

« Sweet Sixteen », comment aborder le suicide chez les jeunes

Les écoles, de plus en plus confrontées au mal-être de la jeune génération, n'ont pas toujours les outils nécessaires. Avec la pièce « Sweet Sixteen », les élèves sont invités à la réflexion sur les thèmes de la santé mentale et du processus de deuil. Un bel outil de prévention, fruit d'une collaboration entre les mondes culturel, psychosocial et scolaire.

La pièce « Sweet Sixteen », produite par le Théâtre de Liège, prend vie dans plusieurs écoles de la Communauté française, comme dans cette classe de troisième secondaire de l'Athénée royal Liège Atlas.

© MICHEL TONNEAU.



REPORTAGE
CHARLOTTE HUTIN

Bonjour chers condisciples ! Mon exposé parlera du... euh suicide.» Dunya, bientôt 16 ans, claquettes Adidas, s'entraîne à prendre la parole devant une classe imaginaire. Elle se replonge dans les souvenirs de sa grande sœur Dido, décédée avant d'avoir atteint l'âge qu'elle s'approprie à avoir. Jusqu'à la faire revivre pour l'occasion. Est-elle en train de rêver, d'halluciner ou a-t-elle face à elle le fantôme de sa sœur disparue ? Devant Dunya pourtant, de vrais élèves, dans une vraie classe éclairée par des néons blancs. Le baffle diffuse les vrais mots de la rappeuse BRÖ : « Quand y a plus rien c'est simple de débarrer mon sac. »

Sweet Sixteen, un texte de Casper Vandeputte, produit par le Théâtre de Liège, prend vie dans plusieurs classes de la Communauté française. Ici, des élèves de 3^e secondaire de l'Athénée royal Liège Atlas qui s'échangent des sourires timides en voyant les deux comédiennes évoluer entre les bancs, les prendre à partie. Très vite, les sourires se figent face à la gravité du sujet abordé. « Oui, j'étais malheureuse, mais parfois j'étais joyeuse. Je n'ai jamais été harcelée, mais j'avais toujours peur de faire quelque chose qui ferait qu'un jour je le serais. Je trouvais tout bide. » A quoi Dunya répond : « Tout le monde se sent comme ça parfois. »

- Mais je ne savais pas que...
- Que tu comptais autant pour les gens ?
- Oui.
- Et si tu l'avais su, est-ce que... ?

DU THÉÂTRE EN CLASSE

Cette rencontre entre deux sœurs loin d'être toujours triste est pleine de vie et de tendresse. Plutôt que de répondre à la question du « pourquoi », on y aborde la honte qui entoure le suicide

d'un proche, le processus de deuil (du déni à l'acceptation), le pardon, les défis de l'adolescence et bien sûr l'impact du suicide sur l'entourage. « La pièce parle avant tout d'amour », insiste Berdine Nusselder, la metteuse en scène. « Même si on n'arrive pas à comprendre le suicide d'un proche, on peut s'accrocher à l'amour pour avancer. La pièce n'émet pas de jugement, mais aborde le poids de cet acte. » Berdine Nusselder veut rassurer les enseignants qui auraient peur de diffuser cette pièce en classe. « Il n'est pas question de romancer l'acte comme ça a pu être le cas dans la série *13 Reasons Why*. Il a d'ailleurs été prouvé que parler du suicide libère et n'augmente pas le risque. Au contraire, c'est de la prévention. »

L'équipe théâtrale intervient à la demande des écoles, auprès d'élèves de la 2^e à la 4^e secondaire. Pour préparer cette venue particulière, l'enseignante a préalablement évoqué le sujet en classe. « On a découvert la pièce en même temps que les élèves, c'était un peu stressant, mais nécessaire face à l'augmentation du mal-être chez les jeunes », évoque Megan Hackemack, professeur de français. « Les élèves se confient énormément. C'est une réalité nouvelle que j'accepte, je suis là s'ils en ont besoin. »

Créer une « safe space »

Le spectacle d'une heure se conclut par une discussion avec les élèves, accompagnée d'un médiateur du Théâtre de Liège, d'une psychologue et du PMS de l'école. « La pièce se jouant en classe, la frontière entre jeu et réalité est très fine. Ce qui a pour effet de rendre plus accessible le mécanisme d'identification chez les jeunes », indique Berdine Nusselder. Dans cette *safe space*, qui prend la forme d'un grand cercle, aucune hiérarchie entre les élèves et les adultes. La parole de chacun est entendue et respectée. La confidentialité est

de mise lorsque la psychologue revient sur le vécu des élèves. « Ça permet quand même à chacun d'évacuer les émotions ressenties. Les réflexions amenées par les élèves étaient terriblement riches. »

Des élèves qui ne s'attendaient pas à être aussi conquis et bouleversés. « On s'était dit que ça allait être deux heures de sommeil, pour pas travailler, quoi, et en fait non », s'étonne Mathys, 14 ans. « Je pensais pas qu'elles allaient bouger partout, courir l'une après l'autre, s'asseoir sur les bancs, ni jeter des confettis sur les gens. Je pensais pas que ce serait aussi vivant. » Pour Jules, la pièce fut l'occasion de se remettre en question. « Je ne m'étais jamais demandé comment réagir face à une personne qui se confie sur son mal-être. »

Laila, 15 ans, est intarissable au sujet de la santé mentale. « Il y en a qui sont vieux jeu, qui trouvent que le suicide est une question ridicule, en fonction des religions », dit-elle. « Avec certains parents, tu ne peux pas parler de sujets comme la sexualité, la santé mentale. Les parents devraient mettre à l'aise. C'est donc bien d'aborder ça en classe. »

La pièce *Sweet Sixteen* sera jouée dans des écoles de la Région bruxelloise en octobre prochain, avec Pierre de Lune, le centre scénique jeune public de Bruxelles.



Il a été prouvé que parler du suicide libère et n'augmente pas le risque.

Au contraire, c'est de la prévention

Berdine Nusselder
Metteuse en scène



La première cause de décès chez les 15-24 ans

En Belgique, le suicide reste la première cause de décès chez les jeunes âgés de 15 à 24 ans.

Dans cette tranche d'âge, plus d'un décès sur quatre est dû au suicide (28 % chez les hommes et 25 % chez les femmes), selon les derniers chiffres de l'Institut national de santé publique. En 2020 (dernières données disponibles), sur l'ensemble de la population belge, 1.735 décès par suicide ont été recensés (contre 1.728 en 2019), deux fois plus chez les hommes que chez les femmes. « Les suicides étant souvent mal enregistrés, ces chiffres sont probablement sous-estimés », indique Sciensano.

Notre pays a le taux de suicide le plus élevé parmi les 14 pays européens présentant des conditions socio-économiques similaires. « La comparaison internationale des taux de mortalité par suicide doit être interprétée avec prudence », note Sciensano, « car les différences de

contexte socioculturel et de qualité des données rendent la comparabilité entre les pays très difficile. » Une mise en garde qui ne doit pas « servir à minimiser les taux de suicides problématiques de la Belgique ».

Le nombre de décès par suicide est resté stable la première année de la crise sanitaire. Il faudra attendre quelques années pour évaluer l'impact de la pandémie à plus long terme. Un pass dans l'impasse, structure de prévention du suicide en Wallonie, a vu son nombre de consultations augmenter de 48 % depuis la pandémie. C.HN

Ne restez pas seul avec votre souffrance ! Les bénévoles du Centre de prévention suicide sont joignables 24h/24 et 7j/7 au 0800 32 123 dans l'anonymat et gratuitement. Pour une consultation psychologique, vous pouvez prendre rendez-vous au 0476/53.00.84 (à Bruxelles) ou 081/777.150 (en Wallonie).