

Quelles sont les conduites à risque chez les jeunes traumatisés ?

Une conduite dangereuse peut être une manière de diminuer une tension, d'échapper à une émotion ou de reprendre le contrôle. Elle doit être prise au sérieux sans réduire le jeune à son comportement.



Qu'appelle-t-on conduite à risque ?

Il s'agit d'un comportement qui expose le jeune à un danger physique, psychique, sexuel, social ou judiciaire. Il peut être ponctuel ou se répéter. Une conduite à risque n'est pas la preuve d'un psychotraumatisme, mais elle peut en être une manifestation et doit conduire à s'intéresser au contexte.



Quelles formes peuvent-elles prendre ?

- Des fugues ou des mises en danger ;
- Une consommation d'alcool, de médicaments détournés ou d'autres produits ;
- Une sexualité précoce, non protégée ou vécue sous pression ;
- La recherche répétée de sensations fortes ;
- Des bagarres, des prises de risque sur la route ou des défis dangereux ;
- Des automutilations, des gestes auto-agressifs ou des tentatives de suicide.



Pourquoi un psychotraumatisme peut-il favoriser ces comportements ?

Après un psychotraumatisme, le système d'alarme peut rester très actif. Le comportement peut apporter un soulagement bref, couper une émotion trop forte, combattre une sensation de vide, permettre de se sentir vivant ou donner l'impression de reprendre le contrôle. Il peut aussi résulter d'autres difficultés : pression du groupe, conflit familial, trouble psychique, addiction ou situation de violence actuelle.



Comment en parler sans juger ?

- Choisir un moment calme et parler de faits précis ;
- Exprimer l'inquiétude : « Je m'inquiète parce que... » ;
- Demander ce que le comportement apporte ou évite, plutôt que seulement « pourquoi » ;
- Rappeler les limites et les règles de sécurité sans humilier ;
- Chercher avec le jeune une solution de remplacement pour les moments de tension ;
- Proposer un relais professionnel et l'aider concrètement à y accéder.



Faut-il poser des limites ?

Oui. Comprendre la fonction d'un comportement ne signifie pas l'autoriser. L'adulte peut protéger, rappeler le cadre et empêcher un danger tout en évitant les étiquettes telles que « provocateur » ou « inconscient ». Une réponse cohérente entre professionnels et proches limite les messages contradictoires.



Quand agir en urgence ?



Appeler **le 15** ou **le 112** en cas de danger vital, d'intoxication, de blessure grave, de tentative de suicide ou lorsque le jeune ne peut pas être maintenu en sécurité.

En cas d'idées suicidaires ou de doute, ne pas laisser le jeune seul et demander immédiatement un avis professionnel.

Le 3114 est accessible 24 h/24.



Vers qui orienter à Mayotte ?

Selon l'âge, la situation et l'urgence : le Centre médico-psychologique pour enfants et adolescents (CMPEA), la Maison des adolescents, la Maison de santé mentale de Mlézi Maoré, un professionnel de santé ou les urgences. Le 15 peut aider à évaluer la conduite à tenir.



Pour aller plus loin :

- [Maison des adolescents de Mayotte](#)
- [Le Centre de santé Mentale Psychologique et Prévention \(CMPP\)](#)
- [CMPEA du Centre hospitalier de Mayotte](#)

Qui sommes-nous ?

