

Bulletin d'Actualités de la Prévention des Conduites Suicidaires en Rhône-Alpes

-Numéro 3-
Décembre 2013

Edito

Depuis 2011, l'**A.R.S Rhône-Alpes** soutient, via le **Centre Régional de Prévention des Conduites Suicidaires Rhône-Alpes** de l'**Association Centre Jean Bergeret**, l'engagement des acteurs régionaux engagés dans la prévention des conduites suicidaires et du suicide du public des 12-25 ans.

Sommaire

- P1** Edito
Max PAVOUX, Coordinateur
CRPCS, Psychologue clinicien
- P2** Le blog suicidaire : entre sublimation et exhibitionnisme.
Michael STORA, Psychologue,
Psychanalyste et Directeur de la
cellule psychologique de :
Skyrock.com
- P7** Les jeux d'asphyxie à
l'adolescence : tentative de traitement par les conduites suicidaires d'une souffrance familiale et générationnelle
Richard DURASTANTE, Psychologue clinicien, Docteur en Psychologie
- P11** Culture numérique et prévention : une « prévention 2.0 » des conduites à risques chez les ados
Olivier CARBONNEL, Consultant systèmes d'Informations, Psychologue
- P16** L'écoute par internet
SOS Amitié 69
- P18** Relais d'Informations...CRPCS
Martine GUILLAUME,
Documentaliste CRPCS

Outre une meilleure connaissance territoriale des bénévoles, professionnels et institutionnels engagés dans la prévention ou le soin, l'organisation d'un séminaire régional, réunissant différents intervenants (sociaux, sanitaires, éducatifs et judiciaires), a permis de travailler à identifier leur registre d'intervention, permettre l'articulation des dispositifs ainsi que soutenir la mise en lien de ceux qui se mobilisent auprès des personnes en souffrance.

Ces rencontres ont dans, un premier temps, permis d'élaborer un contenu de formation spécifique destiné à permettre l'acquisition d'une culture commune : sensibilisation des professionnels au repérage du mal-être, des situations de détresses, formation à la prévention des conduites à risques, des conduites suicidaires et du suicide ainsi qu'au renforcement des compétences psychosociales. Au-delà de ce contenu de formation, les acteurs ainsi réunis ont exprimé un certain nombre de besoins d'informations afin de mieux cerner les éventuelles influences des forums, blogs ou pages Web sur les conduites suicidaires des adolescents et jeunes adultes, la/les manière(s) avec laquelle/lesquelles les technologies de l'information et de la communication peuvent apparaître comme un support de diffusion d'un certain nombre de messages ou contenus potentiellement prosélytes.

Dans le même mouvement, ils interrogeraient la possible utilisation de ce média, à des fins préventives pour le public des 12-25 ans. Leurs questions étaient nombreuses, notamment en ce qui concerne la modération des forums de discussions, en ce qui concerne les possibilités d'alerte pour les situations repérées à risques ainsi qu'aux manières de travailler, via ce support, au concret engagement de l'adolescent ou du jeune adulte en souffrance dans une dynamique permettant une rencontre ?

Ces interrogations nous ont conduits à proposer la thématique de ce troisième **Bulletin d'Actualités de la Prévention des Conduites Suicidaires en Rhône-Alpes**. L'équipe du **C.R.P.C.S** Rhône-Alpes tient à remercier les auteurs-acteurs qui, ayant répondu à notre sollicitation, ont accepté de contribuer au présent Bulletin. Nous vous en souhaitons une bonne lecture...

Max PAVOUX
Psychologue clinicien
Coordinateur du C.R.P.C.S Rhône-Alpes

Le blog suicidaire : entre sublimation et exhibitionnisme

■ Depuis plusieurs années, je travaille comme consultant pour **Skyrock.com**. Skyrock.com est une plateforme ou un site regroupant des blogs. Mon rôle est celui d'être une veille et une réflexion psychologiques sur la culture blog et certaines de ses dérives. Ainsi, moins de 1 pour cent de 14 millions de blogs, selon les chiffres de Skyrock, évoque des blogs qui seraient pro-ana (prônant l'anorexie), menace de suicide, scarifications, et à caractère sexuel. En liaison avec les modérateurs, je me permets de m'adresser à certains bloggeurs via leur adresse mail, tout particulièrement en cas de menaces de suicides. Ainsi, par l'adresse mail de ce blogueur ou bloggeuse, je faisais part de mon statut de consultant psychologue et évoquait dans un premier temps une inquiétude et dans un deuxième temps une question sur sa motivation à écrire de tels propos sur un blog.

Les réponses furent rares mais précieuses. Elles ont mis en évidence la souffrance adolescente qui va trouver dans le phénomène planétaire d'internet, une plateforme pour une création de soi, une autofiction avec un audimat affectif, celui des clicks et des commentaires. On peut évoquer une forme de défense hystérique par cette mise en tension créée par le manque que va procurer le blogueur aux lecteurs. L'hystérique va éprouver une jouissance non pas dans un passage à l'acte qui serait, par exemple, la rencontre en IRL (*In Real Life*), mais bien dans cette mise en scène de soi qui donne à voir ce que l'autre ne possédera pas. Cette quête de l'esthétisme en est le témoin. Certains ont ainsi évoqué une dérive qui serait celle d'un exhibitionnisme. Cela vient aussi du fait que le Weblog qui veut dire journal de bord en anglais est souvent appelé en France «*journal intime*». Il n'en est rien et cette confusion de sens viendrait de notre culture du secret ou plutôt de notre culture chrétienne qui valorise une forme de culpabilité qui est celle de l'aveu.

Pour illustration, une adolescente évoque son désir de suicide en l'exprimant avec un lyrisme littéraire impressionnant accentuant l'émotion du lecteur. Cet article était illustré par une photo d'une femme plongée dans une baignoire remplie de sang. Je lui envoie donc mon mail et le lendemain, une réponse tombe :

«*^^De quel blog parlez vous ? Ne vous inquiétez pas, celui-ci m'a ramenée plus de 10 000 clicks et 400 commentaires*».

Et de me donner l'adresse de deux de ses autres blogs. Je suis donc allé les consulter. Si le premier appartient à la grande majorité des blogs adolescents¹,

Le deuxième est la vitrine intime de ses aspirations à se simuler comme une femme accomplie plus proche des représentations de l'actrice du film pornographique que du personnage de Candy ! Pause langoureuse, suggestive, nous sommes sur le domaine de la découverte de la sexualité adulte naissante et de ses tâtonnements.

Puis le troisième type de blog, qu'elle m'avait dissimulé, que j'ai découvert plus tard, par alerte des modérateurs était ce que l'on nomme pro-ana. On peut penser que le recours à des blogs à sensations, était à l'image de la crise narcissique que cette jeune fille devait traverser. Il lui fallait «sa dose» de clicks pour pouvoir peut être affronter une baisse dramatique de son estime de soi. Mais, n'oublions pas la dimension créative, même si nous avons compris la part maniaque de sa démarche. Le recours au sensationnel est semble-t-il une réalité qui dépasse le phénomène blog. Que ce soit le Journal télévisé ou tout phénomène de télé réalité, la logique du sensationnel pour faire grimper l'audimat, retrouve chez certains bloggeurs un lieu d'appropriation. Nous pourrions dire que ce n'est que justice rendue avec la dimension provocatrice propre aux adolescents qui va avec.

¹ À savoir des vitrines de soi, de ses amis, de son amoureux, de sa famille, son chien, sa star préférée, son petit cousin, tellement beau, et parfois des poèmes appris par un prof ! Je caricature, mais la qualité créative n'est pas toujours au rendez-vous.

Les bloggeurs qui ne m'ont pas répondu, nous révèlent leurs difficultés à sortir de cet anonymat qui protège. Il permet, à l'abri du regard de certaines de ses instances surmoïques ou de l'idéal du moi, de s'affranchir d'un réel pesant. La tyrannie de l'Idéal du moi qui exerce une pression particulièrement forte à ce moment de la vie, va diminuer considérablement l'image de soi. Cette image de soi comprend en fait plusieurs images, telles des facettes. Elles cohabitent mais ne peuvent pas toujours se réfléchir. En fait, les adolescents vont explorer virtuellement certaines de ses facettes, à travers leurs différents blogs.

Puis, il y a ceux qui ont annoncé leurs suicides et qui se sont réellement suicidés. Comment le sait-on ? Par la presse qui ne va que redonner la confirmation nécessaire au passage à l'acte suicidaire chez l'adolescent mélancolique. Nous connaissons l'importance du sentiment d'élation narcissique chez le mélancolique qui veut à travers son acte, souvent des sauts dans le vide, prétendre à un corps dégage de toute contrainte pulsionnelle. L'important est que cet acte soit reconnu par l'Autre, voir les autres. Ces blogs, par contre, sont étonnamment vides à l'image d'une dépêche de l'AFP qui annonce sans commentaire l'information. Le blog ne sera ainsi utilisé que comme un lieu de passage en acte, où la dimension créative n'a plus sa place.

Quelle place a l'adulte modérateur dans l'imaginaire de l'adolescent ?

La question du suicide adolescent mis en scène sur les skyblogs ou forums (*Fil Santé Jeunes, Ecoute suicide, etc.*) inquiète tout un chacun et il est souvent compliqué de l'aborder sans être parasité par nos émotions. J'ai travaillé pour *Fil Santé Jeunes* pour les aider à prendre certaines décisions concernant justement des fils de discussions autour du suicide. Ainsi, il y a un point commun entre *Skyrock.com* et *Fil Santé Jeunes* voire d'autres sites destinés aux adolescents que l'on pourrait résumer par une phrase : «*C'est votre espace de liberté et c'est entre vous que la modération se fait*». J'y

vois un idéal enthousiasmant qui existe de toute façon dans tout groupe d'adolescents. L'empathie, la compréhension, la solidarité, la régression font partie des phénomènes groupaux qui existent entre ados. Il s'agit déjà d'un premier pas d'autonomisation par des rôles de figures parentales qu'ils peuvent avoir les uns envers les autres. Aussi, il y a une forme d'injonction paradoxale de la part des adultes responsables de ces sites. Le fossé générationnel n'existerait pas et les adultes modérateurs derrière l'écran seraient à l'image de certains «*parents potes*», qui pourraient dire à leurs ado : «*je sais mon fils que tu veux me dire merde !*».

La décision d'arrêter ce fil de discussion sur le suicide à *Fil Santé Jeunes* fut prise. Sage décision, non pas d'un point de vue moral, mais d'un point de vue de la dimension implicite que soulève la prise en compte du contexte et des spécificités techniques propres aux sites destinés aux adolescents. Ce que j'entends par dispositif technique est, pour exemple, la personification des adultes référents qui peuvent ou non intervenir dans un fil de discussion dans un forum. Doit-il ou non évoquer son nom et si oui, doit il y avoir un code couleurs précis ? Doit-on comme pour *Skyrock.com* mettre en place un protocole d'accueil où les coordonnées mail, plus portable, seraient inscrites dans une forme de backoffice qui ferait des adultes modérateurs une confirmation que c'est un espace créé par des adultes pour des adolescents. Pour *Skyrock.com*, il y a une très grosse différence qui est celle de la créativité. Le travail de mise en page, choix de la police de caractère, «*retravail*» de photos, etc., dans ce que l'on nomme des articles font de ces espaces des lieux de mise en scène de soi plus libres qu'un forum où ne compte que l'écrit. L'autonomie de l'adolescent se construit avant tout contre les parents et je remarque à travers de plus en plus d'adolescents que je reçois pour des problèmes de cyberdépendance que la crise est bien là mais elle est avant tout virtuelle.

L'adolescent ne va pas éviter le clash mais sa colère ne va pas s'exprimer en dehors du foyer parental par une prise de risque de sortir du foyer mais dans sa chambre face à son écran. Le claquage de la porte d'entrée de la maison est remplacé par celle de sa chambre. Sortir en dehors des

limites géographiques mais aussi symboliques du refuge parental pour, par exemple, rejoindre ses copains ou son amoureuse permettait à l'adolescent de vivre au moins le temps de sa colère un moment de liberté et d'autonomie. On remarque que de plus en plus d'adolescents vont le vivre dans leur chambre, parfois celle de leur enfance. La crise d'adolescence devint ainsi virtuelle !

De plus, l'ordinateur, la connexion ADSL, voire des abonnements à des jeux en ligne sont payés par les parents. Paradoxe propre aux parents baby boomers qui ne jouent pas toujours le rôle de parent «vieux con», qui n'osent pas poser des limites mais cherchent avant tout à comprendre voire participer à cette autonomie. On retrouve d'ailleurs ce même phénomène lorsque des parents offrent un téléphone portable, forme de «doudou sans fil» qui va permettre aux parents en même temps de payer le prix d'une nouvelle forme d'autonomie mais avec la capacité de les appeler à n'importe quel moment. Mais l'ado voyant le numéro s'afficher peut alors décider ou non d'y répondre.

« Blog thérapie »

Ce travail auprès de Skyrock s'est enrichi par la création d'un atelier blog à la maison des adolescents d'Avicenne. Le Professeur Marie-Rose Moro, a bien pris conscience que les objets numériques pouvaient représenter une nouvelle forme de médiation thérapeutique. La dimension du cadre créatif permettrait par cette mise en scène de soi, un travail d'écriture, puis d'illustration et de mise en ligne et de retour des commentaires en groupe de parole. Lors de cet atelier Blog, je proposais aux adolescents de créer une dizaine d'articles avec un thème libre et 9 thèmes prédéfinis : L'enfance, La joie, La ville, Le corps, L'amour, Le sexe, L'art, J'aime, Je n'aime pas, Libre. Les deux premières phases m'ont permis de confirmer l'hypothèse que les lettres écrites sur l'écran de l'ordinateur sont avant tout des «images de lettres». Le «penser en image» prend sur internet toute sa dimension. Le terme de «penser en image» est tiré du titre du livre de *Temple Grandin*, qui est en fait une proposition de l'éditrice Odile Jacob, car

l'auteur souhaitait le nommer : «*Le point de vue d'une vache*». Mais dans son livre *Temple Grandin*, atteinte d'un autisme d'Asperger, évoque que la sensorialité visuelle était sa manière de se représenter des choses aussi complexes que l'amour, Dieu ou des moments d'angoisse qu'elle pouvait éprouver. Ce qui nous intéresse, pour cet article, est plus la question de la mise en scène de l'affect en image. Ainsi, le choix de la police de caractère, sa taille, sa couleur sont autant de signes inconscients que l'adolescent va utiliser.

Pour exemple, un article d'une adolescente sur *Skyrock.com* était écrit en police de caractère 5, de couleur grise sur un fond noir. En fait, elle voulait nous dire : «*Pour pouvoir me connaître, il faut se pencher sur votre écran pour pouvoir me décrypter*». Ainsi pour mieux saisir le concept de penser en image, il suffit de remplacer le verbe penser par tous les verbes à résonance affective : aimer, s'amuser, se venger, se détester, etc.

On le remarque d'autant plus dans les discussions qui ont lieu sur les messageries instantanées comme MSN, par exemple. Les Smileys, qui sont des dessins représentant en général des émotions de base, vont ainsi venir ponctuer implicitement des phrases qui sinon résonneraient comme du premier degré. Par exemple, il est possible de déclarer sa flamme tout en rajoutant, à la fin, un Smiley tirant la langue ! Ainsi, les adolescents de l'atelier Blog ont passé peu de temps dans le travail d'écriture, mais par contre ont utilisé un grand nombre de séances à peaufiner leurs pages par des choix de police de caractère, de couleurs et d'illustrations.

L'un d'entre eux qui souffrait d'un nanisme psychogène, pris dans une relation duelle à une mère intrusive aux tendances paranoïaques sévères se demandait s'il devait écrire le titre de son article «*amour*» en noir ou en rouge ? Question indispensable pour lui, même si le contenu de son article était plutôt factuel, où les affects étaient plutôt réprimés. Nous savons à quel point la défense par la répression de l'imaginaire est présente dans des moments de faille narcissique. Justement le titre comme le représentant de la «forme que l'on donne à voir» reste essentiel. Il choisit en fait la couleur rouge signe de sa capacité à expri-

-mer son agressivité. Malheureusement, les instances décisionnaires de l'administration de l'Hôpital d'Avicenne n'ont pas donné la permission d'un accès à internet pour l'atelier Blog. La cause évoquée étant la question des dérives possibles mais surtout fantasmées de la part de personnes qui, j'imagine, sont parents d'adolescents et sentent de plus en plus que ceux-ci leurs échappent entre autres à travers le temps passé sur internet. Les adolescents et moi-même étions réellement déçus et naturellement peu à peu ils ont désertés l'atelier blog.

Je pense qu'il faudrait que la médiation par le blog soit étendue à d'autres structures pour adolescents. Il existait déjà des ateliers par exemple «journal», où l'informatique était utilisée comme une médiation thérapeutique par la spécificité de l'écriture et de la mise en page qu'elle permet. Il s'agissait aussi de les aider à avoir un regard citoyen et de les inscrire dans la vie de la cité. J'ai moi-même participé à un journal produit par des patients adultes de l'ASM 13 (Association de Santé Mentale du 13ème arrondissement) qui se nommait «Mentalo». Malheureusement ce journal n'avait pas la couverture nécessaire pour être diffusé au-delà des autres patients ou personnels soignants. Pourtant ce journal avait aussi pour but de changer les mentalités de tout un chacun dans sa perception des «fous». L'atelier blog de par sa facilité de mise en ligne permet de toucher un public qui va bien au-delà d'un quartier ! La question que l'on pourrait se poser serait de savoir s'il est pertinent de spécifier que ce blog se fait dans un cadre soignant ou non ? En interrogeant les adolescents sur cette question, la plupart était d'accord avec l'idée que le label M.D.A (Maison Des Adolescents) apparaisse. On peut en déduire que si il y a honte, c'est plutôt du coté des parents qui voient dans une mise en ligne sur internet de leurs adolescents, pris en charge dans un cadre soignant, une «preuve par l'image» de leurs culpabilités parentales. Du côté des adolescents, j'y vois plutôt une reconnaissance de leurs souffrances.

Je me souviens ainsi, dans le cadre d'un atelier Jeu Vidéo, une préadolescente, qui

s'était incarnée dans le jeu les Sim's, en jeune fille avec une silhouette plutôt très ronde. Je fus, dans un premier temps, surpris car j'avais en tête que l'avatar était en grande majorité une représentation idéalisée. Puis, je me suis souvenu du premier entretien avec les parents qui évoquaient que leur fille, depuis un accident de voiture, souffrait de cauchemars et de troubles de la concentration. Je leurs faisais remarquer que j'observais aussi une surcharge pondérale importante de leur fille. Ils rejetèrent ce problème en insistant à nouveau sur le caractère traumatique de l'accident. Pourtant, les images parlent d'elles-mêmes et à travers cette personnification d'un avatar obèse elle exprimait que ce problème était essentiel, d'autant plus à un moment où l'image de soi est surinvestie.

En fait, internet permet à de plus en plus d'adolescents de jouer avec des identités virtuelles, qui sont des facettes de soi clivées, mais à chaque fois authentiques dans l'expression d'une quête identitaire. Cette forme de recherche va prendre un intérêt narcissique que s'il y a le regard de l'autre, à travers des clicks et des commentaires qui confirment ou infirment cette démarche. C'est là que l'interactivité prend toute sa mesure et fait des blogs ou réseaux sociaux sur la toile, une dimension auto curative. Se simuler comme un autre soi, va permettre à de plus en plus d'individus, et pas seulement des adolescents, de vérifier, parfois de manière répétitive, qu'il est possible de s'affranchir de certaines entraves et d'exister en IRL (In Real Life). Je pense surtout à l'entrave sadisante qui est celle de l'idéal du moi.

Pour exemple, un patient que je recevais en libéral, souffrait de ne pas assumer et vivre pleinement son choix homosexuel. Il me raconta qu'il était allé sur un chat hétérosexuel avec un pseudo féminin. Il put ainsi, virtuellement, ressentir le plaisir d'être un objet de plaisir pour un homme à l'abri du regard de ses instances idéatoires. Puis il passa au chat gay, qui représentait pour lui un acte de «fierté homosexuelle». Le passage en acte propre aux pathologies narcissiques trouve dans internet un lieu d'entraînement symbolique car il ne s'agit que de mots !

CONCLUSION :

Les espaces virtuels, représentent pour de plus en plus d'individus un lieu de désinhibition. Il est possible ainsi de mettre à mal ce fameux «misérable tas de secrets» et paradoxalement de mettre en scène une dérive que l'on rencontre de plus en plus dans notre société, à savoir le «tout dire et le tout montrer».

Les adolescents ne font que jouer voire montrer du doigt, à travers leurs expressions sur internet, les failles qu'ils repèrent dans notre société. Ils réinventent une culture qui échappe à la plupart des parents et c'est tant mieux ! De plus, face à une nouvelle forme de parents, qui ou sont défaillants et font de leurs enfants les dépositaires de leur intimité, ou parce que ceux-ci veulent rester éternellement à la page et jeunes, il fallait créer un lieu échappant à l'angoisse résurgente de l'adolescence ou ses objets d'amours Œdipiens deviennent dangereusement accessibles ■

Michael STORA

Psychologue, Psychanalyste et Directeur de la cellule psychologique de Skyrock.com

Les jeux d'asphyxie à l'adolescence : tentative de traitement par les conduites suicidaires d'une souffrance familiale et générationnelle

■ L'entrée dans l'adolescence donne lieu à une métamorphose identitaire faite d'une remise en question profonde des liens que l'adolescent entretenait jusqu'alors avec ses objets d'amour infantiles. Dans une société en panne d'instances à caractère initiatique, l'adolescent va créer ses propres initiations, expériences groupales ou solitaires, surtout lorsqu'il se sent sans assignation. L'appétence de l'adolescent pour le virtuel et les jeux vidéo arrive à ce moment-là, mais n'a pas forcément les effets destructeurs que l'on suppose souvent.

S. Tisseron met, d'ailleurs, l'accent sur un certain usage du virtuel qui favorise l'accès à l'imaginaire et qui permet l'ouverture sur les autres... virtuels, mais pas toujours. Il arrive, en effet, que des rencontres réelles se produisent et que des amitiés se nouent. L'usage problématique du virtuel est surtout à noter lorsque le jeune ne fait pas la distinction entre la réalité et le jeu, lorsqu'il utilise les jeux de guerre pour s'entraîner au combat réel, lorsqu'il se ferme sur ce monde-là sans l'attrait que représente le contact avec les autres dans les jeux en réseau. Dans ce cas, le virtuel viendrait renforcer une solitude qui est déjà très prégnante dans certaines situations. Solitude pas toujours visible ou mise en scène, mais parfois cachée dans les profondeurs de l'être. Ce texte met l'accent sur une expression de souffrance psychique, les conduites suicidaires chez certains adolescents, lorsqu'elles ne sont pas forcément compensées par un usage même soutenu des jeux en réseau, qui ont souvent la particularité et l'avantage de mettre le jeune en lien avec d'autres semblables.

Ma présentation des jeux d'asphyxie est inspirée de la situation d'un jeune adolescent de 13 ans qui se présentait comme bon élève, très sportif, gai (en apparence), mais qui n'avait pas accès à ses affects, à ses émotions, à ses mots pour en parler, et qui semblait s'interdire de

montrer qu'il allait mal, pour ne pas inquiéter, ni décevoir son entourage. Un jeune qui n'était pas forcément attiré par les jeux vidéo, qui n'avait pas vraiment de passion, pas vraiment d'addictions non plus. Un jeune sage qui cachait soigneusement sa détresse, et dont les recours à l'agir suicidaire étaient le contrepoint d'une immense solitude et d'un vide interne abyssal. Un jeune qui en est mort, comme d'autres d'ailleurs, que j'ai pu croiser à un moment donné, ou dont j'ai eu à rencontrer, par la suite, les parents dans l'état que l'on peut imaginer. Je leur dédie ce texte afin d'éclairer ce monde mystérieux que représente le mal-être adolescent, son origine et sa finalité, qui est parfois protégé par des addictions au virtuel, ou d'autres, en tant que symptômes protecteurs la plupart du temps, remèdes «bricolés» qu'il ne faut pas confondre avec le mal.

Mon propos souhaite mettre en lumière le manque d'assignation chez les adolescents et les tournures inquiétantes auxquelles il peut donner lieu. Un pas de côté, donc, par rapport à la question des jeux vidéo en réseau, qui deviennent parfois, lorsqu'ils sont bien compris et pacifiés, des leviers thérapeutiques intéressants susceptibles de développer le lien à l'adulte ainsi que le monde imaginaire. Un prétexte à la rencontre en quelque sorte, à condition de s'intéresser au monde actuel des adolescents, à leurs passions, à leurs créations.

Voici à présent, une étude sur ces conduites suicidaires que sont les jeux d'asphyxie, dont les jeunes se protègent parfois par l'usage même du virtuel.

Les jeux d'asphyxie, de non-oxygénation, ou de strangulation, s'ils ne sont pas nouveaux (ils étaient déjà en vogue il y a une cinquantaine d'années), n'ont jamais atteint un tel degré de gravité. Faisant de nombreuses victimes chaque année, ils sont affublés de plusieurs dénominations: jeu du foulard, jeu de la tomate, rêve indien,

rêve bleu, jeu des poumons, de la grenouille). Ils consistent à freiner l'irrigation sanguine du cerveau par compression des carotides (voire du sternum ou de la cage thoracique) pour éprouver des sensations intenses, avec ou sans utilisation d'un lien enserrant le cou. L'adolescent les pratique en groupe, ou seul, dans la grande majorité des cas au domicile des parents. Ils concernent essentiellement des garçons entre 8 et 17 ans, la moyenne d'âge qui se situe entre 12 et 13 ans, correspond donc à l'entrée dans l'adolescence. La plupart du temps ces «jeux» disparaissent au lycée, ce qui nous a donné à penser qu'ils ont quelque chose à voir avec l'avènement du sexuel génital, surtout lorsque la sexualité naissante fait ressurgir d'anciennes souffrances traumatiques qui ont marqué le lien familial, dans des contextes familiaux fragilisés, où il n'est pas facile pour le jeune d'être accepté et reconnu à une place adéquate.

Comme l'écrit S. Tisseron (2007), à propos de l'appétence des garçons pour le virtuel, les jeunes adolescents sont les premiers concernés par l'absence de rituels initiatiques. Alors que l'apparition de la menstruation chez les filles marque l'entrée en puberté, les garçons ont sans doute moins de repères susceptibles de leur permettre de se construire des représentations de leur métamorphose pubertaire qui s'amorce, en même temps que la société ne leur offre pas suffisamment de reconnaissance et d'assignation, et que les parents de plus en plus fragilisés et isolés, se raccrochent à leurs adolescents qui ont pour mission de les combler narcissiquement, se retrouvant tout à la fois à des positions infantilisées et parentifiées. Certains adolescents se sentent transparents, perdus dans l'espace temps ou pensant ne pas mériter de vivre. Les jeux d'asphyxie auraient une dimension ordalique, avec un sentiment de toute-puissance qui surcompense une détresse importante.

Le lien parents/adolescents

Les jeux d'asphyxie constituent une forme d'addiction vis-à-vis des tensions exces-

sives qui envahissent l'adolescent dans sa relation à l'entourage familial et qu'il ne peut ni comprendre, ni verbaliser, si ce n'est par des conduites à risques, addictives ou suicidaires. Dans sa manière d'interroger les parents et le milieu familial par la parole ou par le recours à l'acte, sur des incohérences qu'il ressent, les non-dits, les secrets et les zones d'ombre, l'adolescent va réactiver, chez eux, des souffrances anciennes et des traumatismes qu'ils pensaient avoir oubliés ou qu'ils s'efforçaient d'oublier, ce qui leur fait perdre pied dans leur fonction parentale. Ils se retrouvent souvent, vis-à-vis de leurs adolescents, comme des enfants ou adolescents souffrants qu'ils ont pu être eux-mêmes, et qui demandent réparation à la génération qui suit, s'appuyant ainsi sur la génération suivante pour tenter de retrouver leurs assises affectives et éducatives.

L'idée que les parents pourraient être de mauvais parents, alors qu'ils font ce qu'ils peuvent avec les moyens du bord, les amènent à agir sur l'adolescent par un certain nombre de rétorsions, donnant lieu à des modes relationnels très tendus, voire violents, inadéquats en tout cas, dans lesquels alternent tour à tour des positions de persécutants et de persécutés, alternance que l'on retrouve aussi chez l'adolescent, à la fois «agresseur» et victime dans ces scènes familiales actuelles qui rappellent étrangement parfois des scènes du passé. L'expérience montre que les parents, à travers l'adolescent s'adressent inconsciemment à leurs ascendants maltraitants à qui ils n'ont souvent jamais rien pu exprimer de leur colère et de leur révolte. Sur un plan latent, l'adolescent n'est pas le véritable destinataire de ces rétorsions, lorsqu'elles ont lieu. Disons plutôt qu'elles le traversent.

Aucune famille n'échappe à ces transmissions traumatiques qu'elles impactent de manière plus ou moins forte en fonction des vécus anciens difficiles : l'événement lui-même et ce que les adultes censés protéger l'enfant ont pu en dire à l'époque. Or il est important de rappeler que les parents font donc comme ils peuvent et ne sont pas responsables de ce qui les traverse sans qu'ils en aient conscience et sans qu'ils puissent l'éviter.

L'adolescent se retrouve donc «chargé», habité par ces tensions qui l'effracent, qui le désorientent et le confrontent aux effets d'un noyau mélancolique contenu dans ces transmissions traumatiques, dans la mesure où elles ont à voir avec des deuils anciens qui n'ont jamais pu se faire, relatifs à des événements trop douloureux étouffés, enterrés et apparemment oubliés. L'adolescent pourrait donc être envahi par une dépression majeure s'il n'utilisait des comportements dangereux pour se libérer en urgence de ces tensions qui l'emprisonnent et sur lesquelles il n'a pas la maîtrise. Les sensations viennent alors en lieu et place d'un processus de pensée qui ne peut s'engager, car ce serait se connecter avec une souffrance interne profondément anxiogène. Ce qui se joue sur le corporel vient en lieu et place de ce qui ne peut se jouer sur le plan psychique. Les puissantes sensations jouissance/mort prennent alors le relais de ce qui ne peut ni se dire ni se penser.

Les sensations jouissance/mort

L'utilisation d'un lien enserrant le cou au cours du jeu du foulard, pourrait être la reprise métonymique d'un lien familial trop serré et étouffant et d'une impasse dans lequel l'adolescent se trouve, tandis que des sensations orgasmiques provoquant l'érection instaurent un jeu avec la mort, où la limite entre la vie et la mort serait érotisée. L'excitation serait alors de contourner la mort et d'en réchapper. Ces comportements où la strangulation est mise en acte, qui évoquent l'érection chez le pendu, nous ont fait penser, tels que les adolescents nous en ont parfois parlé, à l'extase au moment de la jouissance dans l'acte sexuel, une manière de tenter de dépasser les fortes angoisses que la sexualité génitale provoque, mais aussi d'éprouver des sensations fortes tout en faisant l'économie du rapport avec un partenaire sexuel, dans la mesure où ce rapport peut-être profondément anxiogène car il contient la possibilité d'une séparation ou

d'un abandon. Les sensations jouissance/mort compensent l'impuissance de l'adolescent vis-à-vis de ce qui échappe à sa maîtrise. Ces conduites à caractère ordalique que sont les jeux d'asphyxie transcrivent, tout à la fois, la violence que l'adolescent retourne contre lui et la jouissance qu'il éprouve à sortir vivant de ses confrontations répétées à la mort, en même temps qu'un moyen d'évacuer en urgence des tensions internes insupportables (*Durastante R., 2009, 2011*).

Pour illustrer la quête de jouissance, nous nous référons aux états modifiés de conscience (EMC), également nommés dans la littérature, expériences de mort imminente (EMI), expériences aux frontières de la mort (EFM), expérience de mort approchée (EMA) ou «near death experience» (NDE). Ces états sont consécutifs à l'anoxie cérébrale qui donne lieu à des hallucinations plus ou moins prononcées, pouvant aller jusqu'aux états de mort imminente (*Le Malefan P., 2001*). Ces états sont relatifs à un épisode comateux qui provoquerait de puissantes sensations de profond bien-être liées à l'étrangeté d'un au-delà entrevu, de sortie d'un corps génital que l'adolescent ressentait jusqu'alors comme profondément angoissant, ainsi qu'un retour à l'état de grande béatitude marquant les mouvements nostalgiques de régression dans le ventre maternel, ou à un état d'apaisement et d'anesthésie décrits dans les états de conscience entre la vie et la mort. Ainsi l'adolescent par la recherche de ces sensations jouissance/mort, marquant un moment initiatique très fort, éviterait la recherche d'un objet d'amour complémentaire et extérieur à la famille, dans la mesure où la relation amoureuse réactive des angoisses trop envahissantes d'abandon liées à une expérience de la frustration qui est forcément inhérente à sa recherche d'un partenaire sexuel. Mais certains adolescents refusent la frustration car elle réveille des angoisses d'immense solitude, de mort et d'anéantissement. Les décès avérés lors des jeux d'asphyxie, ne sont pas forcément des suicides, mais plutôt des accidents dus au fait que l'adolescent est allé trop loin, emporté par de puissantes sensations où il rejoint son désir de désincarnation et d'éternité, au-

delà de tout repère avec le réel. Il franchirait ainsi la limite ultime de la décharge orgasmique que représente la mort, paradoxalement recherchée et évitée dans ces «jeux» dangereux où l'important pour lui serait d'apaiser ses tensions internes et d'en sortir vivant (ces états font penser à une toxicomanie sans produit). Nous pourrions faire un rapprochement avec l'ivresse des profondeurs (narcose) chez le plongeur en apnée ou celle des cimes chez l'alpiniste. La condition du plaisir se situe dans les sensations liées aux effets de la raréfaction de l'oxygène sur les fonctions cérébrales. Le contournement de la mort, sa défaite figurerait un combat contre la frustration qui est inhérente aux limites qui imposent au sujet de renoncer ou de différer. Cette pseudo-réalité le libère artificiellement et illusoirement des contingences d'une réalité marquée par un rapport aux autres très inquiétant dans la mesure où les limites n'ont pas vraiment été construites en famille. Le recours à un objet d'amour externe engagerait un travail de deuil trop difficile à envisager pour certains adolescents. Comme chez le toxicomane (Géberovitch F., 1984), le recul de la limite correspond à un objet du besoin définitivement absent, sans être perdu, donc paradoxalement dans ce cas, à la fois présent et inatteignable.

Perspectives : cadre thérapeutique et créativité

Comme l'a écrit Ph. Gutton (2008), l'adolescent invente qui il est et ce qu'il est, à partir de l'inquiétante étrangeté de son corps pubère. Nous dirions que ce processus le conduit parfois dans des impasses où son inventivité est happée par une quête éperdue de sens à propos des ces parties mystérieuses de l'histoire familiale qu'on lui cache parfois pour ne pas lui faire de mal. Vie et mort se télescopent alors dans une quête de sensations qui le conduit aux confins de la vie, lorsque la limite n'est plus représentable.

Permettre à l'adolescent de jouer avec le dispositif thérapeutique mis en place autour de lui-même et sa famille est susceptible de constituer un espace transitionnel nécessaire à son appropriation. Ses aspects de malléabilité et de contenance peuvent réactiver l'élan créatif de l'adolescent et l'inscrire, à nouveau, dans un processus de vie. La prise en compte des parents et de la famille est nécessaire et permet de déculpabiliser les parents, de mettre du sens sur des zones de souffrances anciennes afin d'en faire le deuil et détendre le lien qui les unit aux enfants ■

Richard Durastante

Psychologue clinicien, Docteur en Psychologie



Bibliographie

DURASTANTE R., (2009), **Du transgénérationnel à la mort désavouée : les jeux d'asphyxie**, in *Actualités psychopathologiques de l'adolescence*, dir. MORHAIN Y., ROUSSILLON R., pp. 143-170.

DURASTANTE R., (2011), **Adolescence et addictions**, Bruxelles, Deboeck

GEBEROVITCH F., (1984), **Une douleur irrésistible, sur la toxicomanie et la pulsion de mort**, Paris, Inter-éditions.

GUTTON P., (2008), **Le génie adolescent**, Paris, Odile Jacob.

LE MALEFAN P., (2001), **Les expériences de mort imminente (EMI) au regard de la psychanalyse, Perspectives Psychiatriques**, 40, 2, pp. 125-132.

TISSERON S., et Al, (2007), **L'enfant au risque du virtuel**, Paris, Dunod, pp. 87-109.

Culture numérique et prévention : une «prévention 2.0» Des conduites à risques chez les ados

■ Programmer pour traduire, pour prévenir, pour simuler sont autant de domaines applicatifs du monde des systèmes d'informations. Ce qui change profondément aujourd'hui avec l'émergence du «full-web», c'est la facilité avec laquelle chacun peut désormais conduire tout type de simulation. Du prêt bancaire au plan de sa future habitation, du voyage à la réalité augmentée, tout semble concourir à une logique d'un présent prédictif et contrôlé. Si les gains de productivité sont indéniables pour les entreprises, mais également pour chacun, la frontière entre l'expertise simulée et l'expérience (cette forme de «savoir qui ne se sait pas») devient très fluctuante.

Voyage ou simulation de voyage. Vol ou simulateur de vol. Rencontre ou simulation de rencontre. Prévention des risques ou simulation des risques.

L'émergence d'une société se distingue par des signes caractéristiques. L'usage des technologies de l'information et de la communication sont maintenant suffisamment significatifs et repérables pour commencer à deviner l'émergence d'une société numérique. Peut-on parler pour autant d'une culture numérique (ce qui sous-entend presque quelque chose d'ordre anthropologique) et dans cette logique une évolution des cultures de la prévention ?

Personne n'a pu prévoir l'évolution des modalités de connexion. L'émergence des Smartphones est une vague qui a surpris par son ampleur. Les pays émergents comme de nombreux pays d'Afrique sont directement passés de l'absence de mode connecté au Smartphone. La vitesse du changement est fulgurante.

Elaborer de nouveaux dispositifs dans ces contextes à fortes fluctuations imprévisibles est complexe. Tous les acteurs de prévention se trouvent confrontés aux modalités d'intégration de cette culture. Intégrer de nouvelles dimensions est un enjeu majeur en

matière de prévention.

Les ados et les technologies de l'information et de la communication.

L'ennui et le questionnement sont deux états symptomatiques des adolescents auxquels l'univers du numérique répond à l'évidence.

« Fascination »

Dans ses études récentes (juin 2012), le CREDOC démontre avec exactitude le fort taux de pénétration de l'ordinateur et d'internet au sein du foyer et permet d'en dessiner les usages. La Fondation pour l'enfance démontre également dans une étude de 2010 que 60% des jeunes surfent à l'abri des regards dans un espace tranquille de la maison. Toutefois si cet isolement n'est pas accessible avec un ordinateur familial, ce souhait devient très vite réalisable par la multiplication des terminaux qui se connectent à internet (tablette, Smartphone).

Parmi les activités préférées des jeunes, nous retrouvons la consommation de programmes vidéos : téléchargement, streaming, vidéo à la demande, programmes télévisuels proposés voire exclusivement diffusés sur internet. Le temps passé devant la télévision a considérablement diminué. 60% des ados affirment qu'ils ne pourraient pas se passer d'internet plus de 24 heures.

La recherche d'un endroit isolé pour surfer et partir à la recherche d'une information fiable, ou en tout cas représentée comme telle, devient aussi un moment de découverte de collectifs tels que les groupes qui partagent et publient, soit par surenchère soit par démarche un peu illusoire, ce qui les préoccupe.

La démarche, même si elle a pu être initiée par un proche (rarement un adulte !) devient, en fonction de l'état de maturité de l'adolescent, une source unique d'information. C'est alors que surgit le risque d'une forme de désinformation. Ils sont pourtant nombreux à

penser que les Informations trouvées sur internet ne sont pas toutes fiables. Et deux sur trois n'entameront pas une discussion avec des inconnus. (*Fondation pour l'enfance*, étude 2010).

Ces collectifs qui parfois se matérialisent par des partages sur les réseaux sociaux au travers de 'hub' (point de convergence pour un même centre d'intérêt) montrent que cette activité initialement isolée face à son écran se transforme en un prétexte à se confronter.

Construction

Nous pouvons penser cet usage comme une forme de perte, d'altération de l'identité ou bien imaginer qu'il vient résonner de plein fouet avec une quête identitaire. L'illusion d'une maîtrise parfois maladroite, propre à cette période de l'adolescence, s'appuie aussi sur la facilité de l'immédiateté, et de l'instantanéité. La frontière entre le local et ce que l'adolescent vit «au loin en ligne» n'est plus un critère différenciant. Être présent, disponible, toujours en réaction pour les autres traduit aussi une dilution de soi, un oubli pour un temps de la contemplation de soi, d'un état réflexif.

Les jeux en ligne comme toutes les formes d'interactions numériques (réseaux sociaux entre autre) offrent une perspective de sociabilisation, de valorisation.

Le mode connecté, autonome et mobile correspond parfaitement au fonctionnement des ados qui dans leur quête identitaire vont privilégier les relations sociales au détriment des loisirs ; l'espace connecté devient à lui seul une nouvelle aire de jeu, une aire numérique qui divertit et surprend autant qu'elle accompagne un mouvement d'autonomisation vis-à-vis de la sphère familiale.

Les systèmes informatiques multitâches partagent le temps en une succession de petits

moments succincts pour accorder à chaque tâche un temps court pour la faire progresser. Ce sont ces instants cumulés qui donnent alors le sentiment que toutes avancent en même temps à la condition que le calculateur en charge de cette gestion soit assez rapide pour maintenir cette illusion.

Les ados par la maîtrise de ces temps multiples consacrés au surf, au visionnage, au tchat, aux sms, à l'interaction, à l'animation de ces réseaux sociaux donnent aussi le sentiment d'oublier les contraintes du temps. L'autorité supérieure (parents, éducateurs) est elle-même morcelée voire «mise à la corbeille». Les diffuseurs de contenus, par exemple, l'ont bien compris, et proposent tous une diffusion à la demande des contenus («Diffusion on demand»).

S'affirmer tout en étant connecté au réseau, exister au sein d'un réseau de contacts ou d'amis sont les composants d'une automatisation prise sur d'autre temps. Les temps à consacrer à d'autres activités se raréfient de fait. La notion même d'urgence se modifie, la notion des priorités s'éloignent d'un quotidien qui pourtant se déroule ici et maintenant.

L'adolescent est sous influence d'une technologie qui transforme les règles de l'interactivité, et modifie sa propre construction de l'espace et du temps.

Pour autant, même avec l'ouverture d'une information sans limite, le monde qu'il crée se réduit considérablement. La devise du «ce que je veux, quand je veux» est le modèle prédominant de l'ère numérique. Ce qui pourrait le contredire, le questionner ou lui résister n'existe plus sous la forme reconnaissable par les générations parentales. L'adolescent peut alors librement se laisser convaincre que le monde qu'il crée est le monde. Plus avant encore, tous les droits semblent acquis sur internet, y compris celui de passer un pacte qui met en danger.

Cette expérience du réseau peut affecter l'expérience intime. Le temps, l'espace, l'identité, la mémoire sont soumis à une force du réseau qui mérite que nous consolidions les retours d'expérience du rôle et de la place des dispositifs de prévention des conduites à risques.

Prévention numérique

Dans un contexte où le prix de l'information est dérisoire, les modèles de production de contenu ont fortement évolué (les difficultés de la presse écrite en témoignent tous les jours).

Si l'on considère que le coût associé à l'accès à l'information est proche de zéro, c'est aussi parce que la logique du lecteur-contributeur est poussée à son paroxysme. Chacun peut être rémunéré pour publier de l'information. Elle sera d'autant mise en avant sur les moteurs de recherche qu'elle intéressera beaucoup de monde et contribuera à générer du trafic pour elle-même et l'ensemble des idées associées. Une part des métiers de l'information est en train de muter. La gestion des contenus répond à des considérations relevant d'algorithmes prédictifs savants pour générer du trafic.

Aussi que peut-il en être de la visibilité, de l'accessibilité des dispositifs de prévention : peuvent-ils toujours être contenus dans la seule logique d'informations en ligne ?

Sur l'autre versant, quelle position adopter en matière de prévention des risques face à des sites, des blogs, initiant ou faisant l'apologie des conduites à risques ?

Ces deux versants : visibilité et apologie sont en réalité les deux composantes d'un même questionnement : existe-t-il une culture numérique qui justifie une prévention numérique ?

Culture numérique

Nous le constatons au travers des études quantitatives, les adolescents ne sont que peu concernés par la problématique de la fracture numérique (accès à une connexion). Pour autant parler d'égalité suppose que nous puissions définir ce qu'est une culture numérique et préparer les adolescents à l'appréhension culturelle, économique et sociétale de notre monde numérique.

Prenons l'exemple de l'information.

Chacun dispose d'une force d'information numérique. Grâce aux outils à consulter et produire du contenu en ligne : image, vidéo, animation de son mur sur un réseau social, commentaires, avis et discussions, blogs... chacun peut contribuer à une expertise communautaire voire autoproclamée. Poussé à l'extrême, il n'est pas absurde de considérer qu'une minorité puisse disposer pour «un temps numérique» d'un fort potentiel de visibilité. La reconnaissance par le réseau se substituant alors à la reconnaissance d'une expertise par les pairs.

Une information gratuite n'est pas non plus une information désintéressée. Contributeur, promoteur, lecteur chacun tient son rôle pour la placer chaque fois un peu plus en avant. Chaque sollicitation sur le réseau la rend ainsi toujours plus accessible. Sans que nous ne nous en apercevions ou que nous l'évaluions précisément, les algorithmes organisent beaucoup notre horizon numérique.

Ainsi les adolescents comme tous les autres usagers sont autant lecteurs que contributeurs indirects aux informations accessibles rapidement en ligne. Les outils qui analysent leurs usages, les traces numériques qu'ils laissent (données conservées) constituent un double numérique qui peut être aussi libérateur que risqué pour eux.

Nous avons appris dans la fratrie, la famille, durant la scolarisation, l'apprentissage professionnel les règles qui régissent le contrôle des informations qui nous valorisent. L'émergence d'une société numérique bouleverse ces constructions. La valorisation de soi vient s'enrichir des expériences sociales vécues en réseau.

Prenons un autre exemple autour de l'engouement à prendre des photos numériques en vue de les poster, (le succès *Instagram* appartient à cette catégorie). Nous ne sommes plus dans le partage, l'élaboration de l'instant mais déjà dans le temps d'après.

La culture numérique est circulaire et fonctionne en réseau par rebonds. C'est à l'intérieur de cette circularité que les dispositifs de prévention en environnement numérique doivent se penser et s'élaborer.

Un dispositif de prévention qui intègre des «modalités connectées» pose inévitablement la question de l'articulation entre instant de la prévention, du soin et l'instantanéité du réseau. Ces articulations sont évoquées par *Michaël Stora* dans son article. «Le lieu d'accueil et de prévention peut-il être un lieu connecté?».

In fine : tous les lieux sont-ils des lieux de connexions ?

Ipsos au cours d'une enquête auprès des 12-25 ans rapportent que près de 50% des ados envoient des SMS et téléphones depuis leur lit. Plus de 40% envoient des SMS en mangeant. Ils sont nombreux à pousser la porte de nos dispositifs de soin en comptant rester connectés !

Prévenir des conduites à risques dans cet espace où l'instantané sous-tend le changement permanent nous amène à poser la question de l'articulation d'une pratique de prévention hors ligne avec une culture de prévention en ligne. C'est également poser la

question de la prévention des conduites risquées dans une culture où ce qui est durable s'organise selon des modalités propres à une logique d'accumulation d'instantanés (sédimentation numérique).

Ce mode connecté dans lequel les adolescents évoluent et se construisent avec un apport d'informations instantanées circulaires et infinies induit une désincarnation des relations tout autant qu'elle génère une forme d'hyper sociabilisation. La désincarnation des relations où la présence connectée devient plus importante que le contenu même de la relation. La métamorphose est telle qu'il n'apparaît plus envisageable de trouver un épanouissement, un développement, sans expérimentations en mode connecté.

L'adolescent confronté à ses propres restructurations psychiques s'adapte aux incertitudes et aux métamorphoses. Il tente d'élaborer un moi privé confronté au numérique. Cette frontière de plus en plus floue peut nécessiter parfois d'accompagner son étayage avec des dispositifs moins sédimentaires sans pour autant être perçus comme une forme de rigidité.

Il ne s'agit pas de construire un dispositif pour être oublié au profit du suivant rendant caduque le précédent comme s'il n'avait jamais existé. L'information de prévention numérique doit pouvoir s'inscrire durablement dans ce temps en ligne et se faire entendre. Acteurs de prévention il nous appartient de penser nos actions sous le prisme d'une expérience supplémentaire de l'appréhension du temps, de l'espace et la mémoire de l'identité.

Imaginer de nouveaux espaces temps de prévention

Mettre en œuvre des dispositifs de prévention dans ce contexte d'émergence d'une culture numérique, nous contraint à revoir les logiques de détection, de présence et de suivi des dispositifs destinés aux adolescents.

La frontière entre prise de risque et simulation de risque est si fluctuante qu'il devient individuellement difficile de garder un contrôle de ses identités en ligne. Ce contrôle ne relève plus de la maîtrise individuelle mais d'un privilège. Privilège qu'il n'est pas rare d'appréhender tardivement non sans en avoir subi malheureusement les conséquences.

Le SMS ou les messageries instantanées appellent une activité multitâches. «Elaboren» est une action qui passe par le mail, la conversation téléphonique ou mieux encore le face à face. Les espaces temps de ces canaux ne sont pas identiques mais tous ont pourtant vocation à permettre un espace-temps de prévention.

La prise en compte des canaux de communication, la maîtrise du «serious game» ou bien encore la facilitation d'une prise de rendez-vous de consultation par réseau social sont quelques exemples de modalités que nos dispositifs de prévention numérique doivent petit à petit parvenir à maîtriser sans pour autant les figer ■

Olivier Carbonnel, Consultant systèmes d'informations - Psychologue



L'Ecoute par internet

■ **S.O.S Amitié** qui depuis cinquante ans pratique l'écoute par téléphone a ouvert il y a dix ans maintenant un service d'écoute par internet.

Cette écoute se pratique de deux manières différentes :

- Par messagerie avec un engagement de réponse sous 48 heures au plus
- Par chat avec un service ouvert tous les jours de 19h à 23h (en collaboration avec *chat-accueil Bruxelles*)

Pour respecter l'anonymat qui est l'une des bases de l'écoute à *S.O.S Amitié*, un logiciel a été mis en place afin que l'origine du message ne soit pas connue de l'écouteur. Et les principes de cette écoute sont exactement les mêmes que pour l'écoute par téléphone.

Actuellement seuls des écouteurs ayant pratiqué pendant au moins deux ans l'écoute téléphonique peuvent devenir écouteurs internet d'où un nombre relativement réduit d'écouteurs : 60.

Pour l'année 2012, il a été répondu à 4450 messages et à 3099 dialogues par chat (chiffres non définitifs).

Caractéristiques des appels internet

Les appels par chat se rapprochent beaucoup des appels par téléphone car ils sont comme eux dans l'immédiateté. Par contre, les appels par messagerie sont beaucoup plus écrits du côté appelant comme du côté écouteur et du fait du laps de temps imposé pour la réponse, ont très rarement un aspect d'urgence.

Les appelants internet sont bien sûr beaucoup plus jeunes que les appelants téléphone (1 sur 4 a moins de 25 ans) et la population féminine y est beaucoup plus représentée : les femmes représentent, en effet, 73% des appelants alors qu'elles ne sont qu'un peu moins de 50% au téléphone.

Les habitués sont moins nombreux qu'au téléphone et ne représentent que 20% des appels. Les problèmes évoqués dans les appels sont sensiblement les mêmes qu'au téléphone avec une prédominance de la solitude, du mal-être

et une augmentation des problèmes relationnels. Comme pour le téléphone, le nombre d'appels est en augmentation et demanderait un nombre beaucoup plus important d'écouteurs.

Dire sa souffrance par Internet

Écrire un mail, c'est pour certains une bouteille à la mer, un passage par l'écrit qui, même s'il nous est adressé, se suffit parfois à lui-même. Ils ne savent pas si nous leur répondrons en se lançant dans cette aventure, mais cela leur aura déjà fait du bien de mettre en mots ce mal-être qui les ronge... Ceux qui nous écrivent ainsi ont besoin de cette mise en mots, souvent solitaire, pour prendre de la distance avec eux-mêmes et évoquer leur souffrance. C'est bien souvent en fin de leur message qu'ils en prennent conscience et éprouvent le besoin de le dire, étonnés eux-mêmes de ce cheminement de la pensée que leur aura permis cette démarche d'écriture. Ce public là préférera utiliser la messagerie. D'autres n'auront pas cette maîtrise et leurs messages seront des appels au secours, des cris lancés, de la souffrance jetée là pour qui saura la lire et peut-être lui en parler demain...

Se connecter au chat exige, sans doute, moins d'hésitation, habitués que sont les utilisateurs à naviguer entre forums et réseaux. Se connecter au chat de *SOS Amitié* s'avère cependant pour nos jeunes appelants, adolescents ou jeunes adultes, une démarche plus hasardeuse... Ils ne sont pas sans ignorer qu'ils se trouvent dans un espace différent de ceux qui leur sont familiers, mais où sont-ils vraiment ? Est-ce un robot qui leur répondra ? Une «vraie» personne ? Ils savent cependant qu'un adulte est là pour les écouter et c'est pour cela qu'ils sont venus. Leurs sentiments sont alors souvent contradictoires : la peur de l'inconnu peut les faire brusquement raccrocher, la peur d'être jugés, de ne pas arriver à s'exprimer peut, au début, les paralyser.

Mais c'est aussi un flot de paroles qui jaillit quand la confiance est amorcée, quand le cadre est posé : pas de jugement, confidentialité, totale liberté d'expression et la garantie d'être

écouté là où ils en sont de leur vie, de leur errance, de leur questionnement, de leur souffrance sans fond, de leur solitude à mourir.

L'échange qui se déploie alors entre deux êtres humains qui ne se connaissent pas, qui ne se rencontreront jamais, peut permettre de tenter de dire l'indicible même si cela se produit soudainement quand peu de mots l'avaient annoncé : la scarification, les conduites à risques, l'inceste, le viol, l'isolement dans le groupe, le harcèlement, la différence, les problèmes familiaux, les relations douloureuses, le désarroi amoureux et ces idées noires, ce mal-être, l'envie que cela se termine ...Tout cela est exprimé avec la force du désespoir mais aussi, parfois, parmi des préoccupations plus anodines.

Un adulte oui, mais un inconnu

Le jeune qui s'adresse par Internet à SOS Amitié recherche l'écoute d'un adulte. Le langage utilisé, qui peut évoluer au cours d'un échange par chat, traduit ce souci de sortir du «groupe», de s'adresser à un adulte qui lui répond en tant que tel. C'est d'autant plus prégnant que surgissent souvent sous leurs mots, une défiance du monde des adultes, une impression de ne pouvoir s'adresser à eux, mais aussi un besoin de ne pas les décevoir, de ne pas leur faire de peine et parfois, de les protéger.

Nous leur offrons cet espace-là, fait d'écoute, de confiance et d'échange qui ne pourra jamais être de l'ordre de l'accompagnement personnalisé, juste l'opportunité pour eux de dire, de répéter, de construire, d'élucider... Pour, peut-être, continuer vers d'autres relais ■



RELAIS D'INFORMATIONS...CRPCS

■ Quelques éléments bibliographiques...

■ **Grandir avec les écrans, la règle 3-6-9-12**

Tisseron S., coll. temps d'arrêt/lectures, yapaka.be, 2013, 57 p.

■ **L'enfant et les écrans. Un avis de l'académie des Sciences remis le 17 janvier 2013.**

Collectif d'auteurs, Institut de France, Académie des Sciences, Le Pommier, 2013, 272 p.

■ **Danger potentiel d'internet et des jeux en ligne. Rapport d'experts de l'OFSP en réponse aux postulats Forster-Vannini (09.3521) du 09.06.2009 et Schmid-Federer (09.3579) du 10.06.2009,** Office fédéral de la santé publique (OFSP - Suisse), 21/02/2012, 43 p.

Pratiques des TIC

■ **Les pratiques de 9-16 ans sur Internet. Regards croisés entre parents et enfants. Principaux résultats,** Sondage Viavoice pour Trend micro, réalisé en ligne du 12 au 16/11/2012, décembre 2012, 24 p.

■ KREMER P. **Facebook, nouvelle porte d'entrée dans l'adolescence,** *Le Monde*, 23 mars 2013

■ **FaceBook et ses pratiques en collège et lycée. Enquête dans les collèges et lycées de l'académie de Dijon,** Académie de Dijon, CLEMI, avril 2012, 28 p.

■ **La santé des adolescents à la loupe. Données françaises de l'enquête internationale Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) 2010,** INPES, Dossier de presse, Septembre 2012, 24 p.

■ **Etudes Microsoft. Les enfants français sont bien cyberinformés,** *Internet sans crainte.fr*, 27 juin 2012

■ **« Se construire avec les TIC » Adolescents et jeunes des quartiers : construction de soi et rapport à l'autre. Clé de lecture et initiatives. Synthèse des Ateliers permanents Mai-Novembre 2011.**

Les Echos des ateliers permanents du CRDSU, n°8, 12/2011, voir pp. 4-7

- **Le "sexe 2.0" : Enquête sur le sexe virtuel via les webcams et les nouvelles technologies.** IFOP pour Cam4, 16 avril 2013, 37 p

Santé et TIC

- JUNET A. **Etude sur les pratiques internet des jeunes de 15 à 25 ans dans la région Rhône-Alpes en matière de santé.** IREPS Rhône-Alpes, juillet 2013, 35 p.
- GAUDET J. **Quand Internet permet aux jeunes de bien s'informer à propos de leur santé.** - C'est malade ! Un blog pour les professionnels jeunesse, 17 mai 2012
- THOER C.- **La consultation des forums de discussion sur le suicide serait associée à une augmentation des idéations suicidaires.**- Portail : Internet & santé (<http://blogsgrms.com>), 12 mars 2012

Outils

- **Accompagner les pratiques médiatiques numériques des jeunes : le guide des acteurs éducatifs.** CRIJ Rhône-Alpes, m@isontic Grigny, Fréquences école, octobre 2012, 56 p.



© Association Centre Jean Bergeret (ACJB)
Centre Régional de Prévention des Conduites Suicidaires Rhône-Alpes (CRPCS)
Edition Décembre 2013
Parution semestrielle

- Responsables éditoriaux : Isabelle BOUET-RIVOAL, Max PAVOUX
- Composition : Martine GUILLAUME
- Actualités & Documentation : Martine GUILLAUME



Centre Régional de Prévention des Conduites Suicidaires Rhône-Alpes
crpcs

ACJB – CRPCS - 9, Quai Jean Moulin 69001 Lyon
Tel. : 04.72.10.94.30 / Fax : 04.78.27.61.84

@ : crpcs@acjb.org
<http://www.acjb.org/>

