

Mieux comprendre l'autodestruction des hommes en détresse

Suzanne Léveillé
Professeure - Université du Québec à Trois-Rivières
Psychologue, membre du CRIVIF et du
Laboratoire de psychologie légale - UQTR
Colloque annuel centre de prévention du suicide
de Lanaudière
Atelier du 25 octobre 2017

Plan de la présentation

- 1. Introduction, quelques définitions et l'ampleur du phénomène
- 2. Mieux comprendre les enjeux psychologiques en 4 axes : la gestion des émotions, les mécanismes de défense, la séparation, la demande d'aide
- 3. Réflexions à partir de vignettes cliniques
- 4. Discussion et vos questions
- 5. Conclusion

Introduction

- Malgré de nombreuses études sur les enjeux psychosociaux d'individus suicidaires peu d'études portent sur une compréhension approfondie des enjeux psychiques des hommes en détresse, auteurs de violence contre soi ou contre autrui
- Mieux comprendre les liens entre le suicide et l'homicide

Ampleur du phénomène

- Il y a 3 fois plus d'hommes que de femmes qui se suicident au Québec
- 845 sur 1125 suicides
- Il y a 3 fois plus de femmes qui commettent une tentative de suicide
- Les hommes prendraient des moyens plus drastiques
- INSPQ, 2017

Ampleur du phénomène

- Une diminution du tiers des suicides commis par les hommes entre 1999-2012 – L'égaré et coll. 2015
- Toutefois le taux reste parmi les plus élevés dans les pays de l'OCDE – MSSS, 2012
- Le groupe d'âge le plus à risque est 35-64 ans

Ampleur du phénomène

- L'autodestruction fréquente chez les hommes auteurs de violence conjugale
- Les menaces de suicide seraient corrélées avec les comportements de violence conjugale plus sévères
- Léveillé et coll. 2009
- Le suicide d'hommes auteurs d'un homicide intrafamilial : de 30 à 80% en fonction des sous types

Ampleur du phénomène

- Le familicide : 80% de suicide Léveillé et coll. 2008
- Le familicide est l'homicide de tous les membres de sa famille (conjointe et enfant-s)
- Le filicide - l'homicide d'un ou de plusieurs de ses enfants et l'homicide conjugal : 30 à 50% de suicide

L'homicide suicide

- Phénomène séquentiel : l'homicide et ensuite le suicide de la personne quelques heures après
- Le familicide : l'homicide de l'ensemble de sa famille par un homme ; 80% de suicide
- Crime masculin et suicide élargi

L'homicide suicide

- Plus il y aurait investissement narcissique de l'autre plus la rupture est difficile à accepter et élaborer
- La perte devient une perte d'une partie de soi
- La rage risque de se retourner contre soi ou contre l'autre – ex conjointe

Processus homicide-suicide

- Il y aurait des similitudes :
- Réaction à un stress intense – perte
- Recherche de solution
- Impasse psychique et relationnelle
- Perte d'espoir – retrait – coupure avec les émotions et les autres
- Solution psychique

Mieux comprendre – pour une meilleure prévention

- Les éléments clés à tenir en ligne de compte :
 1. Les caractéristiques de la personnalité
 2. Le ou les déclencheurs – caractéristiques sociales
 3. Les caractéristiques criminologiques
 4. Les appels à l'aide
 5. La demande d'aide

Mieux comprendre les enjeux psychologiques

- Mieux comprendre **en 4 axes** :
 1. La gestion des émotions : Les affects dépressifs et l'impulsivité
 2. Les mécanismes de défense
 3. Les relations et les enjeux entourant la perte
 4. Les appels à l'aide
 5. La consultation – la demande d'aide

1. La gestion des émotions

- Affects dépressifs :
- Les symptômes dépressifs seraient semblables pour les hommes et pour les femmes toutefois, la manifestation en serait différente
- Symptômes : Tristesse, désinvestissement, perte d'appétit, de sommeil et du goût pour la vie...

1. La gestion des émotions

- Les affects dépressifs font parties de la vie
- Quand on vit une perte ou autres événements de vie difficiles : la souffrance psychologique, la peine est nécessaire et il est indiqué de la reconnaître et de l'exprimer
- Toutefois quand ces affects perdurent dans le temps et surtout quand la personne n'arrive plus à dormir, manger etc....

1. La gestion des émotions

- Il y a des gens qui seront portés à fuir leurs émotions dans toutes sortes d'activités
- L'excès pourrait devenir problématique comme par exemple, des sorties excessives, l'augmentation de la consommation d'alcool....
- Les comportements visent à éviter de vivre des affects difficiles – les affects dépressifs

1. La gestion des émotions

- Manifestations atypiques des symptômes dépressifs chez les hommes :
- Le retrait social par sentiment d'impuissance
- L'abus de substance
- L'incapacité à pleurer
- L'augmentation des conflits interpersonnels
- Le changement dans les activités sexuelles

1. La gestion des émotions

- Les difficultés de concentration
- Des problèmes ou conflits au travail
- Des crises de colère

• Magovcevic et Addis, 2008

1. La gestion des émotions

- Les manifestations de la dépression **chez les hommes** : le lien entre
- A. L'adhésion rigide à l'idéologie masculine- des rôles traditionnels de genre
- B. L'alexithymie
- C. La Colère et dépression

1. La gestion des émotions

- Le lien entre une forte adhésion avec l'idéologie masculine traditionnelle – les normes liées au genre masculin :
- Et la détresse psychologique, les symptômes dépressifs Genuchi et Valdez, 2015
- Et avec l'alexithymie

1. La gestion des émotions

- L'alexithymie se définit par la difficulté à identifier et nommer les émotions, l'accent mis sur le concret et non pas sur les émotions
- % élevé d'hommes qui présentent de l'alexithymie dans la population générale
- Et surtout chez des hommes auteurs de violence conjugale

1. La gestion des émotions

- L'adhésion rigide aux normes reliées à l'idéologie masculine – normes reliées aux genre - rôle traditionnel de genre :
- La dominance, le contrôle émotionnel, le rejet de la féminité, le dédain pour l'homosexualité, la recherche du pouvoir sur les femmes, la recherche d'un statut social élevé, la prise de risque et l'accent mis sur le travail

1. La gestion des émotions

- Selon les résultats de l'étude de Genuchi et Valdez (2015)
- Prédiction modérée des symptômes dépressifs : 3 éléments clés l'expression de l'agressivité, le trait de colère et l'adhésion rigide au rôle traditionnel masculin
- Male Role Norms Inventory – Levant et coll. 2007

1. La gestion des émotions

- L'importance de la colère et l'expression de l'agressivité dans la manifestation des symptômes dépressifs
- La dépression pourrait se manifester par un retour de l'agressivité sur soi
- **Réflexions** sur le % de suicide élevé chez les hommes

Pistes d'intervention

- Une première piste d'intervention
- Aider à nommer, verbaliser cette colère
- La colère, l'agressivité qui implique des conflits autant au travail que dans la relation de couple
- Comment **traduire** ou **décoder** cette colère en détresse ou en indicateur de détresse dépressive... A discuter

Pistes d'intervention

- L'importance de placer des limites tout en décodant et nommant les manifestations de la colère
- La colère serait au « dessus du panier » – et ce qui se cache en dessous est le plus important

1. La gestion des émotions

- Plus la personne présente de l'impulsivité plus les comportements pourraient devenir imprévisibles
- Aider la personne à contenir ; placer un délai entre la pensée et l'action

2. Les mécanismes de défense

- Ces mécanismes universels sont nécessaires pour bien s'adapter
- Pour mieux contenir nos émotions, différer les plaisirs immédiats
- Exemple de **mécanismes de défense adaptés** :
- L'intellectualisation, la rationalisation et la sublimation

2. Les mécanismes de défense

- Le clivage est un mécanisme dit primaire qui est beaucoup moins adapté
- Les individus aux prises avec de la détresse psychologique risquent d'avoir recours à des mécanismes de défense peu efficaces
- Certaines personnes qui vivent des échecs au travail ou dans leur relation de couple pourraient se percevoir totalement négatives

2. Les mécanismes de défense

- Se percevoir tout mauvais – vision clivée de soi même serait en lien avec une très faible estime de soi
- Cette vision clivée pourrait susciter encore plus de colère contre soi et des comportements violents contre soi ou d'autrui

2. Les mécanismes de défense

- Le clivage est un mécanisme tenace et pourrait susciter des conflits relationnels et aussi des comportements autodestructeurs
- Je me déteste tellement – je suis tout mauvais – que je ne mérite pas de vivre...
- Je suis un nul ...

Pistes d'intervention

- Aider la personne à parler de sa perception de soi
- N'arrive plus à reconnaître les aspects positifs de lui-même et des autres (le tout mauvais)
- Il pourrait être difficile pour un intervenant d'entendre une personne se dévaloriser de la sorte toutefois, c'est important d'être à l'écoute, d'aider la personne à verbaliser et ensuite l'aider à voir ce qu'il se fait subir

3. La séparation : un moment critique

- Un des **déclencheurs** de la détresse suicidaire des hommes est la perte et la rupture amoureuse
- La perte suscite inévitablement des affects dépressifs Et si la personne ne se l'autorise pas ou n'arrive pas à les vivre il y pourrait y avoir des conséquences :
- Cumul de colère contre soi et l'ex partenaire ; les agirs violents; l'évitement des émotions dans toutes sortes de comportements autodestructeurs

3. La séparation

- Selon plusieurs auteurs ce sont les femmes qui initient la rupture dans la majorité des cas – jusqu'à 80% des cas
- Les hommes se retrouvent face à la perte sans y avoir été préparés et parfois n'ayant pas envisagés la rupture avant l'annonce de celle-ci
- Un **choc** pourrait advenir dans un premier temps

3. La séparation

- Le choc et le refus d'y croire
- Le refus d'accepter la situation – pensant que ce n'est qu'un mauvais moment et que la situation va se replacer
- Les tentatives de retour en couple, pour éviter la rupture seraient des comportements fréquents

3. La séparation

- L'impasse psychique ou relationnelle implique que la situation n'est pas acceptée et la personne recherche une solution pour que celle-ci n'advienne pas
- Colère et les ruminations obsessionnelles ; la recherche solution

Élaboration du deuil

- Une rupture amoureuse est en quelques sortes une forme de deuil à élaborer
- Pour élaborer le deuil – l'acceptation est importante
- Certains hommes n'y arrivent pas
- Il s'accroche à l'autre – se dévalorise ou dévalorise l'ex conjointe
- Des mécanismes de défense non adaptés pourraient advenir

Élaboration du deuil

- La dévalorisation : je ne suis pas aimable, je ne suis plus rien
- Parfois teintée d'affects dépressifs
- La fuite dans l'action est aussi un mécanisme – je vais tout faire pour ne pas sentir
- La dévalorisation de l'autre – tu m'as trahis

Élaboration du deuil

- Face à l'impasse psychique ou relationnelle :
- La personne a tout tenter pour éviter la rupture
- La solution psychique autodestructrice
- Colère voire même la rage est retournée contre soi ou contre autrui

Élaboration du deuil

- La notion de séparation à haut risque (Ellis et coll., 2014)
- De plus s'il y avait avant la séparation des comportements violents, le risque d'agir au moment de la séparation augmente grandement

Les appels à l'aide

- Quant il y a menaces de suicide la personne tente d'appeler à l'aide – et pourrait ouvrir une porte à une demande d'aide...
- Si tu me quittes je vais me tuer
- Une façon de retenir la conjointe – une forme de contrôle

Les appels à l'aide

- Toutefois, il y a une demande et une attente relationnelle à retenir
- La consultation pourrait être possible même pourrait être difficile

Les appels à l'aide

- Plus la personne présente des enjeux narcissiques plus il est difficile de consulter ou de poursuivre la consultation
- Je suis assez fort pour m'en sortir seul Je n'ai pas besoin d'aide

4. La demande d'aide

- Les hommes ont du mal à demander de l'aide même en 2017 !! (Tremblay et coll., 2015; Guilmette et coll. 2016)
- La réticence est bien présente
- Les stratégies d'adaptation qui seraient typiquement masculine :
- La fuite, l'évitement, le refoulement des émotions
- Pourraient retarder le processus de deuil

Rupture et demande d'aide

- La reconnaissance de l'inconfort à demander de l'aide
- Le non jugement
- La recherche de solutions concrètes et immédiates
- Le soutien
- Aider la personne à briser l'isolement

En résumé

- Stress intense, rupture, litiges entourant la garde du ou des enfants
- Difficultés voire même non acceptation de la rupture
- Recherche de solution pour éviter la rupture
- Ruminations obsessionnelles
- Agirs – appels à l'aide

En résumé

- L'impasse psychique et relationnelle
- Coupure des liens et perte d'espoir
- Solution homicide – suicide qui devient petit à petit la seule solution
- Le passage à l'acte - planification

Cas cliniques

- Violence conjugale :
- Contrôle de l'autre pour éviter l'impuissance et les affects dépressifs
- Menaces de suicide – appels à l'aide
- SPS (Suicide Probability Scale) – score à la **sous échelle hostilité élevé** chez des hommes auteurs de violence conjugale

Un cas médité

- Selon les informations ...
- N'accepte pas la rupture, s'accroche
- Serait dépendant, centré sur ses propres besoins, impulsif
- Les appels à l'aide, refuse la rupture – consultation en couple
- Fuite de la dépression... agirs pour ne pas sentir

Un cas médiatisé

- Comportements violents – une prise de contrôle – combattre l'impuissance
- Fuite dans des comportements
- La dépression après le passage à l'acte
- En plus, si la personne présente des traits ou un trouble de la personnalité limite, narcissique

Un cas médiatisé

- TPN : Manque d'empathie, centration sur soi et difficultés à voir les besoins des autres, grandiosité rendant l'accès aux affects dépressifs encore plus difficile, réaction forte à **l'humiliation**
- TPL : Clivage ++, dépendance (anaclitisme), agirs autodestructeurs surtout entourant la séparation, réaction forte à **l'abandon**

Le cas de Christian

- Homme de 55 ans
- Retraite d'une carrière de Militaire
- Relation de couple de long terme ; violence conjugale psychologique – contrôle
- La conjointe qui veut la séparation – la violence conjugale augmente

Le cas de Christian

- N'accepte pas la rupture
- Se défend par la colère – les comportements violents et le contrôle
- Décide de consulter face à l'ultimatum de sa conjointe
- Présente de l'alexithymie, des affects dépressifs et de l'impulsivité

Le cas de Christian

- L'intervention dans un premier temps
- La reconnaissance des comportements violents
- Le contrôle – la violence psychologique et verbale
- Ensuite, aider la personne à faire le lien entre le vécu émotif et le ou les comportements violents
- Ensuite, quand c'est possible d'aider la personne à faire le lien avec son histoire personnelle

Le cas de Jean

- Jean est un homme qui a toujours voulu être le fort
- Celui qui n'a pas besoin d'aide
- Il n'a pas connu son père
- La relation avec sa a été tendue et teintée de violence de la part de la mère – selon monsieur
- Il travaille ++ et il mentionne qu'il s'occupait ++ de sa fille

Le cas de Jean

- Il voulait s'occuper de sa fille mieux que sa conjointe
- Jean boit et vit des problèmes de jeux compulsifs
- C'est sa façon de relaxer
- Les difficultés de couple augmentent
- Et la rupture définitive ...

Le cas de Jean

- Il n'accepte pas la rupture
- Il veut mourir ; il est en colère contre son ex conjointe de le laisser tomber ainsi
- Sa rage augmente – il n'accepte pas de devenir le père de fin de semaine...

Cas clinique

- Rupture définitive
- Affects dépressifs – rage – augmentation de la consommation d'alcool
- Recherche de solution – n'y arrive pas – ne consulte pas
- Passage à l'acte

Cas cliniques : Conclusion

- Reconnaissance des émotions
- La colère et surtout la peine ou la détresse psychologique si difficile à accepter
- Tolérer l'angoisse et la passivité
- De nommer et verbaliser avec un intervenant dans un premier temps et ensuite avec les membres de son entourage

Conclusion

- La détresse masculine se présente avec certaines particularités ; oser poser la question des idéations suicidaires et aussi des idéations ou pensées homicides
- Sous la colère, il y aurait des angoisses difficiles à avouer
- Si les idéations, les pensées violentes sont nommées c'est un pas dans la bonne direction...

Vos Questions

- Vos questions et commentaires
- Merci de votre écoute et
- Pour me contacter :
- Suzanne.levillee@uqtr.ca