composants

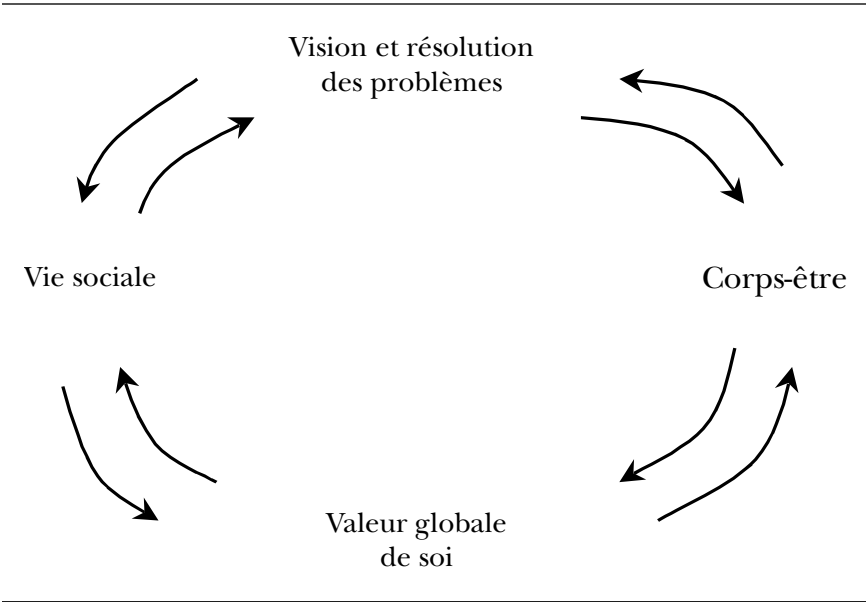
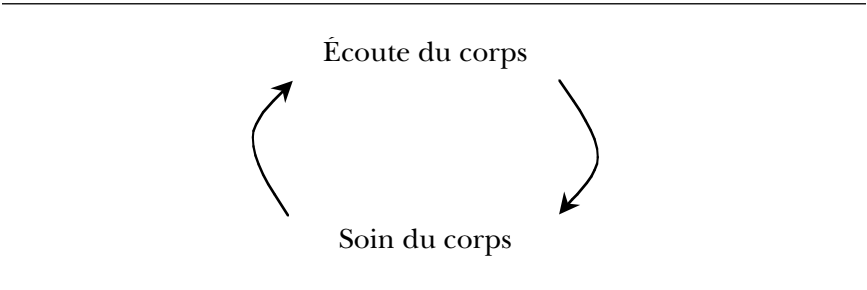


Figure 2
Un exemple de cercle liant les sous-composants



La roue peut également tourner dans l'autre sens : le fait d'avoir des problèmes amène parfois le rejet des autres. Ce rejet peut faire en sorte que le jeune s'accordera moins de valeur. Cette pauvre image de soi pourra engendrer de la tension et des émotions pénibles qui pourront occasionner des problèmes.

La figure 2 fournit un exemple de cercle au niveau des sous-composants : le manque d'écoute du corps peut empêcher l'adolescent de prendre soin de lui physiquement ; cette absence de soin peut entraver, à son tour, l'écoute du corps.

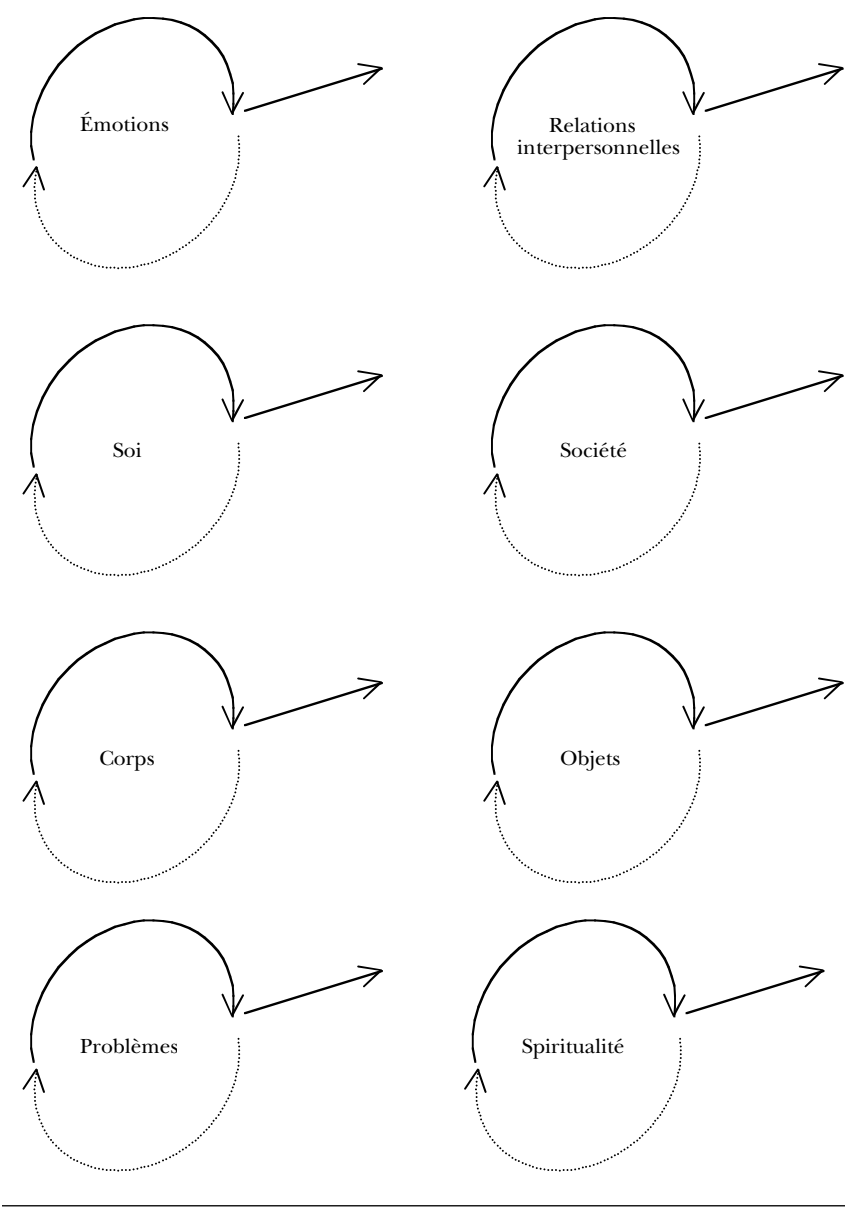
Dans la période ultérieure à la tentative de suicide, ces « cercles vicieux » peuvent continuer d'agir. L'adolescent se trouve alors dans une sorte de statu quo, du moins pour un certain temps. Cette situation peut s'illustrer par une courbe fermée où le jeune tourne en rond. Les figures 1 et 2 s'appliquent. C'est comme si le passage à l'acte n'avait rien changé pour lui. Qu'il soit dans l'espace-temps situé avant ou après l'acte suicidaire, il considère qu'il n'a pas changé et qu'il en est de même de ses conditions de vie. Il continue d'avoir une pauvre qualité de communication avec son entourage, d'envisager les problèmes comme insolubles, de se percevoir négativement, etc. (soi inchangé).

Mais il existe d'autres possibilités. Au lieu de tourner en rond sur le même palier, l'adolescent peut s'enfoncer de plus en plus dans la négativité (gestion empirée des émotions, relations interpersonnelles aggravées, non-sens de la société perçu avec encore plus d'acuité, etc.). Cette situation peut s'illustrer non pas par un cercle mais par une spirale. La spirale représente une courbe ouverte qui traverse plusieurs paliers de profondeur. Cette spirale étant « négative », elle se dirige vers le bas (soi empiré). Cette spirale et les cercles vicieux décrits plus haut font partie des « engrenages vicieux ».

Néanmoins, dans la période qui a suivi l'acte suicidaire, une autre possibilité s'est dessinée : celle de sortir de ces « cercles vicieux » (soi amélioré). Il semble que cette sortie puisse s'effectuer sur l'un ou l'autre des espaces suivants : les émotions, les pensées sur le soi, la relation au corps, la perception des problèmes et les actions posées sur eux, la relation aux objets, les relations interpersonnelles, la relation à la société, la spiritualité (figure 3). Il s'agit en fait de portes ou de corridors de sortie.

Le jeune, une fois sorti, dans quel type d'espace se trouve-t-il ? Les liens entre les conditions d'influence de ce nouvel univers semblent s'illustrer encore par des courbes, qui finissent par former des cercles. La forme des schémas des figures 1 et 2 serait applicable, mais le contenu différerait, il serait plus « positif » : percevoir les problèmes comme des occasions de croissance et s'activer pour les résoudre peut susciter une détente physique et un état émotionnel positif qui peuvent engendrer une perception positive de soi qui, à son tour, peut améliorer les relations avec les autres. Ces meilleures relations interpersonnelles peuvent favoriser la résolution des problèmes et la roue continue de tourner. La roue peut également tourner dans l'autre sens. Il en est de même pour les liens entre les sous-composants : une écoute du corps peut inciter à prendre soin du corps, et ce soin, à son tour, peut favoriser l'écoute. Il semble que ce soit à

Figure 3
Niveaux possibles de sortie des cercles vicieux dans la période
subséquente à la tentative de suicide



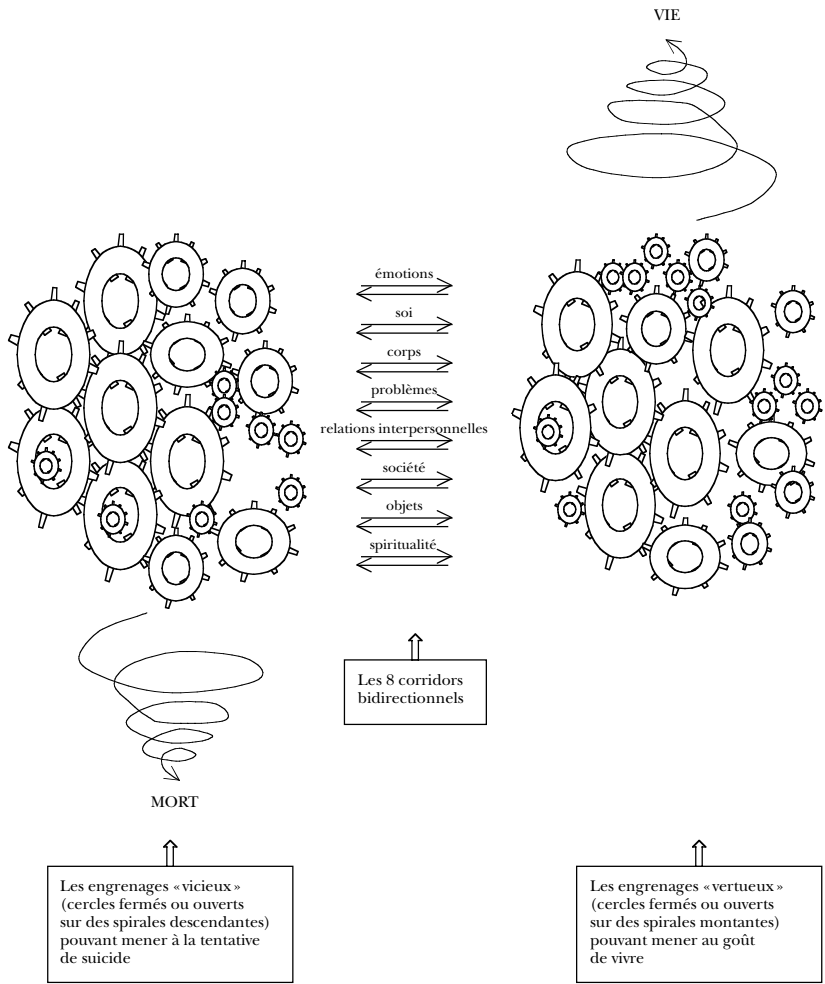
l'intérieur de ces cercles « vertueux » que se trouve ce qui manque au jeune : la reconnaissance, la « rassurance », la connexion avec lui-même et ce qui l'entoure, un apaisement des paradoxes vécus.

Une fois sortis de l'engrenage des « cercles vicieux », certains jeunes peuvent y retourner. Ce retour aux « cercles vicieux » semble s'effectuer par les mêmes corridors empruntés pour en sortir. Par exemple, la rencontre d'un stresser, jugé trop grand, poussera le jeune à retourner « au connu » pour se sécuriser. Le corridor étant accessible, le jeune pourra ensuite l'emprunter de nouveau, mais cette fois vers l'autre direction, vers les « cercles vertueux ». Il pourra demeurer dans l'engrenage des « cercles vertueux » plus longtemps que lors de la première fois. À force de répétition, le jeune comprendra qu'il est plus « économique » pour lui de rester dans ces « cercles vertueux ». Souvenons-nous, par exemple, de Jean-Marc, qui se disait être dans ce mouvement de va-et-vient entre les deux systèmes de roues et dont les retours « au connu » étaient de moins en moins fréquents et de plus en plus courts, ou encore de Joëlle, qui semblait être sur le point de rester désormais dans l'univers des « cercles vertueux ».

Nous pouvons présumer qu'un jeune qui se maintient dans les « cercles vertueux » pourrait arriver à aller encore plus loin dans son développement, ce qui pourrait s'illustrer par une spirale montante. Certaines sections des témoignages de François et de Patricia, entre autres, laissent supposer qu'ils auraient vécu cette trajectoire. Cette spirale et les « cercles vertueux » décrits plus haut font partie des « engrenages vertueux ».

Bref, les hypothèses pourraient s'illustrer par deux types d'engrenage, « vicieux » et « vertueux », reliés par des corridors bidirectionnels (figure 4). Les cercles, à l'intérieur de chaque type d'engrenage, représentent, en fait, les huit catégories (émotions, soi, corps, problèmes, relations interpersonnelles, société, objets, spiritualité) accompagnées de leurs 23 composants et de leurs 32 sous-composants (dans l'illustration, le nombre n'est pas exact en raison de limites techniques). Ces cercles plus ou moins grands se touchent de façon directe ou indirecte, sur un ou plusieurs points, et parfois ne se touchent pas du tout (p. ex., celui de l'état du corps qui désigne un taux élevé constant de stress et de fatigue). Ces réseaux de cercles, de points de contact, de distances et de relations peuvent se situer sur différents niveaux de profondeur, par exemple, la gestion des émotions en lien avec le concept de soi peut être plus basse que le soin du corps et la pratique sportive. Ils peuvent demeurer sur un même niveau ou changer de niveau, vers le haut ou vers le bas. S'ils traversent plusieurs niveaux de profondeur, ils prennent alors la forme de spirales.

Figure 4
Ébauche d'un modèle axé sur le soi interactif dans le contexte de la tentative de suicide chez les jeunes



Nous avons vu qu'il est possible de passer d'un type d'engrenage à un autre en empruntant un ou plusieurs des corridors bidirectionnels. Ces mouvements, pour certains jeunes, apparaissent tributaires des situations et des moments. Le goût de vivre ou la conduite suicidaire (le neuvième thème) englobe ces engrenages. Les engrenages « vicieux » peuvent conduire à la tentative de suicide alors que les engrenages « vertueux » peuvent mener au goût de vivre.

Rassemblons maintenant les nombreux éléments relevés tout au long des chapitres, autant pour des fins de description que d'explication, sous cinq hypothèses de travail :

1. Dans l'intervalle entre la période qui a précédé la tentative de suicide et celle qui l'a suivie, le soi perçu par le jeune peut changer de façon positive ou négative ; il peut aussi demeurer inchangé. Il s'agit du soi interactif.
2. De nombreuses conditions influent sur les changements du soi ou sur l'absence de changement du soi. Ces conditions se situent dans l'interaction entre le jeune qui a posé un geste suicidaire et son environnement.
3. Les conditions de l'interaction soi-environnement sont les suivantes : les pensées sur le soi (soi global et aspects spécifiques du soi), la relation aux émotions, la relation aux problèmes, le rapport au corps, les relations interpersonnelles, les relations aux objets, la vision de la société et le rapport établi avec elle, les constituants de la spiritualité.
4. Des liens complexes, multiples, variés, voire personnalisés, existent à l'intérieur de ces conditions et entre elles. Même s'ils n'entrent pas tous en jeu pour un individu donné à un moment précis, ils peuvent avoir une certaine influence puisque les différents éléments semblent agir les uns sur les autres. Les liens ne sont pas qu'unidirectionnels et ils ne se limitent pas non plus à un seul plan d'espace. Pour diverses raisons (apparition soudaine de plusieurs problèmes, déception dans une relation avec une personne significative, obtention d'un emploi, réception d'un cadeau, etc.), il peut se produire un déplacement (à la hausse ou à la baisse) sur la graduation d'un des éléments et, plus précisément, sur la graduation des différentes particularités de cet élément (nature positive/négative, degré de réception, degré de transmission...). Ce changement peut affecter l'ensemble ou une partie des relations. Cet impact dépend indéniablement de l'état des relations au moment du changement, de la situation sur les divers continuums des composants.
5. La tentative de suicide apparaît liée de près au soi interactif composé non seulement des relations établies avec soi, les personnes, les objets, mais aussi du lien établi avec la société et la spiritualité. Le jeune serait à risque de comportement suicidaire lorsque les niveaux des composants suivants seraient bas : les pensées positives sur le soi, la gestion des émotions, l'écoute et le soin du corps, la résolution des problèmes, le goût de vivre, l'aide, la communication, les

rapports de qualité avec les autres, la participation à des activités non verbales d'expression, un lieu physique adéquat, une vision positive de la société, une intégration dans la société, l'actualisation des valeurs d'amour et de bien, la foi. Lorsque les niveaux de ces composants seraient élevés, ils pourraient devenir, au contraire, des facteurs de « protection » contre le comportement suicidaire.

11

**L'INTERVENTION
AUPRÈS DES JEUNES****LES TYPES D'INTERVENTION**

Que ce soit dans les organismes sociaux, dans les centres de santé ou dans les institutions scolaires, les aidants abordent le suicide soit dans le cadre d'une action de formation, soit dans celui de la relation d'aide. Les questions qu'ils se posent et leurs réponses tournent autour de la prévention du suicide.

Selon Caplan (1964), trois niveaux de prévention peuvent être envisagés. La prévention primaire, qui vise à faire en sorte que la crise n'apparaisse pas, renvoie à la réduction des facteurs qui déclenchent les problèmes et à l'amélioration des conditions qui favorisent la santé. La prévention primaire se produit donc avant la crise et lorsqu'on parle de cette mesure, on omet souvent le mot « primaire » pour ne garder que celui de « prévention ». On cherche alors à empêcher l'apparition du suicide ou encore à identifier les facteurs susceptibles de provoquer la crise suicidaire. La prévention secondaire, quant à elle, comprend les interventions qui sont faites au moment de la crise. Nommée aussi « intervention », elle arrive pendant la phase suicidaire qu'elle cherche à apaiser. Par ailleurs, la prévention tertiaire concerne les mesures qui visent à empêcher la répétition de la crise et à réduire le taux des effets résiduels. Ce type de prévention désignée également sous le terme « postvention » survient après la crise (Association québécoise de suicidologie, 1990).

Bien que des distinctions existent entre la postvention, l'intervention et la prévention, ces diverses modalités s'entremêlent souvent naturellement. Lors d'une activité de postvention, une intervention peut être faite, par exemple, auprès d'un ami de la personne suicidée après qu'elle a

dévoilé ses idées et son plan suicidaire. Une action préventive peut avoir lieu auprès d'un proche lors d'une intervention avec un adolescent en crise suicidaire, etc.

Pour aider à prévenir le suicide, certains éducateurs donnent des conférences, s'impliquent dans des ateliers thématiques, animent des soirées d'échange, etc. Ces activités se situent, en général, davantage sur le plan de la prévention (primaire). Les objectifs de ces rencontres sont de sensibiliser et d'informer sur la problématique du suicide, de présenter des notions sur l'intervention, de permettre l'expression du vécu ou des besoins des participants et d'amorcer une réponse à ces besoins, de fournir des informations sur les ressources d'aide disponibles. Ils renseignent alors les proches des personnes suicidaires, les endeuillés par suicide, les autres groupes pouvant être à risque ainsi que la population en général sur différents thèmes : le vécu de la personne suicidaire, les signes précurseurs, le déroulement de la crise, le processus suicidaire, les mythes reliés au suicide, etc. Ils leur offrent des pistes pour l'intervention : parler ouvertement du suicide, évaluer l'urgence, encourager l'expression du vécu, identifier des ressources d'aide, établir un contrat de vie, etc. Ils leur proposent des idées et des actions pour prendre soin d'eux-mêmes : partage de leurs émotions, respect de leurs limites, distinction aidant/sauveur, perception de la personne suicidaire comme active et responsable, création d'un réseau de soutien, etc. Les éducateurs croient que c'est trop souvent le manque de connaissances, plus que l'indifférence, qui empêche de prévenir le suicide. Ils admettent donc l'importance de s'informer. Ces informations doivent s'appuyer sur des bases solides.

Les intervenants sociaux ou les professionnels de la santé s'intéressent aussi beaucoup à l'intervention. Ils déploient des efforts pour venir en aide aux personnes qui ont des idéations suicidaires ou encore qui ont fait une ou plusieurs tentatives de suicide. Lorsqu'ils interviennent, ils utilisent leur capacité d'être en relation ainsi que certaines techniques. Ils s'enquière de l'état de la personne, de ce qu'elle pense, de ce qu'elle ressent, de ce qu'elle fait de son temps, etc. Ils cherchent à connaître l'événement ou les événements déclencheurs de la crise, les besoins, les ressources disponibles, les actions posées et leurs résultats... Ils répondent aux questions. Après avoir pris connaissance des besoins de la personne suicidaire, ils lui enseignent ce qui pourra lui être profitable : la légitimation et la régulation des émotions, la gestion de la colère, la tolérance à l'attente, la revalorisation de la vie, la négociation des manques ou des abus, l'expression du vécu, le sens de la discipline, l'apprentissage du droit inconditionnel d'exister, l'acquisition de l'estime de soi, la brisure de l'isolement, la protection, etc. Les intervenants restent à l'affût des nouveaux

développements sur la question du suicide pour satisfaire leurs besoins en formation continue et pour toujours intervenir de la façon la plus efficace possible.

Malgré les très nombreuses recherches qui ont été entreprises sur le suicide, au cours des dernières décennies, nous comprenons encore mal ce qui pousse les gens à poser des gestes suicidaires, comment ils en arrivent là et ce qu'ils font ou ce qui est fait pour qu'ils « *s'en sortent* ». Pourtant, ces données sont fondamentales pour la prévention, qu'elle soit primaire, secondaire ou tertiaire.

Je crois que les conclusions de la recherche constructiviste que j'ai entreprise, malgré les nombreuses limites dont j'ai déjà fait mention, ont su apporter quelques indices pour mieux comprendre le phénomène de la tentative de suicide chez les jeunes Montréalais du Milieu de la rue.

L'un des rôles des programmes de prévention du suicide et des personnes qui côtoient ces jeunes (sans exclure la volonté et l'action des jeunes eux-mêmes) est de confronter les perceptions du jeune suicidaire à une réalité plus large. Les perceptions du jeune peuvent d'abord être de cet ordre : Comment pourrait-il avoir envie de vivre lorsque ses émotions sont presque toujours désagréables et envahissantes, voire intolérables ? Comment pourrait-il aimer vivre lorsqu'il se réveille déçu, triste et en colère, que ces émotions lui « *collent à la peau* » toute la journée et qu'il s'endort le soir encore déçu, triste et en colère ? qu'il a toujours aussi peur et mal et qu'il n'a que le morceau de carton qui lui sert de sac de couchage pour verser ses larmes et confier ses blessures ? Comment pourrait-il avoir le goût de vivre lorsqu'il sait qu'il n'a pas su se faire aimer ou se rendre utile, ou que peu importe ce qu'il dira ou fera, il ne sera qu'un « moins que rien » ou un « vaurien » et qu'il se fera critiquer, juger, rejeter ? Comment pourrait-il désirer vivre lorsque la vie n'est qu'un « paquet de problèmes » et qu'elle ne lui laisse aucun répit ? Comment pourrait-il avoir envie de vivre sur une planète où ne règnent que des non-sens, une absence d'humanité, des abus de pouvoir ? Comment pourrait-il avoir le goût de vivre lorsque le sens de sa vie et de la vie lui est voilé par ignorance spirituelle ? Il importe d'aider l'adolescent à réellement se connaître et à découvrir les ressources de son entourage, puis de le soutenir pour qu'il y trouve sa place.

Au chapitre précédent, les éléments qui constituaient le soi interactif ont été présentés et je les ai illustrés par deux systèmes d'engrenage (les spirales et les cercles « vicieux » et les spirales et les cercles « vertueux ») rattachés par des corridors bidirectionnels.

L'objectif des activités préventives du suicide, c'est de faire en sorte que les jeunes passent des « engrenages vicieux » aux « engrenages vertueux » avant qu'il n'y ait recours à un geste suicidaire. Si le geste a déjà été posé, l'objectif sera le même : passer des « engrenages vicieux » aux « engrenages vertueux » et se maintenir dans ces derniers. À l'intérieur de ces « engrenages vertueux » se trouvent des éléments de protection du comportement suicidaire. Comment arriver à aider les jeunes à passer d'un univers à l'autre ? Nous avons compris que plusieurs portes de sortie étaient possibles : une bonne gestion des émotions, une vision positive de la société, des relations interpersonnelles de qualité, etc. Il « suffit » (ce n'est pas chose nécessairement facile, mais sûrement possible par le biais d'une interaction et d'une négociation avec le jeune concerné) de trouver la porte ou les portes qui conviendront à chaque jeune. Ces portes peuvent différer dans le temps. Il est primordial que l'approche soit personnalisée et adaptée aux situations vécues.

Voyons quelques exemples. Pour un jeune, à une certaine période, l'accent sera mis sur la résolution des problèmes (en lien ou non avec les émotions, le corps, les relations avec les autres, etc.). Par la suite, en revanche, ce sera plutôt la perception de soi qui sera explorée. Pour un autre, on insistera davantage sur la relation au corps (en lien ou non avec les problèmes, etc.), puis sur les relations interpersonnelles. Pour d'autres, les conditions ne pourront être dissociées les unes des autres. À travers l'exploration des problèmes seront touchés les émotions, le corps, le soi, les relations interpersonnelles, la vision de la société, la spiritualité, etc. Il revient à chacun d'être activement à l'écoute, de sincèrement désirer comprendre, d'accepter de « ressentir » l'autre et d'utiliser des outils basés sur le vécu et les besoins exprimés, afin que les jeunes arrivent à se sentir reconnus, rassurés et « connectés » à eux-mêmes et au reste de l'univers.

Répetons cependant qu'il est important de respecter le libre arbitre du jeune. S'il n'est pas prêt à recevoir de l'aide, les intervenants doivent se retirer tout en lui laissant la porte ouverte s'il change d'avis plus tard.

PISTES SPÉCIFIQUES POUR L'ACTION AUPRÈS DES JEUNES

Il est possible de dégager, à partir des résultats, quelques pistes pour l'intervention. Il importe de prendre note que j'assume ces pistes pour ce qu'elles sont : des pistes et non des prescriptions. Pour chacun des thèmes de l'analyse, j'ai tiré quelques indications qui pourraient être inscrites, lorsque jugé approprié, dans des échanges avec les jeunes ou dans certaines activités qui leur sont offertes. Je considère essentiel d'aviser le lecteur qu'il faut retenir que chaque personne est unique et qu'elle est insérée dans une

situation singulière qui peut changer avec le temps. Les indices relatifs à chaque thème d'analyse fournis dans cette section pourront être utilisés, un à un, ou en lien les uns avec les autres, selon les jeunes et les exigences des situations. Quelques-uns de ces indices inspirent déjà des éducateurs, dans certains milieux.

En ce qui concerne les émotions, il pourrait être bénéfique pour le jeune aux prises avec une problématique suicidaire : d'apprendre à transiger avec les émotions dites négatives (déception, colère, tristesse, découragement, peur...) ; d'expérimenter des émotions positives, d'en prendre conscience et de pouvoir les faire durer ; de maîtriser les conditions antécédentes aux états émotionnels (le repos, la communication interpersonnelle, la gestion des avoirs pécuniaires, la perception de soi, les habiletés parentales, etc.) ; d'apprendre à distinguer les impulsions immédiates des émotions profondes.

Au regard du soi, les éducateurs ou les intervenants pourraient aider les jeunes en s'intéressant sincèrement à eux, à ce qu'ils sont et à ce qu'ils veulent devenir. Ils pourraient les aider à identifier ou à développer activement leurs qualités et leurs talents, à bon escient, en en considérant les conséquences ; à faciliter leurs réussites (dans l'action, dans les relations avec les autres, dans la prise de décision...), non seulement à court terme, mais à long terme, pour leur permettre d'actualiser leur potentiel, de donner une direction à leur vie, d'acquérir un sentiment d'utilité, de pouvoir être reconnus. Il apparaît nécessaire de sensibiliser les adolescents à l'importance d'une perception juste d'eux-mêmes, à l'acceptation de leurs qualités, au droit qu'ils ont de les reconnaître sans prendre cette reconnaissance pour de la vantardise. De plus, il pourrait être utile de mettre les « défauts » en perspective, d'encourager le jeune à voir que tout être est imparfait et que ce n'est pas en se jugeant qu'il avancera.

En ce qui a trait au corps, il semble important d'amener les jeunes à aller au-delà de l'apparence, à ressentir et à comprendre que le corps est vivant et qu'ils peuvent y faire appel pour trouver des solutions à leurs problèmes. Un enseignement sur l'importance du repos et de la détente ainsi que sur le droit de prendre soin du corps et d'écouter ses messages profonds pourrait être utile. Il ne faudrait pas que les approches corporelles se limitent à l'enseignement de techniques de relaxation ; cet enseignement a certes une importance, mais il ne saurait suffire. Il faut aller plus loin et intégrer la relaxation aux activités quotidiennes. Il faut adopter des approches corporelles qui aideront le jeune à entrer en contact avec son corps, son être intime et ses véritables envies, des approches qui l'inviteront à trouver en lui des sources d'inspiration pour guider sa vie et mieux la vivre. Nous pouvons penser, par exemple, à l'approche centrée sur le mouvement de Ross (1991) qui a été élaborée à partir de théories

sur l'intégration sensorielle, l'adaptation spatio-temporelle, la facilitation proprioceptive et l'intégration fonctionnelle. L'idée principale de cette approche est que le mouvement produit des changements immédiats et profonds qui influencent la résolution des problèmes, le comportement, la conscience de soi et la qualité de vie de la personne. Nous pouvons aussi penser à l'apprentissage de techniques comme celle du « *focusing* » proposée par Gendlin (1981). Cette technique consiste à se mettre à l'écoute du corps en traversant six étapes de centration (se donner un espace, ressentir le problème, trouver une image ou un mot qui correspond au problème, confronter l'image ou le mot au ressenti, questionner directement le senti dans son ensemble, recevoir la réponse), en vue d'identifier et de comprendre un problème et les émotions qui l'accompagnent. Il en résulte habituellement une baisse importante des tensions physiques.

Quant aux problèmes, il semble que les adolescents gagneraient à les percevoir comme des sources d'apprentissage et de croissance plutôt que comme des voies sans issue. Cette nouvelle perception des problèmes pourrait leur apporter de l'espoir et le sentiment d'avoir un certain contrôle sur les événements. En plus d'un travail sur la perception, il semble que les jeunes auraient intérêt à développer l'agir, c'est-à-dire à résoudre les problèmes, au fur et à mesure, pour éviter l'amoncellement. Il semble que cette mobilisation aurait le pouvoir d'engendrer : une diminution du stress, une augmentation du bien-être, une perception plus positive du futur et de la vie, une sensation plus élevée de maîtrise de soi et des événements, des émotions plus agréables et une plus grande acceptation de la part des autres. Elle pourrait permettre d'éviter que le suicide devienne une façon de fuir ou de faire disparaître les problèmes. Le rôle de l'éducateur, idéalement, en serait un de soutien, de guide, d'accompagnateur et de créateur d'occasions favorables pour amener tranquillement le jeune à « *voir plus loin que le bout de son nez* » (pour reprendre leur expression).

Aussi, plusieurs jeunes ont mentionné le besoin d'être encouragés. Développer la persévérance n'est pas chose facile, même lorsqu'on se rend compte qu'elle a le pouvoir d'apporter une foi en l'avenir ainsi que le goût de vivre. Il semble qu'elle doive sans cesse être renouvelée. Dans ce renouvellement, il y a le jeune avec ses choix, mais il y a aussi le soutien des autres. La réussite doit être favorisée.

Sur le plan des relations interpersonnelles, il serait bon que les jeunes reçoivent de l'aide pour s'exprimer. L'aide souhaitée par eux semble constituée d'encouragements et, surtout, de paroles qui pourront les rassurer. Par exemple, l'éducateur, en leur disant qu'ils ne seront pas jugés, qu'ils ne sont pas les seuls à vivre ce type de problèmes, qu'ils sont

capables de s'exprimer ou encore que cela ne signifie pas qu'ils ne sont pas autonomes, pourra les aider à se libérer de leurs craintes et ainsi à s'extérioriser.

Il est apparu important que l'aide apportée soit également orientée sur la capacité à recevoir le feedback positif et sur les habiletés à demander du soutien au bon endroit et aux bonnes personnes. Aussi, l'importance de la création de liens profonds, positifs et durables a été soulignée par les jeunes. Ainsi, pour qu'ils se sentent en confiance, un intervenant doit faire preuve de respect, d'authenticité, de compréhension, d'ouverture, de disponibilité et de patience.

Il semble que les jeunes profiteraient de discussions sur le thème de la société; premièrement, sur la vision qu'ils ont de leur société et de la planète. Quels en sont les aspects sombres? Est-ce que ces aspects peuvent être des tremplins vers une amélioration? Quels en sont les aspects positifs (les actes de justice, la beauté, la protection de l'environnement, l'entraide, l'existence du bénévolat, le soin apporté aux animaux, les actes de générosité, les progrès au cours de l'histoire...)? De ces échanges pourrait résulter une vision moins noire et plus juste de la société, amenant des émotions plus positives et un plus grand intérêt pour la vie. Deuxièmement, le rapport à la société pourrait être abordé afin que les jeunes puissent connaître, et peut-être créer, des occasions de développer leur potentiel pour qu'ils sentent qu'ils font partie intégrante de la société, pour qu'ils trouvent leur place. Il pourrait aussi être important d'explorer toute la dimension des normes. Il n'y a pas que la société qui doit relever le défi de s'améliorer; le jeune aussi doit lutter pour améliorer ses schèmes de pensée, pour développer une vision moins restreinte, plus globale de la société, afin de percevoir ses aspects positifs et surtout la situer dans une perspective évolutive.

Il a été démontré que les objets, du moins pour certains jeunes, ont une influence sur leurs décisions et actions. Un des rôles de l'éducateur pourrait être de sensibiliser l'adolescent aux divers types de lieux existants, aux modes de vie qui y règnent et à leurs conséquences (les possibilités de ressourcement, les potentialités de transformation, les capacités d'induire une croyance en la vie, etc.). Nous avons aussi vu que les jeunes avaient un intérêt pour le sport ou l'art; l'éducateur y a un rôle à jouer. Le matériel sportif ou artistique peut être utilisé, semble-t-il, pour créer des liens avec l'adolescent, développer une profondeur dans la relation, l'aider à s'exprimer et à se détendre.

Finalement, les éducateurs pourraient aider les jeunes, en abordant ouvertement avec eux le sujet de la spiritualité (par des échanges d'opinions, des discussions plus ou moins structurées, des séances d'informations

sensibles aux réalités d'aujourd'hui et offertes dans un langage accessible, diverses activités, des analyses critiques de récits, etc.), c'est-à-dire, les valeurs (superficielles et véritables, ainsi que leurs rôles dans la vie quotidienne) et le monde de l'invisible (pratiques occultes, croyances sur « après la mort », forces de vie, etc., et comment tout cela s'illustre dans la vie concrète de tous les jours). Waterman *et al.* (1985) avaient déjà mentionné que les adolescents se cherchaient dans plusieurs domaines, dont celui de la spiritualité. Il importe de ne pas les laisser à eux-mêmes.

Quelques participants de l'étude ont semblé, justement, être laissés à eux-mêmes dans leur exploration de la spiritualité (mondes visible et invisible). À la recherche de croyances et d'espoir, ils se sont plongés, avec un minimum de connaissances et en l'absence de guides compétents, semble-t-il, dans des pratiques qui ont eu une grande influence sur leur monde imaginaire et qui ont joué dans leur décision de mettre fin à leurs jours. Je crois que les programmes de prévention du suicide auprès des jeunes devraient inclure ce volet qui touche, entre autres, à l'occultisme et aux magies noire et blanche. Une présentation des diverses religions (et leurs contextes), dont seraient tirés des principes communs, pourrait aussi permettre aux jeunes de faire la lumière sur les bribes qu'ils ont captées de brefs contacts fortuits.

Mais certains jeunes refusent l'aide pour des raisons multiples (voir le chapitre 6). Ils ne sont pas prêts pour le changement. Ayant toujours vécu dans des eaux troubles, ils y restent : c'est du connu. Il importe de les informer de l'existence d'autres possibilités, de les sensibiliser puis d'attendre qu'ils viennent d'eux-mêmes s'ouvrir au soutien. C'est à ce moment que l'intervention doit être juste, sensible, pertinente, adaptée aux vrais besoins de l'adolescent.

De nombreux jeunes se suicident... les uns après les autres, les uns avant les autres... Que pouvons-nous faire pour les aider ? Que peuvent-ils faire ? Que pouvons-nous dire ? Que faut-il savoir ? Quelle attitude faut-il adopter ?

J'ai tenté, à travers ce livre, d'apporter quelques éléments de réponse à ces questions. Certes, compte tenu de la complexité du phénomène du suicide, des personnes et des situations dans lesquelles elles évoluent, ces éléments de réponse n'offrent qu'un aperçu du grand tableau. Il est essentiel d'approfondir et d'aller plus loin. Il est fondamental de continuer à s'intéresser à ces jeunes, à ce qu'ils sont et à ce à quoi ils aspirent. J'espère que nous serons nombreux à le faire.

Le défi de la recherche sur laquelle s'est appuyé le présent ouvrage était d'examiner le soi d'adolescents qui avaient posé un geste suicidaire et de tenter de découvrir les conditions d'influence. À l'aide d'une approche qualitative, deux types de données ont été recueillies et examinées : cinq textes personnels et vingt-cinq entrevues avec des jeunes âgés entre 17 et 25 ans, issus principalement du Milieu de la rue, qui avaient fait une tentative de suicide au cours des deux dernières années.

Les résultats montrent que, après la tentative de suicide, le soi peut rester semblable, empirer ou s'améliorer par rapport à celui d'avant. Autrement dit, il y a trois catégories de jeunes : 1) ceux qui « ne bougent pas » et qui considèrent que leurs conditions ne changent pas, 2) ceux qui « périlissent » et qui jugent que leurs conditions se détériorent, 3) ceux qui « s'épanouissent » et qui estiment que leurs conditions s'améliorent. Plusieurs facteurs interviennent. Ces facteurs se trouvent dans l'interaction jeune-environnement. Je les ai réunis sous le vocable « soi interactif ». Ils sont au nombre de huit : 1) la gestion des émotions, 2) la perception du

soi, 3) la relation au corps, 4) la vision et la résolution des problèmes, 5) les relations interpersonnelles, 6) le rapport à la société et la perception de celle-ci, 7) la relation aux objets, 8) la relation à la spiritualité. Lorsque ces conditions sont « positives », elles agissent comme facteurs de protection au regard du comportement suicidaire ; elles peuvent mener au goût de vivre. J'ai appelé cet ensemble l'engrenage « vertueux ». Lorsque ces conditions sont « négatives », au contraire, elles deviennent des facteurs de risque ; elles peuvent mener à la tentative de suicide. J'ai dénommé cet assemblage l'engrenage « vicieux ». La grande majorité des conditions recèlent un pouvoir de changement. Plusieurs trajets sont possibles.

Ces possibilités peuvent indiquer des pistes pour l'action auprès des adolescents. J'ai posé que les jeunes aux prises avec une problématique suicidaire bénéficieraient : d'apprendre à mieux gérer leurs émotions, notamment, celles dites « négatives » ; de se connaître davantage ; d'apprendre à voir autrement les épreuves de la vie et à les traverser, en orientant mieux leurs actions ; d'améliorer leurs relations avec les autres ; d'écouter davantage leur corps (écouter les messages profonds et non superficiels) ; de poser un regard non pas restreint mais élargi sur la société ; de s'insérer dans des milieux et des activités qui pourront les aider à s'actualiser ; de développer une spiritualité susceptible d'accroître leur bien-être. Non seulement la portée des lieux physiques et des valeurs véhiculées dans la société a été discutée, mais l'importance du soutien social et de la volonté personnelle a été mise en évidence.

Mes observations appuient le fait que le suicide est un phénomène complexe déterminé par l'interaction de plusieurs conditions. Nous avons vu que ces conditions ont un rôle important à jouer dans le soi du jeune et dans sa décision d'attenter à sa vie. Certes, les résultats de cette recherche ne sont pas généralisables ; ils ne sont valables que dans le contexte spécifique des jeunes de la rue, à Montréal, au tournant du XXI^e siècle. Cependant, ils pourraient devenir une source d'inspiration pour des études futures et des activités préventives auprès d'autres jeunes. La tâche revient à chaque chercheur et à chaque intervenant d'en établir la pertinence.

Malgré les lacunes de mon étude, je crois que ses résultats ouvrent sur des perspectives nouvelles en matière de recherche et d'action éducative, qui pourront éventuellement compléter les conclusions d'autres recherches portant sur le phénomène du suicide chez les jeunes. La compréhension de leurs expériences, étudiées sous l'angle des significations construites par eux, apparaît comme une contribution originale. Les trajets du soi d'adolescents qui avaient tenté de se suicider n'avaient jamais encore été étudiés sous cet angle. Je pense que la compréhension du sens qu'ils accordent à leurs gestes est une piste que l'on doit continuer à explorer.

J'espère que les données obtenues grâce à mes travaux pourront s'insérer dans la formation continue des éducateurs, améliorer l'intervention éducative auprès des adolescents et des jeunes adultes et, en bout de ligne, réduire les taux des tentatives de suicide au Québec. La prévention du suicide a longtemps posé, pose et posera sûrement encore, pendant « un bon bout de temps », un grand défi. Il importe de créer un espace social de réflexion théorique et pratique pour poursuivre le travail entamé.

Comme toute recherche, la mienne reposait sur des choix théoriques et méthodologiques, ce qui signifie que certains aspects ont été visés et d'autres écartés. Néanmoins, je souhaite que cette recherche exploratoire contribuera à améliorer la compréhension de l'enjeu et de la signification du comportement suicidaire des jeunes. J'espère qu'elle saura être une source de référence pour les programmes de prévention du suicide auprès d'eux. Il importe qu'ils puissent parvenir à atténuer leurs contradictions, à se sentir liés au reste du monde, à s'actualiser, à se reconnaître et à être reconnus.

- ALEXANDER, K.C. (1990). «Communicating with potential adolescent suicides through poetry », *The Arts in Psychotherapy*, vol. 17, n° 2, p. 125-130.
- ALLPORT, G.W. (1942). *The Use of Personal Documents in Psychological Science*, New York, Social Science Research Council.
- ALLPORT, G.W. (1955). *Becoming: Basic Considerations for a Psychology of Personality*, Londres, Yale University Press.
- ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE SUICIDOLOGIE (1990). *La prévention du suicide au Québec: vers un modèle intégré de services*, Mémoire présenté au ministère de la Santé et des Services sociaux, Montréal, AQS.
- BAECHLER, J. (1975). *Les suicides*, Paris, Calmann-Lévy.
- BARDET, M. (1996). *Le suicide*, Paris, Milan.
- BAUMEISTER, R. (1991). *Meanings of Life*, New York, The Guilford Press.
- BAUMEISTER, R. (1994). *S'aimer sans se fuir: comprendre notre insoutenable besoin d'évasion*, Montréal, Le Jour.
- BEAULIEU, C. (1996). «La situation des jeunes au Québec: effervescence ou vide spirituel? », Rencontre-conférence organisée par le groupe IKTUS le 14 novembre 1996, Montréal, Université du Québec à Montréal.
- BLUMER, H. (1969). *Symbolic Interactionism: Perspective and Methods*, Englewood Cliffs, NJ, Prentice-Hall.
- BRADLEY, J. et M.J. ROTHERAM-BORUS (1990). *Evaluation of Imminent Danger for Suicide: A Training Manual*, Oklahoma, Youth Services of the University of Oklahoma.
- BUREAU DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC (1995). *Le Québec statistique: 60^e édition 1995*, Québec, Les Publications du Québec.
- CANETTO, S.S. et D. LESTER (dir.) (1995). *Women and Suicidal Behavior*, New York, Springer.
- CAPLAN, G. (1964). *Principles of Preventive Psychiatry*, New York, Basic Books.

- CARON, B. (1995). *Avis de suicide*. Montréal, Les productions Images innées. Vidéocassette VHS, 39 min., son, couleur.
- CARRIÈRE, A.M. (1994). *Langage alternatif chez les adolescents suicidaires dans les années 1990*, Mémoire, Montréal, Université du Québec à Montréal.
- CHABOT, M. (1997). *En finir avec soi : les voix du suicide*, Montréal, VLB Éditeur.
- CHAPELLE, P. (1990). *La crise d'adolescence*, Paris, M.A. Éditions.
- CHASE, P.H. et B.T. FARNHAM (1966). *FEL Process : Aims and Purposes*, Waterbury, Vermont, State Hospital. Document inédit.
- CLOUTIER, R. et G. GROLEAU (1988). « Responsabilisation et communication : les clés de l'adolescence », *Santé mentale au Québec*, vol. 13, n° 2, p. 59-68.
- CONSEIL PERMANENT DE LA JEUNESSE (1997). *Le suicide chez les jeunes : S.O.S. jeunes en détresse !* Québec, Ministère du Conseil exécutif.
- CORBIN, J.M. et A. STRAUSS (1991). « A nursing model for chronic illness management based upon the trajectory framework », *Scholarly Inquiry for Nursing Practice*, vol. 5, n° 3, p. 155-174.
- CORTHAY-CASOT, L. et O. HALFON (1998). « Agirs sur l'objet et sur le moi », *Adolescence*, vol. 16, n° 1, p. 169-181.
- CÔTÉ, M.M. (1988). *Les jeunes de la rue à Montréal*, Thèse, Montréal, Université de Montréal.
- D'AMOURS, Yan (1995). *Le point sur la délinquance et le suicide chez les jeunes*, Québec, Conseil permanent de la jeunesse.
- DAVIDSON, L. et M. LINNOILA (1991). *Risk Factors for Youth Suicide*, New York, Hemisphere.
- DAVIS, A.T. (1995). « Attempted suicide and depression : Initial assessment and short-term follow-up », dans B. Mishara (dir.), *The Impact of Suicide*, New York, Springer.
- DONAHUE, M.J. et P.L. BENSON (1995). « Religion and the well-being of adolescents », *Journal of Social Issues*, vol. 51, n° 2, p. 145-160.
- DOWNEY, A.M. (1990-1991). « The impact of drug abuse upon adolescent suicide », *Omega*, vol. 22, n° 4, p. 261-275.
- DURKHEIM, E. (1930). *Le suicide : étude de sociologie*, Paris, Presses universitaires de France.
- DUVAL, G., M. CHOQUET, C. CATTEAU, L.-V. THOMAS et J.-F. REVERZY (1995). *Suicides et tentatives de suicide à La Réunion*, Paris, L'Harmattan.
- ERIKSON, E.H. (1966). *Enfance et société*, Neuchâtel, Suisse, Delachaux & Niestlé.
- ERIKSON, E.H. (1972). *Adolescence et crise : la quête de l'identité*, Paris, Flammarion.
- FEIFEL, H. (1959). *The Meaning of Death*, New York, McGraw-Hill.
- FOURNIER, L. (1998). *Dénombrement de la clientèle itinérante dans les centres d'hébergement, les soupes populaires et les centres de jour des villes de Montréal et de Québec*, Montréal, Santé Québec.
- GALLAGHER, R. (1997). *Crise suicidaire, tentative de suicide et suicide*, Montréal, Direction de la santé publique.

- GAUTHIER, M. (1993). «Le poids des mots... en parlant de la jeunesse», *Nouvelles pratiques sociales*, vol. 6, n° 2, p. 19-31.
- GENDLIN, E.T. (1981). *Focusing*, Toronto, Bantam.
- GLASER, B. et A. STRAUSS (1967). *The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research*, Chicago, Aldine.
- GRAND'MAISON, J. (dir.) (1992). *Le drame spirituel des adolescents: profils sociaux et religieux*, Montréal, Fides.
- GRATTON, F. (1996). *Les suicides d'être de jeunes québécois*, Sainte-Foy, Presses de l'Université du Québec.
- GREENBLATT, M. et M. ROBERTSON (1993). «Life-styles, adaptative strategies, and sexual behaviors of homeless adolescents», *Hospital and Community Psychiatry*, vol. 44, p. 1177-1180.
- GRUNBERG, F., A.D. LESAGE, R. BOYER, C. VANIER, R. MORISSETTE, C. MÉNARD BUTEAU et M. LOYER (1994). «Le suicide chez les jeunes adultes de sexe masculin au Québec: psychopathologie et utilisation des services médicaux», *Santé mentale au Québec*, vol. 19, n° 2, p. 25-40.
- HALL, G.S. (1972). *Youth: Its Education, Regimen, and Hygiene*, New York, Arno Press.
- HANIGAN, D., M. TOUSIGNANT, M.-F. BASTIEN et S. HAMEL (1986). «Le soutien social suite à un événement critique chez un groupe de cégépiens suicidaires: étude comparative», *Revue québécoise de psychologie*, vol. 7, n° 3, p. 63-81.
- HARTER, S. (1990). «Causes, correlates and the functional role of global self-worth: A life span perspective», dans R.J. Sternberg et J. Kolligian (dir.), *Competence Considered*, New Haven, Yale University Press.
- HAWTON, K. et J. CATALAN (1987). *Attempted Suicide: A Practical Guide to its Nature and Management*, Oxford, Oxford University Press.
- HERBRETEAU, H. (1997). *Comprendre les cultures des jeunes: du rap au journal intime*, Paris, Les éditions de l'Atelier.
- HURRELMANN, K. et U. ENGEL (1989). *The Social World of Adolescents*, New York, Walter de Gruyter.
- HYER, L.A., M.G. WOODS et P.A. BOUDEWYNS (1991). «PTSD and alexithymia: Importance of emotional clarification in treatment», *Psychotherapy*, vol. 28, n° 1, p. 129-139.
- JACK, R. (1992). *Women and Attempted Suicide*, Hillsdale, NJ, Erlbaum.
- JAMES, W. (1950). *The Principles of Psychology*, Chicago, Dover Publications.
- JEAMMET, P. (1997). «La violence à l'adolescence: défense identitaire et processus de figuration», *Adolescence*, vol. 15, n° 2, p. 1-26.
- JOHNSON, F. (1973). *Alienation: Concept, Term and Meanings*, New York, Seminar Press.
- KAPLAN, H.I. et B.J. SADOCK (dir.) (1994). *Synopsis of Psychiatry*, Baltimore, Williams & Wilkins.
- KASTENBAUM, R. (1992). *The Psychology of Death*, New York, Springer.
- KEGAN, R. (1982). *The Evolving Self: Problem and Process in Human Development*, Boston, MA, Harvard University Press.

- KLIMOFF-DISHLER, S.J. (1991). *The Meaning of Suicide: Adolescents React to the Suicide of a Peer of Casual Acquaintance*, Thèse, Michigan, University of Northern Colorado.
- KPOSOWA, A.J. et P.R. PAYNE (1998). *The Link Between Religiosity and Suicide Ideology in the United States*, Actes de la conférence donnée au congrès annuel de l'American Sociological Association, San Francisco, Californie, août 1998.
- KROGER, J. (1989). *Identity in Adolescence: The Balance Between Self and Other*, New York, Routledge.
- LABELLE, R. (1999). « Mieux comprendre pour mieux intervenir auprès du jeune suicidant », *Frontières*, vol. 12, n° 1, p. 79-83.
- L'ÉCUYER, R. (1978). *Le concept de soi*, Paris, Presses universitaires de France.
- L'ÉCUYER, R. (1994). *Le développement du concept de soi de l'enfance à la vieillesse*, Montréal, Presses de l'Université de Montréal.
- LEENAARS, A.A. (dir.) (1991). *Life Span Perspectives of Suicide*, New York, Plenum Press.
- LEENAARS, A.A., J.T. MALTSBERGER et R.A. NEIMEYER (1994). *Treatment of Suicidal People*, Washington, Taylor & Francis.
- LEFEBVRE, S. (1993-1994). « Les jeunes et le suicide au Québec dans la perspective d'une recherche-action », *Santé culture*, vol. 10, nos 1 et 2, p. 153-177.
- LEFEBVRE, S. (1998). « Avoir mal à sa vie. L'option-suicide devient plus importante à mesure que s'accroît l'individualisme », *Le Devoir* (Montréal), 11 mai, p. B6.
- LEMAI, M. (1996). « La crise des jeunes actuellement est le parfait reflet de la crise des adultes », *Revue Notre-Dame*, vol. 2, n° 7, p. 16-27.
- LESAGE, A. (1994). « Troubles mentaux et suicide », *Santé mentale au Québec*, vol. 19, n° 2, p. 7-14.
- LINCOLN, Y.S. et E.G. GUBA (1985). *Naturalistic Inquiry*, Newbury Park, CA, Sage.
- LOEVINGER, J. (1976). *Ego Development*, Londres, Jossey-Bass Publishers.
- MALIK, A. (1996). *Journaux intimes : une sociologie de l'écriture personnelle*, Montréal, L'Harmattan.
- MARIS, R.W., A. BERMAN, J. MALTSBERGER et R. YUFIT (dir.) (1992). *Assessment and Prediction of Suicide*, New York, Guilford Press.
- MEAD, G.H. (1934). *Mind, Self and Society*, Chicago, University of Chicago Press.
- MILLER, W.T. et B. DINGMAN (1987). « To wish, to dream, to become, to be : Poetry by emotionally disturbed adolescent patients », *The Arts in Psychotherapy*, vol. 14, p. 167-175.
- MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX (1997). *S'entraider pour la vie : proposition d'une stratégie québécoise d'actions face au suicide*, Montréal, Gouvernement du Québec.
- MISHARA, B. (dir.) (1995). *The Impact of S18uicide*, New York, Springer.
- MORIN, M.L. (dir.) (1999). *Le suicide chez les jeunes : un cri pour la vie*, Montréal, Médiaspaul.

- MUSSEN, P.H., J.J. CONGER et J. KAPLAN (1974). *Child Development and Personality*, New York, Harper and Row.
- MUUS, R.E. (1962). *Theories of Adolescence*, New York, Random House.
- NATIONS UNIES (1996). *Prevention of Suicide: Guidelines for the Formulation and Implementation of National Strategies*, New York, Department for Policy Coordination and Sustainable Development.
- NEGRON, R., J. PIACENTINI, G. FLEMMING, M. DAVIES et D. SHAFFER (1997). « Microanalysis of adolescent suicide attempters and ideators during the acute suicidal episode », *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, vol. 36, n° 11, p. 1512 à 1519.
- ORBACH, I., M. LOTEM-PELEG et P. KEDEM (1995). « Attitudes toward the body in suicidal, depressed, and normal adolescents », *Suicide and Life-threatening Behavior*, vol. 25, n° 2, 211-221.
- PARÉ, I. (1998). « Des mesures d'urgence pour les jeunes de la rue », *Le Devoir* (Montréal), 18 décembre, p. A3.
- POMMEREAU, X., M. DELORME, B. BONNEMAISON et C. BOUTHIER (1994). « L'impact du suicide sur l'aidant », *Santé mentale au Québec*, vol. 19, n° 2, p. 83-104.
- PRITCHARD, C. (1996). « New patterns of suicide by age and gender in the United Kingdom and the Western World 1974-1992: An indicator of social change? » *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, vol. 31, n° 3, p. 227-234.
- PRONOVOST, J., L. CÔTÉ et C. ROSS (1990). « Epidemiological study of suicidal behaviour among secondary-school students », *Canada's Mental Health*, vol. 38, n° 1, p. 9-14.
- PRONOVOST, J., J. ROUSSEAU, N. SIMARD et G. COUTURE (1995). « Communication et soutien parental perçus dans des familles d'adolescents suicidaires et non suicidaires », *Santé mentale au Québec*, vol. 20, n° 2, p. 185-202.
- RAYMOND, S. (1993). *La prévention du suicide à l'école*, Montréal, Ministère de l'Éducation.
- RHYNE, J. (1973). *The Gestalt Art Experience*, Monterey, CA, Brooks/Cole Publishing.
- ROBERT, P. (1990). *Le Petit Robert 1*, Montréal, Les dictionnaires Robert-Canada S.C.C.
- RODRIGUEZ TOMÉ, H.J. (1972). *Le moi et l'autre dans la conscience de l'adolescent*, Neuchâtel, Suisse, Delachaux et Niestlé.
- ROSCOE, B., K. KRUG et J. SCHMIDT (1985). « Written forms of self-expression utilized by adolescents », *Adolescence*, vol. 22, n° 80, p. 841-844.
- ROSS, M. (1991). *Integrative group therapy: the structured five-stage approach*, 2^e éd. Thorofare, NJ, Slack inc.
- ROY, D. (1998). *Le défi de l'accès pour les jeunes de la rue*, Montréal, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Montréal-Centre.

- SANTÉ CANADA (1995). « III Prévention, intervention et postvention : Élaboration d'une réponse au problème », *Le suicide au Canada*, Ottawa, Santé Canada.
- SCHNEIDMAN, E.S. et N.L. FARBEROW (1959). « Suicide and death », dans H. Feifel, *The Meaning of Death*, New York, McGraw-Hill.
- SEEMAN, M. (1959). « On the meaning of alienation », *American Sociological Review*, vol. 24, p. 783-791.
- SEEMAN, M. (1975). « Alienation studies », *Annual Review of Sociology*, vol. 1, p. 91-123.
- SIMMONS, R., F. ROSENBERG et M. ROSENBERG (1973). « Disturbance in the self-image at adolescence », *American Sociological Review*, vol. 38, n° 5, p. 553-568.
- STEIN, D. *et al.* (1998). « Association between multiple suicide attempts and negative affects in adolescents », *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, vol. 37, n° 5, p. 488-494.
- STENGEL, E. (1964). *Suicide and Attempted Suicide*, Londres, MacGibbon & Kee.
- STERNBERG, R.J. et J. KOLLIGIAN (1990). *Competence considered*, New Haven, Yale University Press.
- STILLION, J.M., E.E. McDOWELL et J.H. MAY (1989). *Suicide across the Life Span*, New York, Hemisphere Publishing Corporation.
- STRAUSS, A. et J.M. CORBIN (1990). *Basics of Qualitative Research: Grounded Theory Procedures and Techniques*, San Francisco, CA, Sage.
- STRYKER, S. (1987). « The vitalization of symbolic interactionism », *Social Psychology*, vol. 50, n° 1, p. 83-94.
- THIBAUT, C. (1999). « Le suicide chez les jeunes... Un cri pour la vie », dans M.L. Morin (dir.), *Le suicide chez les jeunes: un cri pour la vie*, Montréal, Médiaspaul.
- TREMBLAY, P.H. (1994). « Dans la vie, des relations qui vont de soi, ça n'existe pas », *Revue Notre-Dame*, n° 2, p. 16-28.
- VOLANT, E. (dir.), M. DOUVILLE, M. BOULET et J. PIERRE (1990). *Adieu la vie... : études des derniers messages laissés par des suicidés*, Montréal, Bellarmin.
- WADE, N.L. (1987). « Suicide as a resolution of separation-individuation among adolescent girls », *Adolescence*, vol. 22, n° 85, p. 169-177.
- WATERMAN, A.S. (dir.), P.M. Raskin, M.S. Parker et G.R. Adams (1985). *Identity in Adolescence: Processes and Contents*, San Francisco, Jossey-Bass.
- WILKINS, K. (1995). « Causes of death: How the sexes differ », *Health Reports. Health Statistics Division at Statistics Canada*, vol. 7, n° 2, p. 33-43.
- WITZUM, E., H. DASBERG et A. BLEICH (1986). « Use of a metaphor in the treatment of combat-induced posttraumatic stress disorder », *American Journal of Psychotherapy*, vol. 40, n° 3, p. 457-465.
- YODER, K.A. (1999). « Comparing suicide attempters, suicide ideators and non-suicidal homeless and runaway adolescents », *Suicide and Life-threatening Behavior*, vol. 29, n° 1, p. 25-36.