



## **Le Centre de Prévention du Suicide**

Chiffres, exploration des causes  
et stratégie d'intervention

Moment d'inspiration Feeling You(th)

'Mental state of the youth' – 18/09/2024

MEGUERDITCHIAN Tsolair

Formatrice et Responsable de projet Postventions



**Le Centre de Prévention du Suicide propose un accompagnement spécialisé à chaque étape du processus suicidaire :**

- Ligne d'écoute gratuite et anonyme : **0800 32 123**
- **Forum** en ligne (modéré par nos psychologues)
- **Consultations** psychologiques (crise suicidaire et deuil après suicide)
- Formations, sensibilisations et postventions
- Webinaires, conférences, podcasts



## L'ANNEE 2023 EN QUELQUES CHIFFRES

**23 000** réponses aux demandes

**1964** consultations psychologiques

**73** bénévoles sur la ligne d'écoute

**16** nouveaux bénévoles

**34** groupes de parole

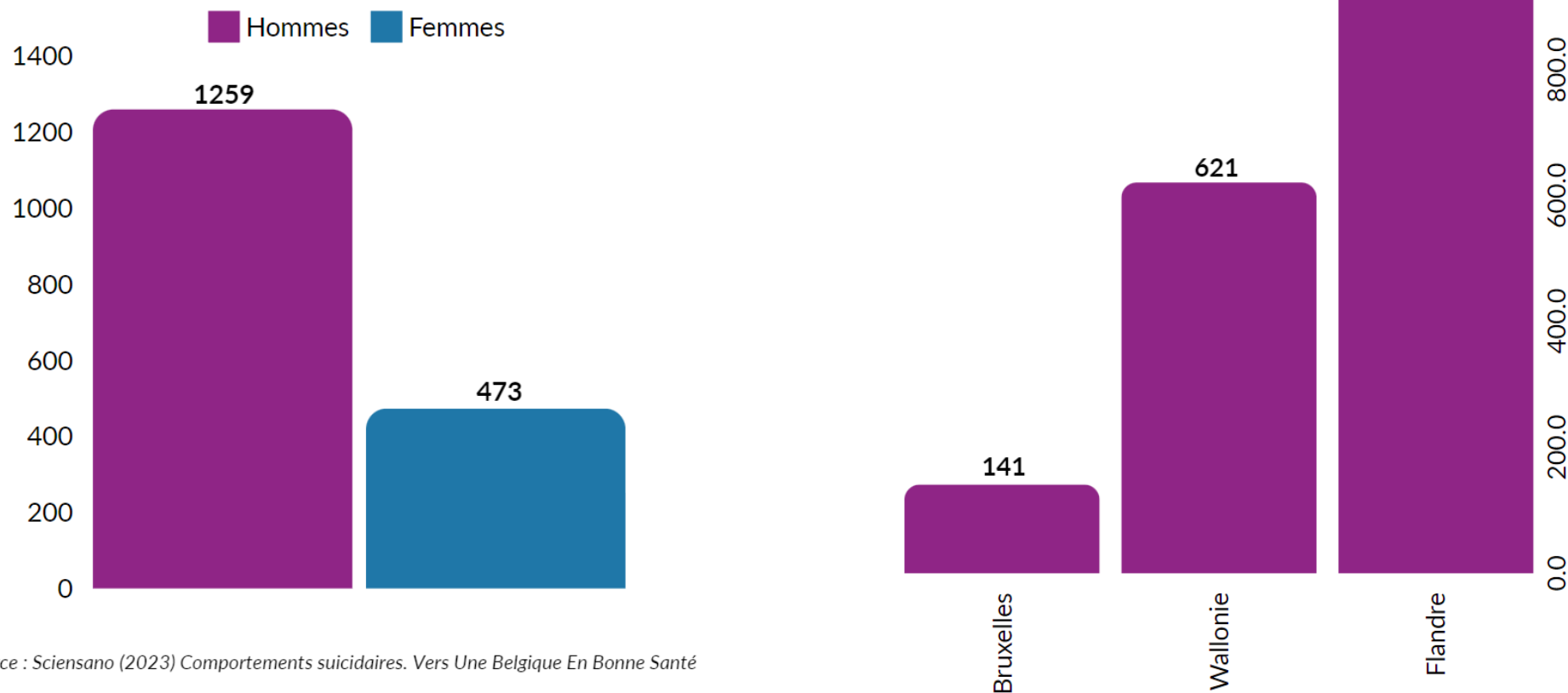
**150** nouveaux patients

**78** formations et sensibilisations

**15** postventions

## QUELQUES CHIFFRES SUR LE SUICIDE

En 2020, il y a eu 1732 suicides aboutis en Belgique.

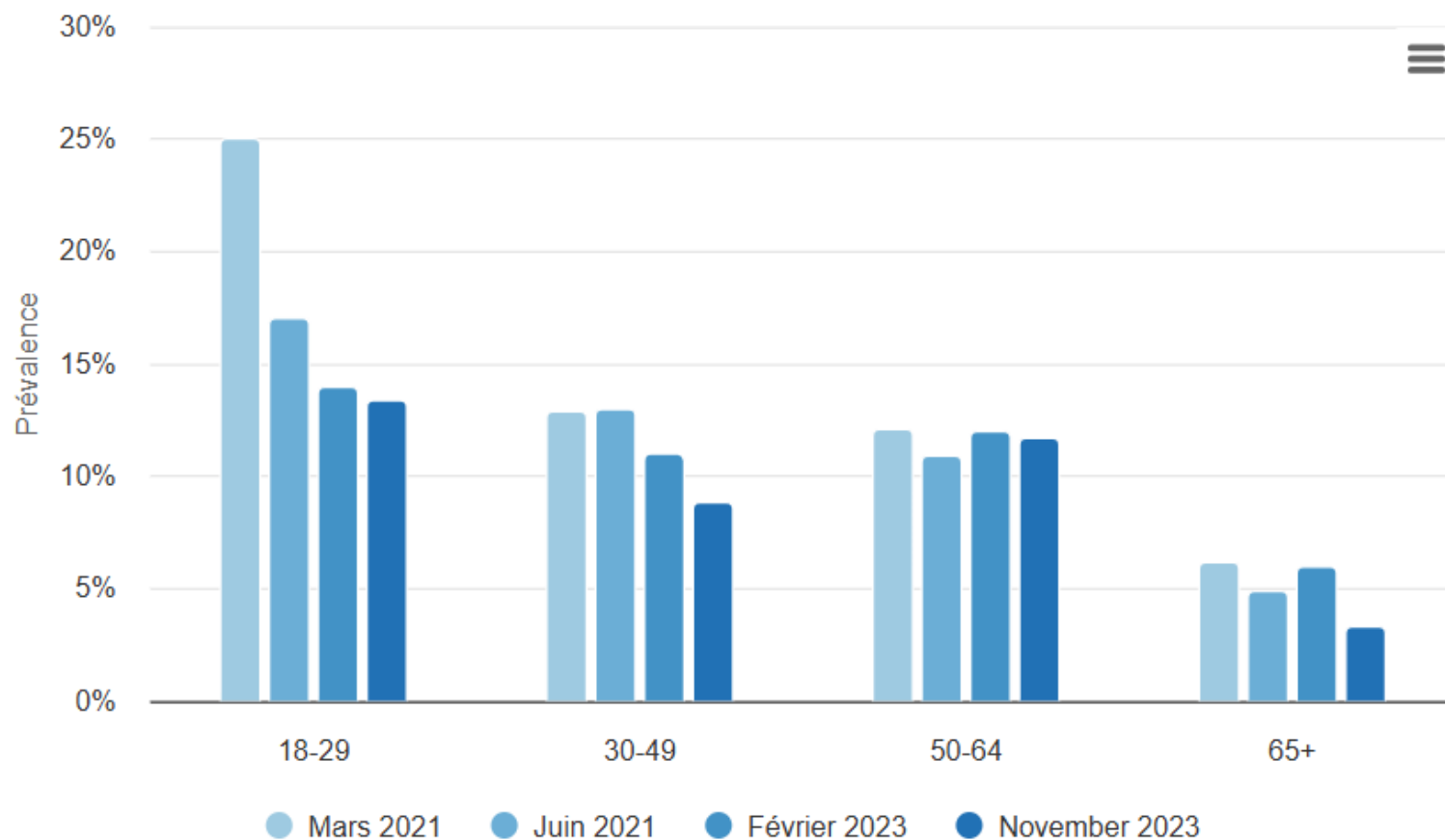




# QUELQUES CHIFFRES SUR LE SUICIDE

**Pourcentage d'hommes âgés de 18 ans et plus ayant eu des pensées suicidaires au cours des 12 derniers mois, par groupe d'âge, Belgique, 2021-2023**

Source : [Enquêtes de santé COVID-19](#), [Enquêtes BELHEALTH](#), [Sciensano](#) [1-4]

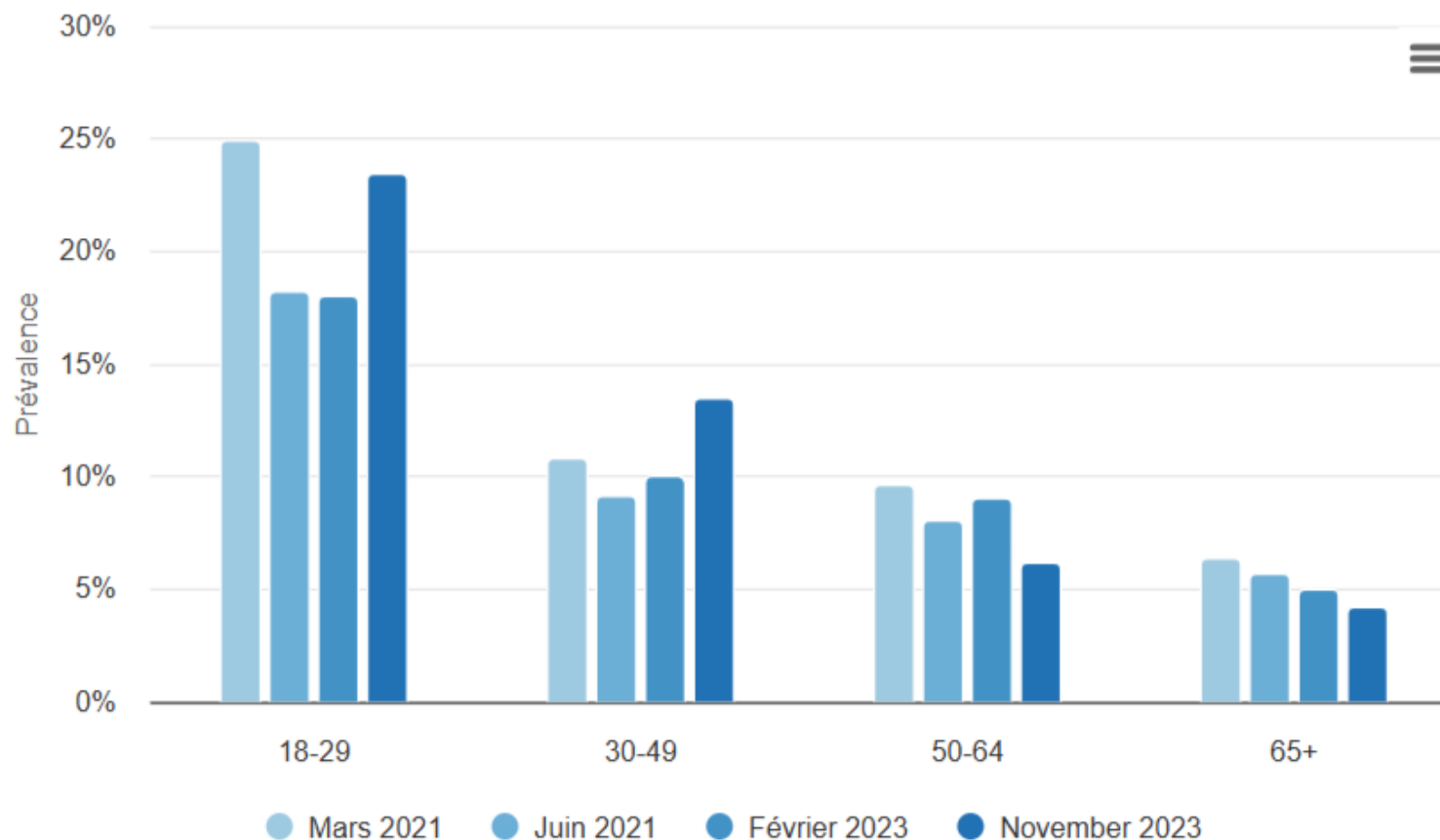




# QUELQUES CHIFFRES SUR LE SUICIDE

**Pourcentage de femmes âgées de 18 ans et plus ayant eu des pensées suicidaires au cours des 12 derniers mois, par groupe d'âge, Belgique, 2021-2023**

Source : [Enquêtes de santé COVID-19](#), [Enquêtes BELHEALTH](#), [Sciensano](#) [1-4]

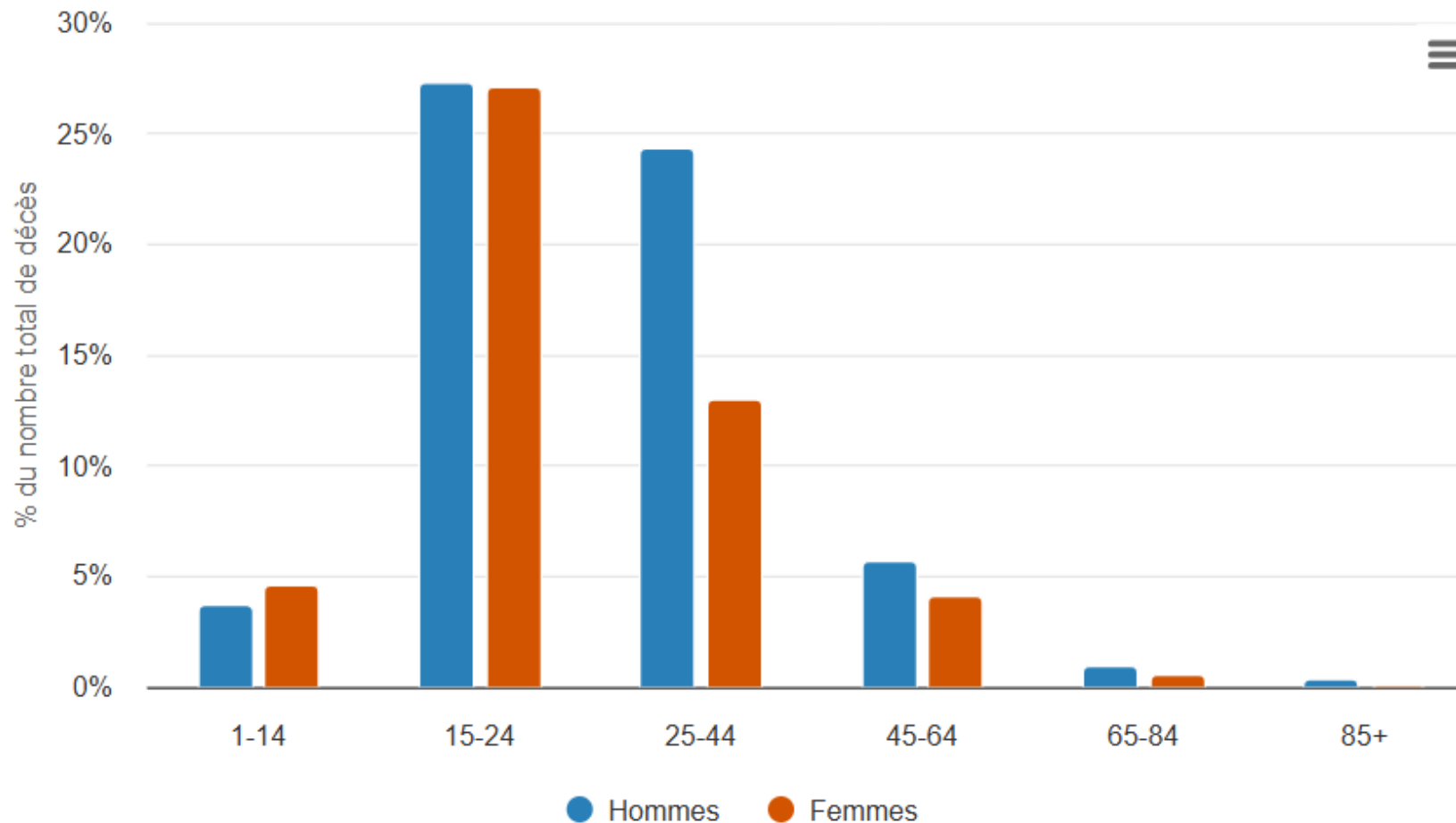




# QUELQUES CHIFFRES SUR LE SUICIDE

## Part du suicide dans le nombre total de décès, par âge et sexe, Belgique, moyenne 2019-2021

Source : Calculs des auteurs basés sur [la base de données des causes de décès, Statbel](#) [6]





# LES JEUNES AU CENTRE DE PREVENTION DU SUICIDE

**Une augmentation de 15% d'appelants sur la ligne d'écoute.**

**Chez certain·e·s psychologues du Centre de Prévention du Suicide,  
plus de 4 patients sur 10 qui consultent sont des jeunes.**





## EXPLORATION DES CAUSES

La détresse mentale et les facteurs contributifs chez les jeunes en Belgique au cours de la première vague de COVID-19 (*Rens et al., 2021*)\*

Taux des participant·e·s souffrant de détresse psychologique :

- En 2018 15-24 ans : **17%**
- En 2020 16-25 ans : **65.49%**

En 2020\*\* :

- Les troubles anxieux ont doublé chez les garçons et triplé chez les filles (16-25 ans)
- Les troubles dépressifs ont triplé chez les filles et quadruplé chez les garçons (16-25 ans)

\*Rens, E., Smith, P., Nicaise, P., Lorant, V., & Van Den Broeck, K. (2021). Mental Distress and Its Contributing Factors Among Young People During the First Wave of COVID-19 : A Belgian Survey Study. *Frontiers In Psychiatry*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.575553>

\*\*Première enquête de santé COVID-19 : résultats préliminaires. Bruxelles, Belgique ; Numéro de dépôt : D/2020/14.440/50. Disponible en ligne : <https://doi.org/10.25608/ydnc-dk63>

## EXPLORATION DES CAUSES

- La prévalence de la dépression en Belgique semble être plus élevée (9 %) par rapport aux normes internationales (5-8 %) et a légèrement augmenté au cours des vingt dernières années (6 % en 2001-2002).
- La prévalence des troubles anxieux est passée de 7 % à 12 % sur une période de 20 ans, l'âge médian de départ étant de 23 ans.

## EXPLORATION DES CAUSES

À travers nos différentes interventions, nous avons constaté que **la solitude et l'isolement** pendant le confinement, ainsi que **l'absence d'une période de transition et d'adaptation** après le COVID, pouvaient entraîner des idéations et/ou des comportements suicidaires.

Autres causes :

- Harcèlement scolaire ou en ligne
- Perte d'un proche (ami, parent, ...)
- Inquiétude pour l'avenir (enjeux sociétaux, guerre, écologie, ...)
- Sentiment de ne pas faire partie de la société

## EXPLORATION DES CAUSES

De manière générale, les périodes durant lesquelles nous avons remarqué une demande accrue de soutien psychologique et d'accompagnement sont :

- **Durant/après COVID**
- **Avant/pendant les vacances**
- **Période de stress, d'examen**

## STRATEGIES D'INTERVENTION

- Renforcement des stratégies de coping pour **aider les jeunes à gérer le stress et les émotions difficiles.**
- Mise en place de **programmes éducatifs** pour aider les jeunes à faire face aux défis de la vie.
- **Suivi et prise en charge des personnes à risque de suicide**, avec un accent particulier sur le soutien après une tentative de suicide.

Centre de  
Prévention  
du Suicide



**Chaque personne a le droit d'être écouté·e,  
aidé·e et soutenu·e.**

**0800 32 123**

[www.preventionsuicide.be/jeunes](http://www.preventionsuicide.be/jeunes)