

1 De Lange, J., Baams, L., van Bergen, D., Bos, H. M. W. et Bosker, R. (2022). Minority Stress and Suicidal Ideation and Suicide Attempts Among LGBT Adolescents and Young Adults: A Meta-Analysis. *LGBT Health*, 9(4), 222-237.

2 Meyer, I. H. (2003). Prejudice, Social Stress, and Mental Health in Lesbian, Gay, and Bisexual Populations: Conceptual Issues and Research Evidence. *Psychological bulletin*, 129(5), 674.

3 Green, A. E., Price, M. N. et Dorison, S. H. (2022). Cumulative Minority Stress and Suicide Risk Among LGBTQ Youth. *American journal of community psychology*, 69(1-2), 157-168.

4 De Lange J., Baams, L., van Bergen, D., Bos, H. M. W. et Bosker, R. (2022).

5 Jadva, V., Guasp, A., Bradlow, J. H., Bower-Brown, S. et Foley, S. (2023). Predictors of Self-Harm and Suicide in LGBT Youth: The Role of Gender, Socio-Economic Status, Bullying and School Experience. *Journal of public health*, 45(1), 102-108.

6 Pour soutenir cette information, des chercheuses et chercheurs de Nîmes Université ont développé différents livrets explicatifs dont l'un est à destination des parents de jeunes LGBT+. Ceux-ci sont téléchargeables gratuitement sur le site internet du projet de recherche Hope LGBT.

**Élodie Charbonnier**  
Professeure des universités en psychologie  
Nîmes Université, APSY-V

**Timothée Besse**  
Étudiant en master 1 de psychologie  
Nîmes Université, APSY-V

**Mia Foubet**  
Étudiante en master 1 de psychologie  
Nîmes Université, APSY-V

# Les facteurs pouvant être impliqués dans le risque suicidaire des jeunes LGBT

De nombreuses études nord-américaines ont mis en évidence que les jeunes lesbiennes, gays, bisexuelle-s, et transgenres (LGBT) présentent des détériorations de santé mentale plus importantes que les jeunes hétérosexuelle-s et cisgenres, ce qui s'illustre notamment par un risque suicidaire plus élevé<sup>1</sup>. Selon le baromètre de Santé publique France réalisé en 2017, un constat similaire peut être fait en France où les personnes LGBT ont deux fois plus de risque de présenter des idées et des comportements suicidaires que les personnes hétérosexuelles. À titre d'exemple, ce baromètre montre que la prévalence des tentatives de suicide au cours de l'année est de 2 % chez les femmes lesbiennes et bisexuelles contre 0,4 % chez les femmes hétérosexuelles. Dans la même lignée, 0,9 % des hommes gays et bisexuels rapportent avoir fait une tentative de suicide au cours de l'année contre 0,3 % des hommes hétérosexuels. Au sein de la communauté LGBT, il apparaît que les jeunes transgenres sont les plus touchés, la prévalence des idées suicidaires au cours de la vie étant d'environ 28 % chez les minorités de genre (cela concerne, par exemple, les personnes transgenres et non binaires).

## Facteurs de risques et facteurs de protection du risque suicidaire

Selon le modèle des stressors minoritaires<sup>2</sup> qui défend l'idée que les groupes minoritaires seraient plus exposés au stress, le risque suicidaire plus élevé des jeunes LGBT peut en partie être expliqué par les stressors spécifiques (tels que le fait de vivre des discriminations à l'école, d'être rejeté par sa famille au regard de son orientation sexuelle ou de son identité de genre) auxquels ces derniers sont confrontés, et qui viennent s'ajouter aux stressors généraux (par exemple, le fait de passer son permis de conduire ou de passer un examen). Plusieurs études ont démontré que ces stressors étaient associés au risque suicidaire des jeunes LGBT et constituent un important facteur de risque au suicide<sup>3</sup>. Pour illustration, il a été démontré que les jeunes LGBT qui ont été victimes de préjugés liés à leur orientation sexuelle ou leur identité de genre, d'intimidations, ou encore de mauvais traitements sont plus susceptibles d'avoir des idées suicidaires et de faire des tentatives de suicide<sup>4</sup>. Il a également été mis en évidence un effet cumulatif des stressors minoritaires. En effet, l'exposition à au moins quatre types de stressors minoritaires est associée à 12 fois plus de risque de faire une tentative de suicide. Par ailleurs, ce risque suicidaire peut être exacerbé par certains processus psychologiques. Par exemple, une interaction entre l'humiliation, d'une part, la rumination et

le manque de soutien social, d'autre part, viennent majorer le risque de développer des idées suicidaires.

Si l'exposition à des stressors minoritaires peut majorer le risque suicidaire des jeunes LGBT, il est aussi important de préciser que certains facteurs peuvent contribuer à le réduire. Par exemple, la présence de différents soutiens (d'adultes ou d'élèves), des liens familiaux forts ou encore un sentiment important de sécurité à l'école sont associés à un plus faible risque suicidaire chez les jeunes LGBT. Allant dans ce sens, les adolescents LGBT déclarant avoir une expérience scolaire positive ont 40 % moins de risque de tenter de se suicider<sup>5</sup>. Certains processus psychologiques peuvent venir atténuer les conséquences préjudiciables des stressors minoritaires, c'est notamment le cas de l'autocompassion, à savoir la capacité à ressentir de la compassion envers soi-même, à se traiter positivement. Les jeunes LGBT qui présentent de hauts niveaux d'autocompassion expriment moins d'idées suicidaires.

## Perspectives préventives

Les stratégies préventives centrées sur la réduction du risque suicidaire des jeunes LGBT doivent se concentrer à la fois sur la réduction des facteurs de risque et sur la majoration des facteurs de protection. Pour ce faire, il est indispensable de promouvoir l'information et l'éducation concernant la diversité des orientations sexuelles et des identités de genre dans les établissements scolaires, mais également au sein des familles<sup>6</sup>. Il est également essentiel que les établissements scolaires mènent des politiques de lutte contre toutes les formes de discrimination et de harcèlement, et notamment les LGBTphobies. L'instauration de ces politiques permettant à la fois de réduire ces comportements, mais aussi de favoriser le sentiment de sécurité des jeunes LGBT. Enfin, au vu du risque accru pour les jeunes transgenres, une vigilance plus marquée auprès de cette population apparaît essentielle. ▶

