Document généré le 25 avr. 2024 01:30

Frontières

FRONTIÈRES

Leur mort, qu'est-ce que de jeunes suicidés veulent qu'elle produise ?

Francine Gratton, Ph. D. et Christine Genest, cand. Ph. D.

Volume 21, numéro 1, automne 2008

Prévenir le suicide

URI : https://id.erudit.org/iderudit/037876ar
DOI : https://doi.org/10.7202/037876ar

Aller au sommaire du numéro

Éditeur(s)

Université du Québec à Montréal

ISSN

1180-3479 (imprimé)
1916-0976 (numérique)

Découvrir la revue

Citer cet article

Gratton, F. & Genest, C. (2008). Leur mort, qu'est-ce que de jeunes suicidés veulent qu'elle produise ? *Frontières*, *21*(1), 72–81. https://doi.org/10.7202/037876ar

Résumé de l'article

Afin de comprendre ce que des jeunes, âgés entre 13 et 23 ans, ont voulu que leur suicide produise, nous avons analysé leurs lettres d'adieu à la lumière de leurs histoires de vie. Cinq types d'effets ont été identifiés : des effets positifs pour soi, produits par soi ou par les autres ; des effets positifs pour les autres, produits par soi ou par les autres ; finalement, des effets négatifs pour les autres. Comme complément d'analyse, nous traitons aussi des émotions négatives et de leurs liens avec le suicide et les lettres d'adieu. Nous terminons en soulignant l'importance, pour prévenir le suicide des jeunes de bien les connaître, de savoir discerner leurs forces et leurs faiblesses.

Tous droits réservés © Université du Québec à Montréal, 2009

Ce document est protégé par la loi sur le droit d'auteur. L'utilisation des services d'Érudit (y compris la reproduction) est assujettie à sa politique d'utilisation que vous pouvez consulter en ligne.

https://apropos.erudit.org/fr/usagers/politique-dutilisation/

érudit

Cet article est diffusé et préservé par Érudit.

Érudit est un consortium interuniversitaire sans but lucratif composé de l'Université de Montréal, l'Université Laval et l'Université du Québec à Montréal. Il a pour mission la promotion et la valorisation de la recherche.

https://www.erudit.org/fr/

Leur mort, qu'est-ce que de jeunes suicidés veulent qu'elle produise ?

Résumé
Afin de comprendre ce que des jeunes, âgés entre 13 et 23 ans, ont voulu que leur suicide produise, nous avons analysé leurs lettres d'adieu à la lumière de leurs histoires de vie. Cinq types d'effets ont été identifiés : des effets positifs pour soi, produits par soi ou par les autres ; des effets positifs pour les autres, produits par soi ou par les autres ; finalement, des effets négatifs pour les autres. Comme complément d'analyse, nous traitons aussi des émotions négatives et de leurs liens avec le suicide et les lettres d'adieu. Nous terminons en soulignant l'importance, pour prévenir le suicide des jeunes de bien les connaître, de savoir discerner leurs forces et leurs faiblesses.

Mots clés : *lettres d'adieu – suicide – jeunesse – émotions négatives – sociologie compréhensive – prévention.*

Abstract
In order to understand what effect youth between the ages of 13 and 23 years meant for their suicide to produce, their farewell letters were analysed in relationship to their life stories. Five types of effects were identified : positive effects for self ; positive effects produced by self or by others ; positive effects for others produced by self or by others ; negative effects for others. As an analysis complement, negative emotions and their link to the suicide and farewell letters were analysed. To conclude, the importance of knowing the young individual and how to discern their strengths and weaknesses is highlighted.

Keywords : *farewell letters – suicide – youth – negative emotions – comprehensive sociology, prevention.*

Francine Gratton, Ph. D.,
professeure titulaire, Faculté des sciences infirmières, Université de Montréal, membre chercheure du CRISE, Université du Québec à Montréal.

Christine Genest, cand. Ph. D.,
Faculté des sciences Infirmières, Université de Montréal, membre étudiante du CRISE, Université du Québec à Montréal.

Quand on pense à la plupart des adolescents[1] et jeunes[2] du Québec, malgré les difficultés associées à ces étapes de vie, on se plaît plutôt à les imaginer en train de s'amuser ou de discuter avec des pairs, de relever des défis, d'étudier ou de travailler pour se faire une place dans la société, bref en train de mordre à « pleines dents » dans la vie et de se préparer à l'affronter. Mais l'étude des statistiques sur les causes de mortalité à ces âges force à admettre que tous les jeunes ne sont pas dans cet état d'être. Bien que la tendance des taux québécois de suicide chez les 12-30 ans soit en baisse depuis quelques années, il n'en demeure pas moins qu'entre 2002 et 2006, 1215 jeunes âgés entre 12 et 29 ans (en moyenne 217 par année) mettaient fin à leurs jours[3]. De plus, pour les jeunes entre 15 et 29 ans, le suicide représentait, de 2002 à 2004, la première cause de mort en totalisant environ 30 % de tous les décès, taux un peu plus élevé que celui des morts causées par des accidents de véhicules à moteur[4].

Nos préoccupations par rapport à ces suicides ont influencé nos activités de recherche au cours des dernières années. Bien que nous ayons la conviction que le suicide présente toujours un côté énigmatique, nous avons voulu répondre à la question suivante : comment des adolescents et des jeunes en viennent-ils à mettre fin à leurs jours ? Deux recherches[5] ont ainsi été menées à partir de la perspective de la sociologie compréhensive de Max Weber, laquelle se préoccupe de la signification attribuée à leurs gestes par les acteurs eux-mêmes (Weber, 1965). En harmonie avec la pensée wébérienne et l'individualisme méthodologique de Boudon (1988), nous avons voulu comprendre le sens que ces jeunes et adolescents avaient pu attribuer à leur suicide. Pour y arriver, à partir d'entrevues avec des proches et de documents de toutes sortes provenant de l'adolescent ou du jeune (comme leur journal intime, leurs lettres d'adieu, leur correspondance, leurs dessins…), des histoires de vie de seize adolescents et jeunes suicidés ont été

reconstruites[6]. Parmi les documents rassemblés, nous avions en main des lettres d'adieu. Ces dernières représentent des matériaux très précieux car, contrairement aux témoignages des proches, elles nous donnent accès directement aux suicidés eux-mêmes en étant le produit de leurs propres pensées et de leurs sentiments à la fin (ou presque[7]) de leur vie. Nous avons analysé quelques-unes de ces lettres dans le but de percevoir, à travers leurs propos, ce que ces adolescents et jeunes avaient voulu que leur suicide produise. Bien sûr, nous sommes aussi conscientes de la limite des mots pour exprimer, pour traduire ce que des êtres humains ont pu ressentir à un moment où leurs émotions étaient probablement à un niveau très élevé d'intensité. Mais, tout comme Volant, nous considérons ces lettres comme plus qu'une simple note, qu' « un simple mot qu'on laisse traîner, ou qu'on écrit au hasard, pour se rappeler » (1990, p. 16). Elles représentent des messages importants laissés à leur entourage. Nous tenons à faire cette précision car, dans bon nombre d'études, l'expression « notes de suicide » est utilisée, ce qui ne correspond pas à la conception que nous en avons surtout lorsque le dictionnaire définit, par exemple, une note comme une « marque faite pour garder mention, indication de quelque chose » (*Nouveau Petit Robert*, 2001).

Dans cet article, nous retracerons l'utilisation des lettres d'adieu en recherche et nous ferons part d'approches épistémologiques pour en faire l'étude. Par la suite, bien que de nombreux matériaux aient été recueillis pour reconstruire l'histoire de vie de sept jeunes, nous nous limiterons à quelques extraits[8] pour éclairer l'analyse qualitative de lettres d'adieu qu'ils avaient rédigées, et ce, dans le but de proposer des réponses à la question suivante : Qu'est-ce que des adolescents et des jeunes suicidés veulent que leur suicide produise ? Comme complément de cette analyse, nous ferons part d'études traitant des émotions négatives tout en faisant quelques observations sur les liens étroits qui existent entre le suicide, les émotions négatives et les lettres d'adieu. Nous terminerons en proposant des pistes de prévention du suicide chez les jeunes.

L'UTILISATION DE LETTRES D'ADIEU EN RECHERCHE

GÉNÉRALITÉS

Les lettres d'adieu, laissées par 20 % à 40 % de suicidés (Foster, 2003), suscitent déjà l'intérêt des auteurs/chercheurs au 19e siècle alors que Brière de Boismont (1856) en étudie le caractère irrationnel (Volant, 1990). Cette perspective ne surprend pas au 19e siècle car ces lettres sont alors perçues comme le produit de suicidés et, comme l'écrivait Esquirol en 1838, « l'homme n'attente à ses jours que lorsqu'il est dans le délire et les suicidés sont aliénés » (p. 639).

C'est à partir des années 1950 qu'aux États-Unis comme au Canada, on s'y attarde plus sérieusement. À ce moment, tout comme d'autres chercheurs de l'an 2000 (McClelland *et al.*, 2000), Shneidman (1980, article original en 1973) met un bémol sur l'étude de ces lettres pour comprendre le suicide. Pour cet auteur, lorsqu'une personne adopte le suicide comme seule solution pour cesser de souffrir, elle développe une « vision en tunnel » (Shneidman, 1985). Elle concentre alors toute son attention sur ce geste qu'elle s'apprête à poser. C'est pourquoi, pour bien comprendre le sens contenu dans ces propos, il importe de les analyser à la lumière des détails de la biographie de la personne suicidée, ce qui est aussi notre avis. D'autres chercheurs, tel Leenars (1984), leur accordent une place de choix en prévention du suicide. Pour lui, elles constituent un point de départ inestimable permettant de prédire et d'évaluer les comportements suicidaires et parasuicidaires. En 1997, lors d'un *task force* de l'Académie internationale pour la recherche, la suicidologie reconnaît officiellement leur apport, tout comme celui d'autres documents personnels (Leenaars *et al.*, 2003).

DEUX APPROCHES SUR LE PLAN ÉPISTÉMOLOGIQUE

Une recension des études utilisant comme matériaux les lettres d'adieu permet de distinguer principalement deux approches sur le plan épistémologique. La première privilégie une position plutôt « extérieure » de la part du chercheur soucieux d'objectivité et de neutralité scientifique. Elle se rapproche des sciences de la nature visant à repérer les régularités, les ressemblances pour développer une connaissance macroscopique de la réalité. Quant à la seconde, elle privilégie une position plus « intérieure » des chercheurs voulant comprendre surtout la signification donnée par les personnes à leur existence et à leurs gestes. Elle se rapproche davantage des sciences de la culture intéressées par la singularité des êtres et des situations (Pirès, 1997 ; Freund, 1969).

Que nous apprennent les études construites à partir d'une position extérieure ou intérieure du chercheur ?

Position extérieure : recherche des causes, des facteurs de risque du suicide

Dans les recherches portant sur les lettres d'adieu, la position extérieure du chercheur est la plus répandue. Plusieurs suicidologues et chercheurs se sont intéressés au contenu des lettres d'adieu afin de déterminer les causes du suicide et d'en identifier les facteurs de risque (Demirel *et al.*, 2008 ; Handelman *et al.*, 2007 ; Bhatia *et al.*, 2006 ; Chavez-Hernandez *et al.*, 2006 ; Girdar *et al.*, 2004 ; Leenaars *et al.*, 2003 ; Foster, 2003 ; McClelland *et al.*, 2000 ; Brevard *et al.*, 1990 ; Posener *et al.*, 1989 ; Shneidman *et al.*, 1957).

Sur le plan méthodologique, on analyse alors les contenus des lettres pour en ressortir les principaux thèmes (Bhatia *et al.*, 2006 ; Foster, 2003), comparer le contenu de vraies lettres d'adieu à de fausses lettres (Shneidman *et al.*, 1957) ainsi que des lettres d'adieu rédigées par des personnes suicidées à celles de personnes qui ont tenté de le faire (Handelman *et al.*, 2007). On y analyse des caractéristiques de leurs auteurs en comparant, à l'aide de variables démographiques et de théories explicatives du suicide, les personnes qui se sont suicidées en laissant des lettres d'adieu à celles qui n'en ont pas laissées (Demirel *et al.*, 2008 ; Chavez-Hernandez *et al.*, 2006 ; Girdhar *et al.*, 2004), en tenant compte de leur groupe d'âge lorsque l'on compare les lettres d'adieu laissées par des personnes âgées (Salib, Cawley et Healy, 2002 ; Salib, El-Nimr et Yacoub, 2002) à celles laissées par des adolescents (Demirel et *al.*, 2008 ; Posener *et al.*, 1989), en identifiant les régions d'où proviennent leurs auteurs (Demirel *et al.*, 2008 ; Chavez-Hernandez et *al.*, 2006 ; Girdhar *et al.*, 2004).

Parmi les principaux résultats de ces études, on mentionne la pertinence de la théorie psychanalytique (Posener *et al.*, 1989) ou de celle de Menninger (Brevard *et al.*, 1990) pour comprendre les suicides. On les justifie en termes de perte, de rejet, de maladie (Leenars *et al.*, 1984). Comme motifs, on souligne la honte et le besoin de s'excuser (Foster, 2003) ainsi que des problèmes financiers, des déceptions en amour, du désespoir et de la dépression (Bhatia *et al.*, 2006). On retrouve aussi, dans les lettres d'adieu, des préoccupations d'ordre métaphysique et reliées à l'avenir (utilisation de verbes au futur) ainsi que des références au contexte social (Handelman *et al.*, 2007). Quant au genre, on apprend aussi que les auteurs de ces lettres sont plus souvent de sexe masculin (Bhatia *et al.*, 2006 ; Girdhar *et al.*, 2004).

Dans ce type d'analyse des lettres d'adieu, on sent donc la position la plus neutre possible du chercheur pour identifier des facteurs objectifs pouvant aider à comprendre ce qui a pu provoquer ces

suicides. L'objet de recherche n'est pas la dynamique intérieure ayant pu animer ces personnes lorsqu'elles rédigeaient ces lettres d'adieu.

Position intérieure : recherche du sens chez l'acteur

D'autres chercheurs, moins nombreux, adoptent une position plus intérieure devant ces lettres d'adieu. À l'aide d'une « compréhension empathique » (Weber, 1971 ; 1965), ils s'efforcent de s'imprégner le plus possible du monde intérieur de l'acteur pour mieux saisir le sens de son expérience. Ils essaient de comprendre les motifs, les sentiments profonds qui le poussent au suicide.

En 1967, dans l'analyse de lettres d'adieu, Jacob se préoccupe de la signification de ce geste par l'acteur. Il en effectue une étude phénoménologique et conclut par la proposition suivante : ces suicidés percevaient la vie comme un contrat entre le sujet et la société et leur suicide devient une rupture de contrat qu'ils justifient en évoquant les bonnes raisons d'agir de la sorte. En 1990, Volant s'intéresse aussi au sens du suicide pour la personne qui a posé ce geste létal et procède à l'analyse de lettres d'adieu à partir de la typologie de Baechler (1975). Il conclut que la fuite est le type le plus souvent identifié. Plus récemment, en 2008, Volant souligne diverses fonctions des lettres d'adieu dans l'*Encyclopédie de l'Agora*. Certaines sont d'ordre pratique, par exemple lorsque l'auteur indique aux survivants ses dernières volontés ou confirme qu'il s'agit bien d'un suicide. Elles permettent aussi à leur auteur de laisser sa trace et de livrer ses états d'âme du moment. Pour Volant, ces lettres deviennent l'équivalent de rites de réparation, de partage, de réconciliation, de vengeance ou de réintégration sociale après la mort.

La position que nous adoptons pour comprendre ce que les adolescents et jeunes de nos recherches veulent que leur suicide produise est aussi intérieure. À l'aide des entrevues effectuées auprès des proches de chacun de ces jeunes pour reconstituer leurs histoire de vie ainsi que des nombreux matériaux les concernant (voir tableau 1), nous pensons avoir acquis une « compréhension empathique » suffisante pour interpréter le plus justement possible le sens de leurs propos dans leur lettre d'adieu. Outre les lettres d'adieu, ces matériaux pouvaient être constitués de leurs agendas, journaux intimes, documents académiques (bulletins, travaux scolaires…), correspondance (lettres et courriels), photos, vidéos, rapports du coronaire et autres textes recueillis autour des funérailles.

TABLEAU 1

MATÉRIAUX AYANT SERVI À RECONSTITUER LA VIE DE SIX ADOLESCENTS ET SEPT JEUNES

Noms fictifs des jeunes	Nombre d'entrevues	Nombre de personnes rencontrées/position par rapport au jeune	Nombre de types de documents
Marie	8	9	9
		Père/conjointe, mère, sœur, enseignante, cousine, cousin, tante, meilleur ami	dont 5 lettres d'adieu (parents, mère, meilleur ami, cousine, copine)
Carole	8	8	7
		Père, mère, sœur, sœur, tante, cousine, meilleures amies, enseignant	dont une lettre d'adieu (non spécifiée à qui)
Mario	10	10	4
		Père, mère, enseignante, meilleur ami, 3 autres camarades, ex-employeur, copine	dont 4 lettres d'adieu (parents, frère, meilleur ami, copine et une autre)
Anne	8	10	10
		Mère, sœur, 2 tantes, 2 cousines, belle-mère, ami, intervenant, gardienne lorsque enfant)	dont 5 lettres d'adieu (mère, sœur, père, belle-mère, tantes)
Françoise	5	5	15
		Mère, sœur, religieuse, confesseur	dont deux lettres d'adieu (parents, sœur)
Guy	6	6	11
		Père, mère, frère, 3 amies	dont la lettre d'adieu à ses parents
Édith	7	9	27
		Père, mère, sœur, meilleure amie, copine, mère de sa meilleure amie, 3 enseignants	dont deux lettres d'adieu sous forme de courriels envoyés à ses amies une semaine avant son suicide

EFFETS QUE VEULENT PRODUIRE DES JEUNES PAR LEUR SUICIDE

En écrivant leurs lettres, ces sept jeunes[9] entendent bien que leur suicide ne soit pas vain. À des degrés divers de conscience, leur désir est que leur mort ne soit pas purement stérile mais qu'elle produise effectivement quelque chose pour eux-mêmes ou pour les autres. Les propos tenus dans ces lettres, analysés aussi à la lumière de leurs histoires de vie, démontrent que cinq d'entre eux pensent que leur suicide va produire des effets positifs pour eux-mêmes ou pour l'entourage alors que, pour les deux derniers, ces effets voulus par leur suicide sont négatifs.

PRODUIRE DES EFFETS POSITIFS POUR SOI

Les lettres d'adieu de Marie[10], Carole et Mario, dans le contexte de leur histoire de vie, permettent de conclure qu'ils croient que leur suicide va produire des effets positifs pour eux-mêmes. En raffinant cette analyse, nous constatons des distinctions dans ces effets positifs pour soi. En effet, nous verrons que, par leur mort, Marie et Carole visent à se faire elles-mêmes du bien. Ainsi, par le suicide, Marie pourra enfin se délivrer d'un état de continuelle morbidité alors que Carole pourra suivre son destin. En d'autres mots, les effets seront positifs pour soi mais par soi. Quant à Mario, il en est autrement car en se suicidant, il se fera du bien mais par l'intermédiaire des autres en ce sens qu'il ira enfin rejoindre ses grands-parents maternels qui lui donneront à nouveau cet amour dont il a été trop privé. Pour lui, les effets seront positifs, mais par les autres.

Des effets positifs pour soi et par soi

Marie

Par son suicide, Marie exprime qu'elle pourra enfin se libérer à plusieurs points de vue. Elle se libérera de son âme, de son esprit : « ce n'est pas un acte de quelconque méchanceté ou de vengeance mais plutôt une libération d'âme, d'esprit et de tout ce que tu voudras… » ; de sa tête « qui devient… un gros trou noir sans issue » ; de « cette société de merde sur laquelle, ajoute-t-elle, je ne dirai pas tout ce que je pense ». Tout au long de sa vie, Marie fut en proie

incessante à une vision noire, désespérante de la vie et de la société. Les propos de ses proches lors des entrevues soulignent cette vision sombre que Marie semblait porter en elle dès son jeune âge. Elle est décrite comme une enfant triste, introvertie et sensible par sa tante, sa mère, son père, la conjointe de ce dernier, une enseignante et son meilleur ami. Sa tante nous dit : « Depuis l'âge de 5 ans, je vois Marie […] triste intérieurement […] c'est une petite fille […] très fermée sur elle-même. » Ses parents livrent une perception semblable en se rappelant que lorsqu'elle « sortait de l'autobus [scolaire] on la regardait, on se disait : "Mon Dieu qu'elle a l'air triste" ». D'ailleurs, dans un travail scolaire qu'elle rédige en troisième année du secondaire et intitulé « Ma famille, mon histoire », Marie confirme leur perception en choisissant le mot « triste » comme un des deux éléments qui la caractérise. À cette tristesse s'ajoute sa sensibilité à l'entourage, comme le précise sa mère en disant qu'elle était « très sensible à l'entourage […], elle était touchée par tout […] elle prenait trop à cœur ». Son meilleur ami le confirme ainsi qu'une enseignante qui nous dira que Marie « captait tout [comme] une antenne parabolique ». Elle ajoutera que cette adolescente faisait partie de ce qu'elle appelle de « "vieux enfants" […] [elle était] tellement mature, tellement profonde […] beaucoup trop sensible, beaucoup trop… euh… intelligente […] d'une grande intuition, beaucoup de perspicacité tout ça, […] beaucoup trop pour une p'tite tête de 14 ans ». Elle souligne aussi que cette adolescente avait « l'impression que tous les autres vivaient sur un monde [*sic*] très superficiel […] alors beaucoup de difficulté à rejoindre les autres ». À la fin de sa vie, Marie confirme cette vision noire, désespérante de la vie et de la société en écrivant : « Tu dois entrer dans la noirceur en premier pour connaître la lumière » ou « La vie n'est qu'un rêve qui mène à la mort », « la vie, c'est un gros tas de merde ». Toutes ses lettres d'adieu se terminent par cette citation qu'elle dit de Rimbaud et de Verlaine et qui se répète comme un *leitmotiv* : « Nous ne sommes pas au monde, la vraie vie est absente. »

Dès qu'elle a pu prendre conscience d'elle-même, Marie a réalisé qu'elle était déjà, pour ainsi dire, morte à elle-même. Elle s'est suicidée alors qu'elle avait à peine 15 ans, mais elle avait déjà résolu de le faire depuis 2 ou 3 ans comme précisé dans une de ses lettres d'adieu. D'ailleurs, son père relate que Marie, alors qu'elle avait autour de 12 ans, parlait déjà du suicide dans son journal intime. De plus, ayant noté que ses propos étaient sombres dans ses travaux de français, il avait demandé à sa sœur (tante de Marie) d'aborder ce sujet avec sa fille, ce qu'elle faisait lorsque sa nièce la visitait. En réponse à la question de sa tante qui lui demandait si elle avait des idées suicidaires, ses propos étaient vagues. Elle disait « oui et non… » tout en prenant soin de la rassurer en ajoutant « que ça allait mieux… ». Même si tel n'était pas nécessairement le cas, on comprend sa réponse car les témoignages des proches indiquent que Marie voulait éviter de leur causer des ennuis. Elle était très soucieuse de leur bien-être, comme le précise son meilleur ami : « Elle avait un grand souci des gens […] [elle agissait comme] une grande sœur avec beaucoup de monde. » Sa cousine abonde en ce sens : « elle était là dès qu'on n'allait pas bien ». D'ailleurs, au cours de la fin de semaine qui a précédé son suicide, étant près de sa jeune sœur, les parents soulignent qu'« elle a joué avec elle comme elle n'avait jamais joué. Elle est allée au cinéma puis fait plein d'activités […] fait du quatre roues, elles sont allées au cinéma… ». Et la veille de sa mort, alors qu'elle n'avait pas posé ce geste depuis longtemps, elle était venue embrasser son père et sa belle-mère. Comme ils lui disaient être surpris, elle leur avait demandé : « Êtes-vous contents ou ben vous êtes pas contents ? » Et elle riait lorsqu'ils ont répondu qu'ils l'étaient. Lorsqu'elle mettra son projet de suicide à exécution, elle précisera l'avoir retardé en s'étant lancée dans la fuite de l'aide aux autres pour tenter d'oublier son état d'âme personnel, sa vision du monde, de la vie et d'elle-même fortement imprégnée de pessimisme, de noirceur, d'absurdité. Elle écrit alors :

> Tout ce que j'ai fais [*sic*] au cours de ma courte existence, je l'ai fait pour les autres, la preuve avant de faire ce que je me devais de faire j'ai attendu minimum 2-3 ans. Mais ça n'a fait qu'empirer les choses et mes pensées sur la plus totale des absurdités de l'existence humaine, et la mienne en premier lieu… (Lettre d'adieu à son père et sa belle-mère).

C'est pourquoi elle envisage sa mort par suicide comme un acte qui lui fera enfin du bien à elle, qui la libérera enfin de sa tête « devenue une grosse marmite en ébullition qui est sur le point d'exploser » (lettre à sa sœur M.) et de la « société merdique dans laquelle nous vivons » (lettre à son père et à belle-mère). Donc, ce que le suicide de Marie produit, c'est son bien à elle. Et ce bien, ce ne sont pas d'autres personnes qui le lui procureront, c'est elle-même qui se le donne, dans une perspective proprement et résolument nihiliste. Son bien, ce sera la destruction totale de sa vie, de son être et rien d'autre. Point final.

Carole

Pour Carole, ce que sa mort par suicide produira ne concerne aucune autre personne qu'elle-même, un peu à la façon de Marie. Son message d'adieu est d'un laconisme très signifiant. Il tient dans ces seuls mots : « J'ai suivi mon destin. »

Sa mort ne fait que boucler la boucle d'une destinée dont elle connaissait le caratère tragique, car elle en avait précocement pris conscience. Esprit mature et lucide malgré son jeune âge, tempérament de chef, de *leader*, de meneuse, elle était très exigeante envers la vie, envers elle-même et ses proches. D'où sa frustration continuelle face à la vie grisâtre qu'elle rencontrait sur son chemin de tous les jours. C'est ce qui ressort des entrevues effectuées avec les proches. En évoquant son enfance, sa mère nous dit que Carole « demandait beaucoup, même dans son carrosse […] [que] c'était une enfant toujours très frustrée » et, selon sa tante, « jamais contente ». Les propos de sa meilleure amie, alors que Carole fréquente l'école primaire, vont dans le même sens : « elle avait beau avoir tout pour être heureuse mais on dirait qu'il lui manquait quelque chose tout l'temps […] que c'était pas assez ». Plus le temps passait, plus cette frustration semblait s'amplifier comme le souligne sa sœur aînée : « En dernier, elle voulait tout le temps plus. » En pensant au devenir de sa fille si elle ne s'était pas suicidée, sa mère la perçoit comme « une personne qui aurait été très difficile à satisfaire, que ce soit au niveau de ses parents, au niveau de son conjoint […] à tous les niveaux ».

Cette frustration chronique amenait Carole à plusieurs prises de bec avec sa famille et ses meilleures amies. Parlant des relations de sa fille avec son entourage, sa mère précise que « sa façon à elle de nous aborder, c'était agressif » et son père d'ajouter que, dans la famille, Carole semblait prendre plaisir à « foutre la merde ». Une enseignante du secondaire insiste sur le tempérament explosif de Carole lorsqu'elle avait accumulé des frustrations : « Elle sautait, [elle était comme] le chaudron [dont] le couvercle sautait comme un *presto*. »

Même si Carole camouflait sa frustration par diverses drôleries et facéties (sa sœur, ses amies et sa tante la décrivaient aussi comme une bonne vivante, une personne drôle allant même jusqu'à être « folle par boutte »), elle avait conscience, néanmoins, que ce n'était pas là le fond de sa personnalité. Peu de mois avant sa mort (elle était en première année du secondaire), elle écrit cette lettre à sa sœur aînée. Malgré le ton badin, on sent son insatisfaction : « Salut ma grosse[11]. Ça va bien ? Moi bof ? Non sa [*sic*] va mal ! Je m'ennuie […]

Je me sens seule […]. Je m'emerde [*sic*]… J'ai rien à faire alors je t'écris, ha ha ha ! (Joke) ». Dans cette même lettre, Carole exprimera aussi à sa sœur son grand désir d'avoir pour amoureux un certain jeune homme tout en écrivant que « si il sort avec une fille je me suicide ! ». Elle signera « Ta sœur préférée », conclura avec une autre drôlerie tout en ayant pris soin de dessiner une petit bonhomme souriant et amusant. Mais son suicide quelques mois plus tard incite à penser qu'elle se donnait une façade extérieure pour tenter de se leurrer elle-même et donner le change à son entourage.

Mais sa grande capacité de réflexion intérieure et d'autoanalyse (son père, sa sœur, sa cousine ont insisté sur sa maturité et, surtout, sur sa lucidité : « pour son âge elle était très très très lucide ») lui a fait réaliser que ses exigences d'une vie riche persistaient toujours, que sa frustration se maintenait continuellement. Elle en a conclu que cette vie terrestre peu intéressante n'était pas son lot, que sa destinée à elle était tout simplement la mort, seule capable de la satisfaire. Plusieurs personnes ont souligné que Caroline était très mature (ent. 5.4, p. 38). Son père dit : « des fois elle pense comme une femme de- de vingt ans. » (ent. 5.1, p. 32) et « pour son âge elle était très très très lucide. » (ent. 5.1, p. 33) Sa sœur, plus vieille de 2 ans dit : « Elle était quasiment plus vieille de caractère que moi là ! [rires] » (ent. 5.2, p. 16-17). En fait, Caroline était plus proche de sa cousine Sonia, qui avait l'âge de Marie-Josée, que Marie-Josée elle-même. Sonia dit : « elle avait– 13 ans mais tsé elle agissait comme une fille peut-être de 16 ans./ […] tsé on pouvait jaser de n'importe quoi là pis euh– elle embarquait » (ent. 5.5, p. 3).

Donc, sa mort par suicide n'a rien à produire chez d'autres personnes. Elle ne fait que mettre fin à sa propre destinée. Son suicide n'est même pas, comme le fut celui de Marie, une libération d'une rumination constante d'idées noires. Il n'est tout bonnement, pour Carole, que fidélité à elle-même, qu'à une ligne pour ainsi dire tracée d'avance à sa propre vie.

Des effets positifs pour soi, par les autres

Mario

Mario, qui se suicide à 15 ans, attend de sa mort par suicide qu'elle lui procure l'amour dont il a manqué durant sa vie.

En mourant, Mario retrouvera ses grands-parents maternels qui l'ont vraiment aimé, plus particulièrement sa grand-mère décédée alors qu'il avait cinq ans. Selon la mère de Mario, pour cette dernière, Mario était son petit-fils préféré et elle prenait plaisir à le « gâter […] pas en cadeaux… en amour ». À son meilleur ami, il écrit : « T'en fais pas pour moi puisque je vais être avec mes grands-parents. » Mario n'a pas senti sur terre l'amour de ses parents qui apparaissent, dans leur relation avec leur fils, plutôt froids et insensibles. La mère d'un de ses amis et un voisin qui l'engageait pour de menus travaux rapportent que ce jeune garçon était toujours seul avec son jeune frère de qui il devait « toujours prendre soin […] Il [Mario] le trimballait tout le temps ». Pour ces personnes, il était laissé à lui-même car les parents travaillaient beaucoup et étaient peu à la maison. Les parents confirment que quotidiennement, comme ils étaient au travail, Mario devait réveiller son frère à 6 h 30-6 h 45 afin qu'il prenne l'autobus scolaire qui passait à 7 h 30. Une heure plus tard, c'est lui qui partait pour l'école. Les parents ajoutent qu'ils communiquaient peu avec leur fils d'autant plus que, pour eux, comme il était à l'adolescence, il n'était certainement pas intéressé à jaser avec ses parents. Pour le père, le message que livre un adolescent est celui-ci : « Écoute. J'vais à l'école, j'vais au secondaire, j'fais mes affaires, écœure-moi pas. » Il conclura en disant : « On connaît pas nos enfants, y sont complètement dans un monde. » Cette distance entre Mario et ses parents se traduit dans la lettre d'adieu, elle-même très froide et insensible, qu'il leur adresse : « Salut parents ! Ça doit pas aller vue [*sic*] que je suis mort… ». Il n'y a pas d'expression d'amour envers eux et on ne sent pas qu'il a été aimé d'eux.

Par son suicide, il ira chercher davantage d'amour qu'il n'en a reçu au cours de son existence. Dans chacune de ses quatre lettres (adressée aux parents, à sa bien-aimée, à son meilleur ami et une dernière trouvée dans la penderie), il débute par cette phrase : « En T-K, je dois être mieux là où je vais. » Mario a vivement recherché l'amour d'une jeune fille de qui il désirait grandement obtenir des faveurs sexuelles. « Je t'ai toujours aimé » [*sic*], lui dit-il, mais elle ne lui a pas retourné son amour et il n'a pu réaliser un de ses rêves préférés : sortir avec elle plus longtemps et la « déviarger ».

Sa mort lui permettra enfin de recevoir plus d'amour, particulièrement de la part de ses grands-parents, et ainsi d'être mieux que sur Terre.

PRODUIRE DES EFFETS POSITIFS POUR LES AUTRES

Par leur suicide, Anne et Françoise ne comptent pas tant retirer des bénéfices pour elles-mêmes. Elles misent plutôt sur des effets positifs pour les autres. Tout comme précédemment, le raffinement de l'analyse permet de distinguer entre des effets positifs pour les autres produits par soi et des effets positifs pour les autres mais produits par les autres. En effet, nous verrons qu'en se suicidant, Anne pourra enfin faire du bien aux autres en les faisant bénéficier de ses belles ressources alors que Françoise veut atteindre le même résultat, mais grâce à Dieu et à Jésus qui lui donneront la capacité de le faire.

Des effets positifs pour les autres par soi

Anne

Lorsque Anne se suicide à l'âge de 13 ans, elle désire que sa mort par suicide lui fournisse enfin l'occasion de donner sa pleine mesure, à la hauteur de ses grandes ressources intellectuelles[12] et morales qu'elle n'a pu, durant sa vie, faire valoir entièrement et qui n'ont pas vraiment été reconnues et appréciées par son entourage, surtout par les membres de sa famille.

Dotée d'une étonnante capacité d'amour et de générosité, elle fut en butte à toutes sortes de difficultés, d'épreuves physiques et morales qui l'ont pour ainsi dire amenée à vivre dans l'agressivité, en tension constante avec ses proches et qui, conséquemment, ne lui ont pas permis d'exprimer et de concrétiser adéquatement cet amour et cette générosité qui l'animaient.

En effet, bon nombre des proches rencontrés témoignent de cette capacité d'amour qui animait Anne, « c'était une fille de cœur ». Sa mère, ses cousines, sa gardienne (lorsqu'elle était enfant) la décrivent comme étant « très, très, très, très affectueuse ». D'ailleurs, dans une vidéo regroupant plusieurs photos d'elle à divers moments de sa vie, on la voit souvent en train de faire un câlin à une personne ou à des *toutous* en peluche. Elle était « quelqu'un qui aimait toucher, [qui] se collait ». L'une de ses tantes précise même qu'elle avait l'impression que, dans ses démonstrations d'affection, « c'est comme si elle se retenait tout le temps, tout le temps ».

Sa mère évoque aussi sa grande générosité en relatant que sa fille consacrait beaucoup de temps à écouter ses amies lui raconter leurs problèmes et à choisir avec soin un cadeau pour les personnes qu'elle aimait. Selon sa gardienne, « elle savait vraiment comment faire plaisir » et sa mère d'ajouter : « Elle pouvait prendre toutes ses économies pour faire un cadeau, pour m'en faire, pour en faire à sa sœur, pour faire plaisir. »

Mais tout au long de sa courte existence, bon nombre de difficultés d'ordre physique et moral feront obstacle à ses expressions d'amour et de générosité.

Sur le plan physique, Anne souffrait d'obésité et avait également plusieurs problèmes de santé. Sa sœur les résume ainsi : « elle avait souvent mal au ventre, des migraines ou des choses comme ça. Physiquement, elle était pas super gâtée là, elle avait souvent des maux divers […], elle allait quand même assez souvent à l'hôpital […] pour toutes sortes de raisons toujours différentes ». Au cours des deux années qui ont précédé son suicide, sa mère et sa sœur rapportent qu'elle s'est fracturée les deux bras, un à la suite de l'autre. Par la suite, elle a eu des problèmes avec ses jambes, ce qui a nécessité des hospitalisations et, jusqu'au jour de son suicide, de longues séances de physiothérapie. Un rendez-vous était aussi prévu pour investiguer la cause de ses douleurs dorsales.

Sur le plan moral, Anne avait aussi son lot de problèmes. Elle a trois ans lorsque ses parents divorcent, ce qui provoque des déménagements et changements d'école assez fréquents. Elle habite alors avec sa mère et sa sœur. Pour ses proches, tout au long de sa vie, Anne s'est ennuyée de son père qui, pour elle, était « comme un Dieu », dit sa mère tout en précisant qu'il était plutôt un père absent, ce que confirme la nouvelle conjointe du père. Voici la description qu'elle en fait :

> Il n'a jamais été le style de père à prendre ses filles aux 15 jours. Ça pouvait être une fois par mois, une fois par 3 semaines […] Y respectait rien de ce qui avait été entendu. S'il appelait à maison, pis les filles disaient : « Non, ça m'tente pas. » C'était parfait. Ensuite de ça, il disait : « J'vas vous prendre samedi matin. » On était rendu samedi à 4 h 00 pis y'était pas encore arrivé. Facque là, il les prenait à 4 heures et les ramenait à 8 h 00 le [même] soir […] Lui, il fallait qu'il refasse sa vie pis y'avait pas de place pour les filles.

Quant à la mère, devant assumer la responsabilité de ses deux filles et se décrivant comme « une femme qui avait pas d'emploi » au moment du divorce, elle doit faire un retour sur le marché du travail tout en poursuivant des études. Comme elle doit mettre les bouchées doubles, elle travaille « 7 jours semaine, à peu près 80 heures semaine ». Anne et sa sœur sont très souvent chez la gardienne et la mère, épuisée, continue de travailler tout en luttant contre une dépression. Annie aura à subir temporairement la présence d'un nouveau conjoint de sa mère avec qui la relation était du genre « comme chat et chien ». Heureusement pour Anne, la mère quittera cet homme.

Outre les difficultés familiales, ses proches rapportent qu'Anne, surtout à cause de son obésité, était victime de rejet à l'école primaire et secondaire. Suivant des rencontres avec elle quelques semaines avant son suicide, un intervenant de l'école raconte :

> Ce qui est ressorti quand on a fait un petit peu les tournées de classe suite à son suicide, c'est qu'il y avait des jeunes qui l'avaient pris un peu comme une tête de turc […] Il y avait des personnes qui […] lui disaient : « Écoute, la grosse, va te pendre, là. Tsé, ça nous ferait du bien sur la planète si t'étais plus là. »

Le rejet, Anne le vivait aussi dans ses rapports d'adolescente « en amour » avec des garçons. Dans son journal, elle écrit « Alors une fois de plus je me fait [*sic*] dire non. C'est de plus en plus déprimant. Ça sert à rien. »

Tous ces problèmes d'ordre physique et moral auront pour effet de mousser son agressivité et de provoquer des tensions dans ses rapports avec autrui.

À la maison, sa mère décrit ainsi le climat tendu qui y régnait à cause de disputes provoquées par Anne :

> Y avait beaucoup de chicanes chez nous. […] Anne était jamais en accord. A cherchait à provoquer sa sœur, a cherchait à me provoquer, a disait qu'on l'aimait pas […] qu'elle était pas importante que, tsé, a nous ramenait tout le temps, tout le temps, tout le temps ça […] Des fois, elle lançait quelque chose. Pis, je disais : « Bon, Anne, c'est quoi que tu veux dire par là ? » T'étais jamais capable de savoir pourquoi. Jamais, jamais, jamais, t'es arrivé à lui faire sortir le pourquoi.

Pour sa sœur, à la fin de sa vie, Anne était devenue plus agressive avec elle. Elle nous dit : « Pis, vers la fin, ben c'est ça, c'était souvent […] des p'tites crises d'agressivité, tsé, me sauter à la gorge ou […] pis, euh peser super gros sur mon cou [très petit rire] ». Ensuite, Anne s'excusait en ces termes : « T'es ma sœur préférée, tu le sais que j't'aime pis que j'voulais pas te faire ça, pis tsé, faut pas que tu m'en veuilles. »

Après sa mort, Anne se reprendra. Les propos contenus dans ses cinq lettres d'adieu (adressées à sa mère, sa sœur, la conjointe de son père, sa tante, l'amoureux de sa sœur) sont tous positifs, empreints de sérénité, de bonté et d'amour. Elle s'excuse de tous les torts qu'elle a pu avoir et des inquiétudes qu'elle a pu causer. Elle n'en veut à personne ; son suicide n'est « de la faute à personne ! » (lettre à sa mère). C'est la vie qui l'a tout simplement malmenée et qu'elle ne pouvait plus supporter parce qu'elle ne rendait pas justice à ses aspirations et à ses ambitions. Là-haut, comme elle le répète dans chacune de ses lettres, chaque fois qu'on aura besoin d'elle, elle sera toujours là pour apporter de l'aide à sa mère, à sa sœur aînée, à son père, à sa belle-mère et à tous ceux qu'elle aime.

Donc, sa mort par suicide lui permettra de donner aux siens de l'amour et de l'aide à foison, en dehors de toute tension, chicane et agressivité.

Des effets positifs pour les autres par les autres

Françoise

À l'instar de celle d'Anne, la mort par suicide de Françoise, alors qu'elle est âgée de 23 ans, veut produire du bien aux autres.

Dans sa lettre d'adieu à ses parents, elle écrit : « Là haut, je pourrai faire plus de bien qu'en étant en bas. Je veillerai sur vous. » Dans la lettre adressée à sa sœur enceinte, elle dit : « Je serai près de cet enfant quand tu l'auras sous les yeux. » Mais pour Françoise, cette capacité de faire du bien aux autres et de les aider sera toute nouvelle. Sur Terre, elle était bien pauvre en ressources, elle était faible et dépendante. Elle « faisait plutôt souffrir », écrit-elle. Profondément religieuse (elle aspirait à se joindre à une communauté religieuse), c'est la compagnie de Jésus et de Dieu qui lui donnera le pouvoir et la force de faire du bien aux autres, à ceux qu'elle aime, ce qu'elle ne pouvait accomplir ici-bas. Elle diffère d'Anne qui possédait déjà de grandes ressources et dont la capacité d'amour et de générosité ne trouvait pas, malheureusement, à s'exprimer à cause des nombreuses épreuves et difficultés auxquelles elle était en butte.

Par ailleurs, comme une autre adolescente dont nous analyserons les propos ultérieurement (Édith), Françoise dit que, par sa mort, « le monde est libéré ». Mais cette notion de libération, de mieux-être du monde, prend un sens bien différent de celui qu'évoquera Édith. Dans le cas de Françoise, il s'agit pour le monde d'être libéré d'un être faible, dénué de grandes ressources, se décrivant comme « trop égoïste et pleine d'autres défauts », d'une personne toujours dépendante et à la remorque des autres.

Conséquemment, ce que la mort par suicide de Françoise génère, c'est d'abord et avant tout de l'amour et de l'aide prodigués aux autres grâce à Dieu et à Jésus. De plus, elle libérera ainsi le monde qui cessera de souffrir à cause de sa faiblesse. Cette dernière, selon elle, lui avait été confirmée par la communauté religieuse qui lui avait interdit de prononcer ses vœux alors qu'elle l'avait accueillie comme postulante et novice depuis cinq ans.

PRODUIRE DES EFFETS NÉGATIFS

Les lettres d'adieu de Guy et d'Édith diffèrent de celles des cinq jeunes précédents. Leur suicide vise plutôt à produire des effets négatifs.

Guy

Ce que Guy veut que produise sa mort par suicide, alors qu'il a 17 ans, concerne uniquement les autres, c'est-à-dire ses parents et, plus particulièrement, son père.

Cet adolescent n'attend rien de sa mort, pour lui-même. Il veut tout simplement que ses parents la voient et la sentent comme un acte de vengeance et de haine à leur égard. Sa lettre d'adieu à ses parents est très claire et explicite à ce sujet : « Les troubles familiaux dont j'ai été victime mon fais [*sic*] chier pendant 4 ans. » Guy leur rend la pareille : « Aller [*sic*] chier », leur écrit-il. À son père qui, depuis 4 ans voulait le « crisser dehors », qui l'a toujours traité « de bon arien [*sic*] », il écrit : « […] vas [*sic*] chier je me suis rendu aussi loin que toi à l'école ». À sa mère, il dit : « je suis égoiste [*sic*], mais tu m'as très bien aprit [*sic*] comment l'être. Tes foutèses [*sic*] de valeur morale [*sic*] fous toi les dans le cul ».

Aucune trace d'amour dans son message d'adieu : rien que de la haine et de la colère ! Et il veut que son suicide et son orchestration les leur montrent clairement ; il veut qu'ils voient son suicide, qu'ils l'interprètent et s'en souviennent longtemps comme un acte de pure vengeance contre eux.

Ce que Guy attend donc de sa mort par suicide, c'est qu'elle leur laisse le souvenir amer qu'ils ne l'ont pas aidé, ni apprécié et qu'il s'est vengé en toute connaissance de cause.

Édith

Quant à Édith, par son suicide à l'âge de 14 ans, elle veut clairement signifier aux autres, à son entourage et au monde en général que s'ils ne veulent pas reconnaître ses grandes qualités, la richesse de sa personnalité, ses points de vue sur sa famille, sur son père en particulier et ses exigences amoureuses, elle « débarrasse du chemin » et les laisse à leur médiocrité. L'effet négatif qu'Édith veut pour les autres réside dans le fait que, par son départ, le monde pourra continuer à croupir dans son insignifiance. Si le monde l'avait reconnue avec ses ressources et lui avait donné la possibilité de les exploiter comme elle l'entendait, il en aurait été meilleur. Mais il ne l'a pas acceptée. Alors, qu'il aille au diable et qu'il macère dans son mauvais jus ! C'est ce qui ressort des entrevues avec les proches et des matériaux qui ont servi à reconstituer sa vie.

Édith possédait un fort tempérament. « Elle était forte de caractère […] Elle prenait beaucoup de place. […] c'était la *leader* », précise sa mère alors que son père et un enseignant soutiennent qu'elle avait beaucoup d'influence sur les autres. Elle était aussi très indépendante d'esprit. À plusieurs reprises, sa famille, des enseignantes et ses camarades la décrivent comme étant spéciale, unique et originale. Pour sa mère, Édith « était sûre de ses opinions ou de ses connaissances et elle considérait qu'un adulte n'avait pas plus raison qu'elle parce qu'il avait 50 ans ». Elle aimait aussi tout contrôler, non seulement sa propre vie mais aussi celle des autres. C'est en ces termes que sa sœur aînée nous en parle : « Édith avait tout le temps le tour […] d'avoir ce qu'elle voulait […] parce qu'elle se fâchait si elle l'avait pas […] Elle faisait comme peur au monde […] Pour pas qu'elle se choque, ben c'était mieux d'y donner ce qu'elle voulait. »

Ajoutons à cela une recherche de la perfection et de l'absolu « elle n'avait jamais de demi-mesure […] C'était jamais pâle […] Elle était entière, très passionnée », dit sa mère, et sa sœur d'ajouter : « C'était atroce. […] Fallait qu'elle réussisse parfaitement ou sinon elle le faisait pas. » On comprend alors qu'elle pouvait facilement devenir très exigeante et intolérante. C'est en ces termes que sa sœur résume sa personnalité : « Jamais de compromis, jamais… Elle était jeune pis c'était pas de compromis pantoute […] " Tout ou rien ". Elle, c'était sa devise. »

Elle était très perspicace et sensible comme le démontrent les propos de sa sœur, d'une amie de la famille, de son père et de sa mère : « Elle sentait tout », « On y passait rien », « Elle fouillait tout », « elle avait une lucidité là vis-à-vis des gens […] que des adultes […] n'auront jamais. » Par conséquent, devant des situations où elle percevait qu'on ne prêtait pas attention à ses besoins et exigences, où l'on ne reconnaissait pas le bien-fondé de ses idées, de ses attitudes et de ses sentiments, elle n'avait plus, d'après elle, d'autre choix que de quitter la scène et de laisser paître son entourage et le monde dans leur petite vie insignifiante. Ainsi, au cours des deux années qui ont précédé son suicide, les parents vivaient des difficultés de couple majeures. Édith, étant convaincu que son père avait tort, avait pris parti pour sa mère. Selon ses proches, son intransigeance l'incitait à conclure que sa mère devait tout simplement divorcer le plus rapidement possible. « Édith trouvait que j'divorçais pas assez vite. Elle aurait voulu que j'lui fasse la guerre [au mari] », dit sa mère, et l'amie de la famille d'ajouter : « elle [Édith] pensait là qu'en-dedans de 24 heures […] ils [les parents] se sépareraient pis sa mère se trouverait un appartement pis une job pis elle recommencerait à neuf, pis tout était *flushé* ». Mais la mère réagissait différemment et sa sœur rapporte qu'Édith « ne se sentait pas respectée parce que ça ne se faisait pas à sa manière ». Elle ajoute que « ce qui l'inquiétait [Édith], c'est que Ma retourne avec Pa » d'autant plus que les parents avaient décidé d'aller en médiation. Édith commet son suicide alors que ses parents vont en médiation pour la première fois. Est-ce pure coïncidence ? Sa mère précise aussi que ce soir-là, avant son départ de la maison, sa fille avait commenté ainsi son habillement (elle était vêtue de noir) : « Tu fais bien maman, prépare ton deuil. Sois forte. *Destroy*, maman. » Elle porte une chemise qui appartient à son père lorsqu'elle met fin à ses jours.

Sa lettre d'adieu dans laquelle elle écrit : « le monde sera mieux sans moi », n'est pas celle d'une personne pauvre en ressources, quittant le monde parce qu'elle ne peut ou ne sait quoi y faire de valable, mais plutôt celle d'une personne fière, consciente de sa valeur, qui abandonne le monde avec dépit parce qu'elle ne le juge pas digne d'elle, parce qu'il la sent comme un trouble-fête qui vient le déranger constamment. C'est comme si elle disait : vous ne voulez pas de moi, vous ne reconnaissez pas ma valeur et ne voulez pas en tirer profit, alors filez en paix tout seuls, je ne vous embêterai plus, vous pourrez mener votre vie à votre guise, c'est-à-dire, selon elle, médiocrement.

Donc, ce que la mort par suicide d'Édith produit concerne les autres. C'est un témoignage à leur endroit – empreint de fierté, de ressentiment, voire de colère – qu'ils n'ont pas su la reconnaître et l'apprécier à sa juste valeur. Édith les abandonne à leur propre sort. Ils ne veulent pas utiliser les grandes ressources dont elle dispose, et ainsi s'améliorer, qu'ils continuent alors de « végéter » dans leur insignifiance et leur médiocrité ! C'est en ce sens qu'elle recherche, par son suicide, des effets négatifs pour les autres.

SUICIDE, ÉMOTIONS NÉGATIVES, LETTRES D'ADIEU

À titre de complément à notre analyse des effets que de jeunes suicidés veulent produire par leur mort, nous ajoutons, à la lumière de quelques études traitant des émotions négatives, de brèves observations sur les liens étroits qui existent entre le suicide, les émotions négatives et les lettres d'adieu.

Les histoires de vie de tous les jeunes dont les lettres d'adieu ont été analysées montrent clairement que leur suicide fut grandement associé à toutes sortes d'émotions négatives qu'ils ont vécues. Dans le

sens décrit par Stein et Levine (1990), une émotion ressentie est négative face à un événement ou à une personne lorsqu'un être humain constate que l'événement ou la personne nuit à l'atteinte de ses buts les plus chers. Les propos des lettres d'adieu de chaque jeune le confirment : chez tous, y compris ceux qui ont voulu que leur suicide produise des effets positifs, on perçoit leur déception face à des buts qu'ils n'ont pas réussi à atteindre pour eux, les autres, la société en général.

EXPRIMER SES ÉMOTIONS SANS INTERLOCUTEUR…

Pour bon nombre d'auteurs, lorsqu'on ressent une émotion négative, il importe de l'exprimer (Lewis et Haviland-Jones, 2000 ; Brody, 1999). Inhiber cette expression peut exacerber des émotions comme la tristesse, la colère ou la culpabilité. Cette inhibition entraîne aussi une dépense d'énergie et prive une personne du soutien d'autrui tout en nourrissant ses problèmes (Brody, 1999). Mais il faut immédiatement préciser que l'expression d'émotions négatives ne règle pas tout d'elle-même. Il importe qu'elle se fasse devant un interlocuteur attentif. Autrement, elle peut même provoquer, accentuer un mal-être. C'est ce que démontre l'étude de Donnely et Murray (1991) effectuée auprès de 102 étudiants en psychologie. Les auteurs analysent les effets de sessions de psychothérapie, comparativement à ceux produits par des sessions d'écriture sur la douleur et la tristesse ressenties à la suite d'un événement traumatique. Pendant quatre jours, lors de sessions de 30 minutes, on invite les sujets des groupes de thérapie et d'écriture à relater un événement traumatique vécu, soit à un thérapeute, soit simplement par écrit sans interlocuteur. On prend soin de mesurer la tristesse et la douleur avant et après chaque séance. On constate que les sessions d'écriture provoquent une augmentation de l'humeur négative et une diminution de l'humeur positive alors que, après des séances de psychothérapie, l'humeur négative n'augmente pas et que, pour certains sujets, elle diminue. À partir d'un échantillon plus limité (56 jeunes), Murray et ses collègues (1989) effectuent une étude semblable et arrivent à des résultats similaires. Bien sûr, ces études présentent des limites parce que, entre autres, les événements traumatiques sur lesquels on écrit sont laissés au choix des sujets. L'étude de Ségal et Murray (1994) diffère des deux recherches précédentes, car les 60 personnes de leur échantillon expriment ce qu'elles ont vécu après des événements précis : un divorce, la perte d'une personne significative, la mort d'un être cher. Au lieu d'exprimer leurs émotions par écrit, on invite une partie des sujets à le faire sur un magnétophone (sans interlocuteur) et les autres dans un contexte de psychothérapie. Les chercheurs concluent eux aussi que les sujets vivent davantage de sentiments négatifs après avoir confié ce qu'ils vivaient à un magnétophone plutôt qu'à un psychothérapeute. Ces recherches démontrent les bienfaits de la psychothérapie. Mais, étant donné que les lettres d'adieu correspondent en fait à des sessions d'écriture sans interlocuteur, nous pensons, comme le démontrent les études précédentes, qu'elles ont pu également favoriser une augmentation de l'humeur négative chez ces jeunes et fertiliser un terreau propice au suicide.

ON NE PEUT PRATIQUER L'UNIFORMITÉ DANS LES MESURES DE PRÉVENTION. CE QUI CONVIENT À UN JEUNE NE CONVIENT PAS NÉCESSAIREMENT À UN AUTRE. IL FAUT TENIR COMPTE DE LA PERSONNALITÉ DE CHACUN ET DE TOUTES SES EXPÉRIENCES DE VIE, AUTANT LES MAUVAISES QUE LES BONNES.

La sociologie compréhensive dont nous nous inspirons appelle une compréhension empathique des sujets à l'étude. Nous avons effectué cette démarche à propos de leurs lettres d'adieu.

Nous imaginons aisément Marie[13], isolée dans sa chambre au sous-sol, en train d'écrire ses huit lettres (peut-être même neuf, selon un proche) au cours de la semaine précédant son suicide. Quelques jours avant sa mort, alors que sa jeune sœur entre à l'improviste dans sa chambre, Marie dissimule la lettre qu'elle est en train de rédiger en sentant le besoin de dire qu'elle est en train d'écrire un mot à telle copine. On peut penser qu'à diverses reprises, en un laps de temps limité, Marie rumine et met sur papier les propos sombres qui ressortent de son analyse d'une « société qui est merdique », d'un « monde où la vraie vie est absente… » Jour après jour, sans que personne n'ait l'occasion de la contredire, elle cogne sur ce clou et se convainc toujours davantage qu'il n'y a vraiment aucune raison de continuer à lutter dans un monde aussi moche. Elle finit par être envahie complètement par cette noirceur qui lui est familière et qu'elle absorbe jour après jour. C'est en ces mots qu'elle décrit comment elle la ressent : « Laisse couler la noirceur à l'intérieur de ton âme, tu verras, tu y prendras vite goût et peut-être même plaisir… tout comme moi. » Elle est prête à en finir avec la vie ! Mario, Françoise et Anne ont aussi écrit plus d'une lettre. Tout en tenant des propos différents, peut-être se sont-ils ainsi encouragés, eux aussi à mourir en alimentant toujours davantage leurs motifs de se suicider.

LA PRÉVENTION DU SUICIDE

L'analyse des lettres d'adieu de ces sept jeunes à la lumière de leur histoire de vie nous fait comprendre la variété d'effets qu'ils veulent que leur suicide produise. Nous en avons distingué cinq types : des effets positifs pour soi, produits par soi ou par les autres ; des effets positifs pour les autres, produits par soi ou par les autres ; finalement, des effets négatifs pour les autres. Il en ressort clairement que les valeurs, les intérêts, les motivations, les traits de caractère, les émotions qui président au suicide varient grandement chez les jeunes suicidés.

Cette constatation entraîne des conséquences importantes pour la prévention du suicide chez les jeunes. On ne peut pratiquer l'uniformité dans les mesures de prévention. Ce qui convient à un jeune ne convient pas nécessairement à un autre. Il faut tenir compte de la personnalité de chacun et de toutes ses expériences de vie, autant les mauvaises que les bonnes. Il en résulte que, pour prévenir son suicide, il est capital de bien connaître le jeune, de savoir discerner ses forces comme ses faiblesses. Autant dire que les parents, les éducateurs doivent établir un rapport de confiance avec le jeune, afin qu'il puisse se révéler à eux tel qu'il est et recourir à leur aide en cas de besoin. Afin aussi que les parents, les éducateurs puissent engager le jeune dans des projets, des expériences de vie susceptibles de faire contrepoids à ses faiblesses et de valoriser ses forces au maximum.

Il serait trop long de faire ici l'exercice en profondeur pour chaque jeune de notre étude. Formulons simplement quelques brèves remarques sur ce qui aurait pu prévenir leur suicide. Comment pourrions-nous aider des jeunes qui ressemblent à Marie ou à Carole, ces adolescentes à la fois douées sur plusieurs plans mais aux pensées si sombres sur la vie en général (Marie) ou si pessimistes devant l'avenir (Carole) ? Les propos de certains

chercheurs préoccupés par la présence plus fréquente d'émotions négatives au moment de l'adolescence peuvent nous inspirer. Pour expliquer une telle situation, Abe et Izard (1999) ainsi que Larson et Asmusser (1991) insistent sur les conséquences du développement notable de la capacité d'abstraction chez les jeunes âgés entre 13 et 18 ans. Ils acquièrent ainsi une grande capacité à analyser le monde qui les entoure, développent leur habileté à détecter des incohérences autour d'eux et sont alors susceptibles de vivre davantage de déceptions par rapport à leurs attentes. Carole et Marie vivaient ce genre de déception par rapport à tout. En concentrant leur attention presque exclusivement sur le côté sombre, triste ou fatal de la vie, elles faisaient de la rumination, comme le décrivent Brebner (2003) et Brody (1999). Utiliser des stratégies anti-rumination avec Marie, par exemple l'inviter à se centrer sur des pensées plus optimistes, à lire des œuvres ou à écouter des chansons dont les messages sont positifs, aurait probablement pu l'aider (Thayer *et al*., 2003). Quant à Carole qui était si amère devant son destin qu'elle percevait comme complètement fermé, si on avait réussi à l'impliquer dans des projets positifs qui lui auraient permis d'exploiter ses ressources au maximum et de se réaliser pleinement, peut-être que ce fatalisme se serait effrité et qu'elle aurait réussi à donner un sens positif à sa vie.

Comment aurions-nous pu assister Anne pour que les autres la reçoivent avec cet amour et cette générosité qu'elle voulait tant répandre ? Il aurait fallu l'engager dans des situations lui permettant de donner aux autres sans qu'ils se sentent envahis par elle. Qu'aurions-nous pu faire pour que Mario vive moins de solitude et reçoive un peu de cet amour dont l'absence le faisait tant souffrir ? Aider ses parents à comprendre ce grand mal d'amour de leur fils aurait pu être utile. Françoise était vivement consciente de ses grandes faiblesses ; elle se définissait largement en fonction d'elles. Mais son histoire de vie nous montre qu'elle possédait aussi certaines ressources. À la fin de sa vie, elle avait démontré qu'en certaines occasions, elle pouvait être utile à son entourage et appréciée de lui. Mais sa communauté religieuse l'assigna à une mission trop exigeante pour ses capacités et qui la confrontait constamment à ses limites. Guy, dont la colère était si intense envers ses parents et si difficile à réprimer, qu'aurait-on pu faire pour qu'il l'exprime autrement, de façon acceptable et sans la retourner contre lui ? Des sessions de thérapie, en compagnie de ses parents, auraient peut-être été utiles…

À la maison ou à l'école, pour offrir aux jeunes des mesures de prévention du suicide qui soient appropriées, il faut à la fois beaucoup de temps et une grande disponibilité. À cause des exigences du travail et des structures souvent rigides qui le caractérisent, les parents arrivent difficilement à le faire. Il en est de même à l'école pour les éducateurs et professeurs qui ont une surcharge de travail, notamment à cause de classes trop nombreuses et des difficultés d'apprentissage de bon nombre d'élèves. Ces deux situations au travail et à l'école nuisent à l'efficacité d'une politique de prévention du suicide chez les jeunes.

Bibliographie

ABE, J.A. et C.E. IZARD (1999). « The developmental functions of emotions : An analysis in terms of differential emotions theory », *Cognition and Emotion*, vol. 15, nº 3, p. 523-549.

BAECHLER, J. (1975). *Les suicides*, France, Calmann-Lévy.

BHATIA, M.S., S.K VERMA et O.P. MURTY (2006). « Suicide notes : Psychological and clinical profile », *The International Journal of Psychiatry in Medicine,* vol. 3, nº 2, p. 163-70.

BOISMONT, B. (1856). *Du suicide et de la folie suicide considérés dans leurs rapports avec la statistique, la médecine et la philosophie*, Paris, Baillière.

BOUDON, R. (1988). « Rationalité et théorie de l'action sociale », dans E. GUIBERT-SLEDZIEWSKI et J.L. VIEILLARD-BARON (dir.), *Penser le sujet aujourd'hui*, Paris, Méridiens Klincksieck, p. 139-163.

BREBNER, J. (2003). « Gender and emotions », *Personality and Individual Differences,* vol. 34, nº 3, p. 387-394.

BREVARD, A., D. LESTER et B. YANG (1990). « A comparison of suicide notes written by suicide completers and suicide attempters », *Crisis,* vol. 11, nº 1, p. 7-11.

BRODY, L. (1999). *Gender, Emotion, and the Family*, Cambridge, Harvard University Press.

CHÁVEZ-HERNÁNDEZ, A., D. PÁRAMO, A.A. LEENAARS et L. LEENARS (2006). « Suicide notes in Mexico : What do they tell us ? », *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 36, nº 6, p. 709-715.

DEMIREL, B., T. AKAR, A. SAYING, S. CANDANSAYAR et A.A. LEENAARS (2008). « Farewell to the world : Suicide notes from Turkey », *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 38, nº 1, p. 122-127.

DONNELLY, D.A. et E.J. MURRAY (1991). « Cognitive and emotional changes in written essays and therapy interviews », *Journal of Social and Clinical Psychology*, vol. 10, p. 334-350.

ESQUIROL, J.E.D. (1838). *Des maladies mentales considérées sous les rapports médical, hygiénique et médico-légal*, Paris, J.B. Bailli.

FOSTER, T. (2003). « Suicide note themes and suicide prevention », *International Journal of Psychiatry in Medecine,* vol. 33, nº 4, p. 323-331.

FREUND, J. (1969). *Max Weber*, Paris, PUF.

GIRDHAR, S., A.A. LEENAARS, T.D. DOGRA, L. LEENAARS et G. KUMAR (2004). « Suicide notes in India : What do they tell us ? », *Archives of Suicide Research,* vol. 8, nº 2, p. 179-85.

GOTTSCHALK, L. et G. GLESER (1960). « An analysis of the verbal content of suicide note », *British Journal of Medical Psychology*, vol. 33, p. 195-204.

GRATTON, F. (1996). *Les suicides d'être de jeunes québécois*, avec la collaboration de J. LAZURE, Sainte-Foy, Presses de l'Université du Québec.

HANDELMAN, L.D. et D. LESTER (2007). « The content of suicide notes from attempters and completers », *Crisis*, vol. 28, nº 2, p. 102-104.

JACOBS, J. (1967). « A phenomenological study of suicide notes », *Social Problem,* vol. 15, été, p. 60-72.

LARSON, R. et L. ASMUSSER (1991). « Anger, worry and hurt in early adolescence : An enlarging world of negative emotions », dans M.E. COLTEN et S. GORE, *Adolescent Stress – Causes and Consequences,* New York, Aldine de Gruyter, p. 21-41.

LEENAARS, A. (1984). « A logical empirical approach to the study of suicide notes », *Canadian Journal Behavioral Science,* vol. 16, nº 3, p. 249-256.

LEENAARS, A.A., J. HAINES, S. WENCK-STERN, C.L. WILLIAMS et D. LESTER (2003). « Suicide notes from Australia and the United States », *Perceptual and Motor Skill,* vol. 96, nº 3, p. 1281-1282.

LEWIS, M. et J.M. HAVILAND-JONES (2000). *Handbook of Emotions*, New York, Guilford Press.

MCCLELLAND, L., S. REICHER et N. BOOTH (2000). « A last defense : The negotiation of blame within suicide notes », *Journal of Community and Applied Social Psychology*, vol. 10, p. 225-240.

MURRAY, E.J., A.D. LAMNIN et S.C. CARVER (1989). « Emotional expression in written essays and psychotherapy », *Journal of Social and Clinical Psychology*, vol. 8, p. 414-429.

NOUVEAU PETIT ROBERT (2001). *Le CD ROM du Petit Robert*, version électronique, Bruxelles, Bureau Van Dijk, <http://www.bvdep.com/>.

PIRÈS, A. (1997). « De quelques enjeux épistémologiques d'une méthodologie générale pour les sciences sociales », dans J. POUPART, J.-P. DESLAURIERS, L.-H. GROULX *et al.*, *La recherche qualitative. Enjeux épistémologiques et méthodologiques,* Montréal – Paris – Casablanca, Gaëtan Morin, p. 3-54.

POSENER, J.A., A. LAHAYE et P.N. CHEIFETZ (1989). « Suicide notes in adolescence », *Canadian Journal of Psychiatry,* vol. 34, nº 3, p. 171-176.

SALIB, E., S. CAWLEY et R. HEALY (2002). « The significance of suicide notes in the elderly », *Aging and Mental Health,* vol. 6, édition du 2 mai, p. 186-90.

SALIB, E., G. EL-NIMR et M. YACOUB (2002). « Their last words : A review of suicide notes in the elderly », *Medical Science and the Law,* vol. 42, nº 4, p. 334-338.

SEGAL, D.L. et E.J. MURRAY (1994). « Emotional processing in cognitive therapy and vocal expression of feeling », *Journal of Social and Clinical Psychology*, nº 13, p. 189-206.

SHNEIDMAN, E.S. (1985). *Definition of Suicide,* New York, John Wiley & Sons.

SHNEIDMAN, E.S. (1980). *Voices of Death*, New York, Harper & Row.

SHNEIDMAN, E.S. et N.L. FARBEROW (1957). *Clues to Suicide*, New York, McGraw-Hill.

STEIN, N.L. et L.J. LEVINE (1990). « Making sense out of emotion : The representation and use of goal-structured knowledge », dans N.L. STEIN, B. LEVENTHAL et T. TRABASSO, *Psychological and Biological Approaches to Emotion*, Hillsdale, Lawrence Erlbaum Associates, p. 45-73.

THAYER, J.F., L.A. ROSSY, E. RUIZ-PADIAL et B.H. JOHNSEN (2003). « Gender differences in the relationship between emotional regulation and depressive symptoms », *Cognitive Therapy and Research*, vol. 27, nº 3, p. 349-364.

VOLANT, E. *et al.* (1990). *Adieu la vie… Étude des derniers messages laissés par des suicidés*, Québec, Bellarmin.

WEBER, M. (1965). *Essais sur la théorie de la science*, Paris, Plon.

WEBER, M. (1971). *Économie et société,* Paris, Plon.

WEBER, M. (1990 [1959]). *Le savant et le politique*, Paris, Plon.

Notes

1. Pour alléger le texte, le masculin inclut le féminin.
2. Dans ce texte, nous considérons que l'adolescence se situe entre 12 et 17 ans et la jeunesse entre 18 et 30 ans.
3. Ces chiffres proviennent du Bureau du coroner du Québec, septembre 2008.
4. Cette moyenne a été obtenue à partir de tableaux de décès et taux de mortalité selon la cause, le sexe et le groupe d'âge (entre 15 et 29 ans) pour les années 2002-2003 et 2004 publiés sur le site de l'Institut de la statistique du Québec : <http://www.stat.gouv.qc.ca/donstat/societe/demographie/naisn_deces/index.htm>.
5. L'étude sur les suicides à l'adolescence a été subventionnée par le CRSH.
6. Nous remercions toutes les personnes qui ont grandement facilité notre recrutement de ces participants. Un remerciement particulier à madame Danyelle Latreille.
7. Selon les propos des proches, certains jeunes et adolescents avaient commencé à rédiger leurs lettres d'adieu au cours de la semaine précédant leur suicide.
8. Pour une meilleure compréhension de notre analyse des lettres d'adieu, le lecteur aurait sûrement apprécié de plus longs extraits de l'histoire de vie des jeunes. Répondre à cette exigence aurait nécessité un texte beaucoup plus long que celui que nous pouvons présenter à l'intérieur d'un article. Par contre, pour qui veut s'y référer, plusieurs détails de l'histoire de vie de Françoise sont déjà publiés dans Gratton (1996) entre les pages 233 et 270. La rédaction d'un premier jet des histoires de vie de Marie, Carole, Mario, Anne, Guy et Édith est complétée. En 2010, nous prévoyons leur publication à l'intérieur d'un livre.
9. À partir d'ici, pour simplifier le texte, nous utiliserons l'expression « jeune » en incluant aussi les adolescents de notre étude. Tous ces jeunes avaient entre 13 et 24 ans au moment de leur suicide.
10. Tous ces noms sont fictifs.
11. Carole a une affection particulière pour cette sœur que j'ai rencontrée et qui est très mince.
12. Plusieurs proches soulignent son intelligence, sa grande facilité à apprendre. Sa mère dit : « Anne excellait dans ce qu'a touchait. » En première année du secondaire, elle était d'ailleurs dans une classe enrichie.
13. Ayant fait plusieurs entrevues à domicile, nous avons souvent vu le milieu de vie des jeunes de notre étude. Pour ce qui est de Marie, par exemple, lors de nos rencontres avec sa famille, nous avons visité sa chambre.