

LE SUICIDE CHEZ LES APPRENANTS :

Analyse criminologique du stress cognitif et de la charge mentale

Suicide Among Learners : A Criminological Analysis of Cognitive Stress and Mental Workload

Pr Laïla DIDI

Professeure de droit privé, Faculté des Sciences Juridiques, Économiques et Sociales, Maroc

Ahmed LABIADE

Doctorant en droit privé, Laboratoire ESSOR Droit, Philosophie et Société

Centre des Études Doctorales en Sciences Juridiques, Économiques et Sociales, Maroc

Résumé :

Cet article analyse le phénomène du suicide chez les apprenants à travers une approche criminologique intégrant les dimensions psychologiques, cognitives, sociales, institutionnelles et juridiques. Pour mettre en évidence le rôle du stress cognitif, de la charge mentale ainsi que des pressions scolaires, familiales et sociales dans le développement de la vulnérabilité suicidaire. L'étude examine également l'influence de la violence en milieu scolaire, du harcèlement, du cyberharcèlement, de la consommation de substances psychoactives et des environnements criminogènes entourant les établissements d'enseignement sur la santé mentale des apprenants. En s'appuyant sur la littérature scientifique, le cadre juridique marocain et des observations de terrain, l'article souligne les limites des dispositifs actuels de prévention, notamment l'insuffisance des données statistiques, la persistance de la stigmatisation des troubles psychiques et les difficultés liées au repérage précoce des situations de vulnérabilité. Il plaide en faveur d'une approche multidisciplinaire associant le droit, la criminologie, la psychologie, les neurosciences, les sciences de l'éducation et la santé publique. Enfin, il recommande la mise en place d'un programme national de recherche consacré au stress cognitif et à la charge mentale en milieu scolaire afin de produire des données scientifiques fiables, d'améliorer les politiques de prévention et de renforcer la protection de la santé mentale des apprenants.

Mots-clés : suicide ; apprenants ; stress cognitif ; charge mentale ; criminologie ; santé mentale ; prévention ; Maroc.

Abstract

This article examines suicide among learners through a criminological perspective that integrates psychological, cognitive, social, and institutional dimensions. It highlights the role of cognitive stress, mental workload, and academic, family, and social pressures in the development of suicidal vulnerability. The study also explores the impact of school violence, bullying, cyberbullying, substance use, and criminogenic environments surrounding educational institutions on learners' mental health. Drawing on the scientific literature, the Moroccan legal framework, and field observations, the article identifies major shortcomings in current prevention strategies, including the lack of detailed statistical data, limited public awareness of mental health issues, and difficulties in the early detection of psychological distress. It argues for a multidisciplinary approach combining law, criminology, psychology, neuroscience, education, and public health. Finally, it calls for the launch of a national research project on cognitive stress and mental workload in educational settings to generate reliable scientific evidence, strengthen prevention policies, and enhance the legal protection of learners' mental health.

Keywords : suicide ; learners ; cognitive stress ; mental workload ; criminology ; mental health ; prevention ; Morocco.

Introduction

Depuis toujours, le suicide fait partie des phénomènes sociaux les plus préoccupants, touchant différentes catégories de la société. L'acte suicidaire, défini comme le fait pour une personne de provoquer intentionnellement sa propre mort, il constitue un phénomène humain complexe qui dépasse la seule dimension individuelle⁴⁸⁷⁸ (Durkheim, 1897, p. 5) et il représente un événement grave par ses conséquences humaines, psychologiques et sociales, laissant un impact profond non seulement sur la famille, mais également sur l'ensemble de l'environnement social de la personne concernée⁴⁸⁷⁹ (Shneidman, 1993, p. 51).

Bien que ce phénomène puisse toucher toutes les catégories sociales, il devient particulièrement inquiétant lorsqu'il affecte les apprenants, c'est-à-dire des personnes appartenant à un milieu supposé protecteur : l'institution éducative. L'école, le collège, le lycée ou l'université constituent théoriquement des espaces d'apprentissage, de socialisation et de construction de l'individu (Durkheim, 1922).

Au Maroc, les données disponibles sur le suicide des mineurs restent très limitées, les statistiques officielles distinguant rarement cette catégorie d'âge de manière précise. Les rapports nationaux et internationaux présentent surtout des taux globaux de suicide. Toutefois, la question du suicide chez les enfants et les adolescents demeure une préoccupation importante en raison de leur vulnérabilité particulière face aux facteurs psychologiques, familiaux, scolaires et sociaux (OMS, 2021).

En raison de la rareté des données statistiques relatives au suicide des apprenants au Maroc, la présente réflexion s'appuie à la fois sur la littérature scientifique et sur des observations de terrain réalisées auprès de plusieurs familles confrontées au suicide d'un enfant ainsi qu'auprès de deux anciens élèves ayant ultérieurement mis fin à leurs jours⁴⁸⁸⁰.

Cependant, les apprenants peuvent être soumis à différentes formes de pression : examens, peur de l'échec, attentes familiales, comparaison sociale et surcharge des apprentissages. Ces contraintes peuvent devenir des facteurs de stress lorsqu'elles dépassent les capacités d'adaptation de l'individu⁴⁸⁸¹ (Lazarus & Folkman, 1984, p. 19).

Dès lors, le suicide ne doit pas être étudié uniquement comme un acte individuel et isolé, mais comme le résultat possible d'un processus complexe dans lequel interagissent des facteurs psychologiques, sociaux, institutionnels et cognitifs. Dans cette perspective, la criminologie permet d'analyser les facteurs associés au passage à l'acte, en tenant compte du stress chronique, de la vulnérabilité individuelle et de l'influence de l'environnement.

Bien que ce phénomène puisse toucher toutes les catégories sociales, il devient particulièrement inquiétant lorsqu'il affecte directement les apprenants, c'est-à-dire des personnes appartenant à un milieu supposé protecteur : l'institution éducative.

L'école, le collège, le lycée ou l'université devraient être des espaces d'apprentissage, de construction de soi et de protection psychologique⁴⁸⁸².

Les apprenants sont souvent soumis à une pression scolaire intense : examens, peur de l'échec, attentes familiales, comparaison avec les autres et surcharge des apprentissages.

⁴⁸⁷⁸ Émile Durkheim (1897). *Le Suicide : étude de sociologie*. Paris : Félix Alcan, p. 5 et suiv.

(Définition du suicide et analyse du phénomène comme fait social.)

⁴⁸⁷⁹ Edwin S. Shneidman (1993). *Suicide as Psychache: A Clinical Approach to Self-Destructive Behavior*. Northvale : Jason Aronson, p. 51 et suiv.

⁴⁸⁸⁰ L'auteur a eu l'occasion d'échanger avec plusieurs familles confrontées au suicide d'un enfant. La présente réflexion est également nourrie par son expérience professionnelle auprès de deux apprenants qu'il a eus comme élèves avant leur décès par suicide.

⁴⁸⁸¹ Richard S. Lazarus & Susan Folkman (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York : Springer, p. 19-21.

⁴⁸⁸² Pourtant, ils peuvent parfois devenir des lieux de pression, de surcharge mentale et de souffrance silencieuse.

Dans quelle mesure le stress cognitif, la charge mentale et les pressions institutionnelles peuvent-ils contribuer au passage à l'acte suicidaire chez les apprenants ?

L'intérêt de cette réflexion⁴⁸⁸³ est double, d'une part, elle permet de comprendre les mécanismes qui conduisent progressivement à la vulnérabilité suicidaire. D'autre part, elle vise à proposer une lecture préventive du phénomène, afin de réduire les risques avant le passage à l'acte et de mieux accompagner les proches après le drame.

Il conviendra alors d'étudier, dans un premier temps, les facteurs de risque avant le passage à l'acte, notamment le stress cognitif et la surcharge mentale, puis, dans un second temps, les conséquences du suicide et les moyens d'accompagnement après le passage à l'acte.

I – Avant le passage à l'acte : alerter, comprendre et prévenir

Bien que le suicide soit souvent vécu par les proches comme un événement brutal et imprévisible, les travaux scientifiques montrent qu'il résulte généralement d'un processus évolutif. Le passage à l'acte ne survient pas de manière soudaine⁴⁸⁸⁴. Il est précédé par une accumulation de tensions, de souffrances et de signes d'alerte. Dans le milieu éducatif marocain, ces tensions peuvent être liées à la pression scolaire, professionnelle, familiale ou sociale⁴⁸⁸⁵. Le stress cognitif et la charge mentale occupent ici une place centrale.

A – Le stress cognitif et la surcharge mentale comme facteurs de vulnérabilité

Le stress cognitif désigne l'état de tension mentale provoqué par une accumulation excessive d'informations, d'obligations et de sollicitations mentales.

Lorsque l'individu se trouve dans l'incapacité de faire face à ces contraintes, ses capacités d'adaptation et de prise de décision diminuent progressivement⁴⁸⁸⁶ (Bloch et al., 1991, p. 730 ; Doron & Parot, 2007, p. 706).

Chez les apprenants, ce stress peut résulter de la peur de l'échec, de la multiplication des examens, de la pression familiale, de la comparaison avec les autres élèves ou encore de l'incertitude concernant l'avenir. L'élève ou l'étudiant peut alors ressentir une impression d'impasse, comme si aucune solution satisfaisante ne s'offrait à lui.

Cette situation peut être aggravée par une surcharge cognitive lorsque la quantité d'informations à traiter dépasse les ressources mentales disponibles. Les difficultés d'apprentissage, l'accumulation des exigences scolaires et la pression de la réussite peuvent alors engendrer une fatigue psychique importante et un sentiment croissant de découragement⁴⁸⁸⁷ (Raynal & Rieunier, 2014, p. 97).

Cette analyse trouve un écho dans une étude menée auprès de 1 191 étudiants de l'Université Abdelmalek Essaâdi, qui révèle que 27 % des participants présentaient un risque suicidaire. Les auteurs identifient notamment comme facteurs associés la consommation de cannabis, les antécédents psychiatriques familiaux et l'exposition aux violences, et soulignent la nécessité de

⁴⁸⁸³ Cette réflexion repose principalement sur une analyse doctrinale complétée par des observations de terrain et des entretiens exploratoires. Ces données ne permettent pas d'établir des relations causales, mais ouvrent des perspectives de recherche empirique sur le rôle du stress cognitif et de la charge mentale dans la vulnérabilité suicidaire en milieu éducatif.

⁴⁸⁸⁴ Edwin S. Shneidman (1993). *Suicide as Psychache: A Clinical Approach to Self-Destructive Behavior*. Northvale (NJ) : Jason Aronson, p. 145-156.

⁴⁸⁸⁵ Émile Durkheim dans) *Le Suicide : étude de sociologie*. Paris : Félix Alcan, notamment le Livre II où il montre que le suicide résulte généralement d'un processus social et psychologique plutôt que d'un acte purement instantané.

⁴⁸⁸⁶ Bloch, H., Chemama, R., Depret, E., Gallo, A., Leconte, P., Le Ny, J.-F., Postel, J., Moscovici, S. et al. (1991). *Grand dictionnaire de la psychologie*. Paris : Larousse, p. 730-732.

⁴⁸⁸⁷ Raynal, F., & Rieunier, A. (2014). *Pédagogie : dictionnaire des concepts clés*. Paris : ESF Éditeur, p. 97-101.

renforcer le dépistage précoce, l'accompagnement psychologique et les dispositifs de prévention en milieu éducatif⁴⁸⁸⁸ (Belaatar et al., 2026).

Ainsi, le stress chronique et la surcharge cognitive excessive fragilisent progressivement l'équilibre psychologique de l'apprenant. Ils altèrent sa capacité à analyser les situations avec recul, à mobiliser ses ressources d'adaptation et à demander l'aide nécessaire face aux difficultés rencontrées.

Ce stress cognitif s'ajoute aux facteurs criminogènes liés au milieu scolaire marocain pour aggraver la situation.

En effet les parents sont souvent peu conscients de la réalité éducative et sociale vécue par leurs enfants. Les institutions scolaires ne constituent pas toujours des espaces totalement sûrs et exempts de risques qu'ils les imagines, contrairement à l'image idéale parfois véhiculée par l'apprenant⁴⁸⁸⁹.

En réalité, les établissements scolaires marocains et leur entourage peuvent exposer les mineurs à diverses formes de délinquance.

Certains adolescents s'impliquent dans des activités illicites, tandis que d'autres ont déjà une certaine connaissance des règles relatives à la responsabilité pénale et pensent échapper aux sanctions en raison de leur minorité.

Par ailleurs, malgré les efforts importants déployés par les autorités sécuritaires, aussi bien en milieu urbain qu'en milieu rural, l'environnement des établissements scolaires reste difficile à contrôler. Les activités criminelles liées à ces espaces persistent, chaque milieu social développant ses propres formes de délinquance.

Dans ce contexte, on observe notamment la présence de trafic et de consommation de drogues destinées aux mineurs, ainsi que l'exploitation de ces derniers dans la distribution de substances illicites et de boissons alcoolisées.

Bien que ces pratiques soient punissables par la loi, elles continuent de se développer, notamment en raison de la vulnérabilité des mineurs et de leur faible capacité de protection face aux réseaux criminels (Office des Nations Unies contre la drogue et le crime [ONUDC], 2024)..

Le phénomène d'imitation sociale très répandu chez les adolescents aggrave la situation. La consommation de drogues, d'alcool et de tabac est parfois perçue comme un signe de distinction sociale et un moyen d'affirmation de soi, ce qui contribue à banaliser ces comportements à risque.

Il est important que les parents prennent conscience que leur enfant, bien qu'il puisse leur paraître heureux, sociable et appliqué dans ses études, peut en réalité être confronté à diverses formes de violences et de pressions, auxquelles s'ajoutent un stress cognitif important et une lourde charge mentale.

Les parents sont souvent surpris, voire choqués, d'apprendre que leurs enfant, déjà en situation de stress intense pour répondre à ses propres exigences ainsi qu'à celles de sa famille, doit également faire face à toute une criminalité propre aux établissements scolaires et à leur environnement, telle que le harcèlement en milieu scolaire, les contraintes à la consommation de stupéfiants ou encore la coercition à l'achat et à la distribution de drogues. À cela s'ajoutent les multiples formes de cybercriminalité, notamment le cyberharcèlement et le chantage en ligne.

⁴⁸⁸⁸ BELAATAR, Mohjat, EL AMMOURI, Adil et NAJDI, Adil. *Suicidal risk and psychosocial factors among Northern Moroccan university students*. Discover Public Health, 2026, vol. 23, art. 907. DOI : 10.1186/s12982-026-02124-5.

⁴⁸⁸⁹ Cette observation repose sur des échanges informels menés par l'auteur auprès de plusieurs apprenants. Nombre d'entre eux ont indiqué qu'ils évitaient d'informer leurs parents des difficultés rencontrées en milieu scolaire et percevaient parfois la visite parentale au sein de l'établissement comme une situation embarrassante

Dans les situations les plus graves, certains apprenants peuvent même être confrontés à des réseaux d'exploitation sexuelle et de traite des êtres humains, qui ciblent aussi bien les garçons que les filles et les entraînent dans des situations de vulnérabilité, de manipulation et d'emprise⁴⁸⁹⁰.

Il convient également de signaler l'influence de certains contenus culturels étrangers à la société marocaine consommés par les apprenants dans l'âge de l'adolescence. Que certains mangas, animes, manhwas, séries ou contenus diffusés sur les réseaux sociaux peuvent exposer les jeunes à des représentations romancées, héroïsées ou dramatisées de la souffrance, de la mort ou du suicide⁴⁸⁹¹.

Les recherches relatives au phénomène de contagion suicidaire montrent que les adolescents constituent une population particulièrement sensible aux mécanismes d'identification et d'imitation véhiculés par les médias et les œuvres de fiction⁴⁸⁹² (Gould, Jamieson & Romer, 2003 ; National Research Council, 2002).

Cette vigilance apparaît d'autant plus nécessaire lorsque certains jeunes, déjà fragilisés sur le plan psychologique, adhèrent à des représentations fictives de la mort inspirées notamment de récits de réincarnation ou de transmigration de l'âme (« tensei »). Dans de telles situations, le risque ne réside pas dans l'œuvre elle-même, mais dans l'interprétation que peut en faire un adolescent vulnérable, lorsque la frontière entre fiction et réalité devient insuffisamment questionnée.

L'influence de ces contenus doit toutefois être analysée en interaction avec d'autres facteurs de risque, tels que l'isolement, la détresse psychologique, le harcèlement ou l'absence de soutien familial et institutionnel.¹

Le milieu scolaire n'est pas donc toujours le milieu totalement protégé imaginé, et les pairs de classe mineurs ne correspondent pas nécessairement à l'image d'enfants entièrement innocents qui leur est souvent associée. Certains peuvent présenter une certaine dangerosité criminelle et peuvent adopter des comportements délinquants susceptibles d'exposer leurs camarades à divers risques. Ces constats imposent une analyse des facteurs de risque et des dispositifs préventifs susceptibles d'être mobilisés.

B – L'identification des facteurs de risque et la prévention

La prévention du suicide commence par l'identification précoce des facteurs de risque⁴⁸⁹³ (Turecki & Brent, 2016 ; Franklin et al., 2017).. Ces facteurs peuvent être psychologiques, sociaux, économiques ou institutionnels.

Sur le plan psychologique, la dépression, l'anxiété, le sentiment d'échec, la culpabilité excessive et la perte d'estime de soi constituent des signaux très importants.

La majorité des apprenants ne sont pas toujours conscients des risques psychologiques et psychiques auxquels ils peuvent être exposés. Cette situation s'explique en grande partie par le faible niveau de sensibilisation à la santé mentale au sein de la société marocaine.

⁴⁸⁹⁰ Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture (UNESCO). (2023). *Behind the Numbers: Ending School Violence and Bullying*. Paris : UNESCO.

⁴⁸⁹¹ Cette observation a été réalisée par l'auteur dans le cadre de son activité professionnelle d'enseignant. Au cours de plusieurs échanges informels avec des apprenants, il a été constaté un intérêt marqué pour la culture populaire coréenne (K-pop) et les univers fictionnels japonais (mangas et animes), notamment les récits de réincarnation (« tensei »), parfois associés à une représentation romantisée ou esthétisée de la souffrance, du sacrifice ou de la mort.

⁴⁸⁹² Madelyn S. Gould, Jamieson, P., & Romer, D. (2003). *Media Contagion and Suicide Among the Young*. *American Behavioral Scientist*, 46(9), 1269-1284.

⁴⁸⁹³ Franklin, J. C., Ribeiro, J. D., Fox, K. R., Bentley, K. H., Kleiman, E. M., Huang, X., Musacchio, K. M., Jaroszewski, A. C., Chang, B. P., & Nock, M. K. (2017). *Risk factors for suicidal thoughts and behaviors: A meta-analysis of 50 years of research*. *Psychological Bulletin*, 143(2), 187-232.

<https://doi.org/10.1037/bul0000084>

Au Maroc les troubles psychologiques demeurent stigmatisés, souvent mal connus et entourés de nombreuses fausses idées et croyances erronées⁴⁸⁹⁴.

Les difficultés émotionnelles ou comportementales d'un enfant sont interprétées par le grand public comme un manque de discipline, une crise passagère ou une faiblesse de caractère, plutôt que comme une manifestation d'une souffrance psychique nécessitant une prise en charge adaptée.

Cette méconnaissance est due au refus profond d'accepter la maladie, en raison de la stigmatisation sociale des maladies psychiques, qui fait percevoir la consultation d'un psychologue ou d'un psychiatre comme un aveu de « folie » compromettant l'honneur familial.

En conséquence, les signes précurseurs de troubles psychiques sont souvent ignorés ou minimisés. L'absence d'une véritable culture de prévention en matière de santé mentale conduit ainsi de nombreux parents à sous-estimer les répercussions que certains événements, notamment les violences physiques, verbales, psychologiques ou institutionnelles, peuvent avoir sur le développement cognitif, émotionnel et social de leurs enfants. Cette insuffisance de sensibilisation retarde l'identification des situations à risque ainsi que l'accès à un accompagnement spécialisé, alors même qu'une intervention précoce constitue un facteur déterminant pour limiter les séquelles psychologiques à long terme.

Parmi les vingt cas avec lesquels nous nous sommes entretenus, treize parents ont déclaré qu'ils n'avaient aucune connaissance des troubles psychiques, notamment du trouble bipolaire et de la schizophrénie. Sept autres ont indiqué qu'ils n'imaginaient pas qu'une situation psychologique puisse évoluer jusqu'à un tel degré de gravité.

La majorité d'entre eux ignoraient les manifestations cliniques de ces troubles, leur évolution ainsi que leurs conséquences sur le développement de l'enfant. seuls quelques parents disposaient de connaissances élémentaires sur la santé mentale, principalement grâce à leur niveau d'instruction, à leur profession dans le domaine de la santé ou à une expérience personnelle ou familiale antérieure avec un trouble psychique.

Ainsi, les entretiens réalisés révèlent que les familles sont insuffisamment sensibilisées aux troubles psychiques et à leurs signes précurseurs. Cette méconnaissance limite leur capacité à réagir de manière appropriée face aux premiers symptômes. Même lorsque certains parents connaissent la gravité de ces troubles, ils peinent souvent à accepter qu'ils puissent concerner leur propre enfant, en raison de la stigmatisation sociale qui entoure encore la maladie mentale.

Sur le plan social, l'isolement, les conflits familiaux, le harcèlement, la marginalisation ou l'absence de soutien peuvent aggraver la vulnérabilité.

La vie scolaire ordinaire se caractérise, à cet âge, par le tissage de multiples relations sociales entre les pairs, cela implique que tout comportement d'isolement et de désengagement social est une alerte d'une pathologie possible.

Les échanges menés avec plusieurs familles ont mis en évidence une connaissance souvent limitée des troubles psychiques⁴⁸⁹⁵ et de leurs manifestations chez les enfants et les adolescents. qu'elles n'étaient pas conscientes des symptômes de certaines maladies psychiques que leurs enfants pouvaient présenter. Elles déclaraient ainsi méconnaître des troubles tels que la schizophrénie ou le trouble Bipolaire, confondant parfois ces manifestations avec des comportements normaux d'hyperactivité, d'ambition excessive ou de réussite personnelle.

⁴⁸⁹⁴ (CESE), *La santé mentale et les droits humains au Maroc : pour une nouvelle politique de santé mentale*, Rabat, 2012, p. 19.

⁴⁸⁹⁵ La présente réflexion s'appuie également sur des observations de terrain et sur plusieurs entretiens exploratoires réalisés par l'auteur auprès de familles, d'apprenants et d'acteurs du milieu éducatif. Ces échanges ont pour seule vocation d'éclairer certains constats et ne prétendent pas constituer une enquête statistiquement représentative.

Dans certains cas, lors du premier épisode maniaque, les parents interprètent l'excès d'énergie, l'euphorie ou l'ambition de leur enfant comme un signe positif et encouragent même ces comportements, sans percevoir leur dimension pathologique. D'autres, en revanche, adoptent une attitude de rejet ou d'incompréhension face à ces manifestations.

Il convient également de souligner que certains parents, y compris des professionnels de santé, peuvent adopter une attitude de déni face à la maladie de leurs enfants atteints de schizophrénie. Dans certaines situations, ils tendent à adhérer aux idées délirantes de leurs enfants et à les soutenir, notamment en leur fournissant des moyens financiers ou en facilitant la réalisation de ces croyances délirantes. Cette attitude s'explique souvent par l'espoir que leur enfant ne soit pas réellement malade ou par le refus d'accepter la réalité du trouble.

Sur le plan institutionnel, la pression scolaire excessive, l'absence d'écoute, la surcharge des programmes et le manque d'accompagnement psychologique peuvent renforcer le risque.

La prévention suppose donc une vigilance collective. Les familles, les enseignants, les encadrants et les responsables institutionnels doivent être sensibilisés aux signes de détresse : changement brutal de comportement, isolement, chute des résultats, propos pessimistes, fatigue constante ou perte d'intérêt pour les activités habituelles.

Il est également nécessaire de mettre en place des dispositifs d'écoute, des cellules de soutien psychologique, des ateliers de gestion du stress et des programmes de résilience. La prévention ne doit pas se limiter à l'individu ; elle doit aussi viser l'environnement éducatif lui-même afin de réduire les sources de pression excessive.

Malgré les efforts de prévention, le passage à l'acte peut malheureusement survenir. Il devient alors nécessaire de comprendre ses conséquences et d'accompagner les proches afin de dépasser le traumatisme.

II – Après le passage à l'acte : accepter, comprendre et dépasser

En application du Code pénal marocain, le fait de se donner volontairement la mort ne constitue pas, une infraction. Le suicide n'est pas donc incriminé. Toutefois, cette absence d'incrimination ne traduit pas une indifférence du droit pénal à l'égard du phénomène suicidaire.

Le législateur marocain intervient lorsque le passage à l'acte implique la participation d'un tiers. à travers l'article 407 du Code pénal, pour réprimer l'aide apportée sciemment à une personne dans les actes préparatoires ou facilitateurs de son suicide.

Après un suicide ou une tentative de suicide, le choc touche non seulement la personne concernée, mais aussi sa famille, ses camarades, ses collègues et l'ensemble de l'institution éducative. Le drame produit une charge psychologique très lourde chez les proches, marquée par la douleur, la culpabilité et l'incompréhension.

A – L'acceptation du choc et la compréhension des causes

Au sein d'une famille normale le suicide provoque de lourdes conséquences des traumatismes atroces changeant le mode de vie à jamais.

Les proches cherchent comprendre l'incident, à identifier les raisons du passage à l'acte et à donner un sens au drame pour accepter. Toutefois, dans cette douloureuse quête de réponses, au lieu d'apaiser leur souffrance, ils peuvent au contraire empirer la situation, leur détresse peut s'aggraver comme ils peuvent ressentir une forte culpabilité.

La période de deuil est considérée comme un processus normal d'adaptation, à condition qu'elle ne se prolonge pas excessivement. Dans le cas contraire, elle peut devenir particulièrement destructrice lorsqu'elle n'est pas accompagnée psychologiquement.

Par ailleurs, la scène de crime demeure souvent gravée dans les mémoires des membres de la famille sous forme de souvenirs persistants. Ces souvenirs évoluent et se reconstruisent au fil du temps, à

chaque rappel de l'événement, sous l'effet des émotions, des échanges verbaux autour du drame ou encore des tentatives de justification de l'acte.

Contrairement à l'approche pénale, qui vise à établir les responsabilités, l'approche criminologique du suicide ne cherche pas à accuser une personne déterminée, mais à comprendre l'ensemble des facteurs ayant pu contribuer à la situation : stress chronique, surcharge cognitive, isolement, harcèlement, pression familiale, difficultés professionnelles ou absence de soutien.

Ces situations vécues par certaines familles après un suicide survenu au domicile ne peuvent pas être réduites à leur seule dimension juridique ou criminologique. Elles révèlent, en réalité, une profonde empreinte psycho traumatique du lieu, que les approches de la criminologie et de la psychologie clinique permettent d'éclairer à travers plusieurs cadres théoriques complémentaires. D'abord, la théorie du conditionnement traumatique explique que le lieu devient un stimulus déclencheur : l'espace où s'est produit l'acte violent est associé de manière durable à l'événement traumatique⁴⁸⁹⁶ (Mowrer, 1960). Ainsi, chaque retour dans cet espace peut réactiver les émotions initiales vécues au période du choc initiale (peur, choc, détresse), comme si la scène se reproduisait mentalement. Ce phénomène relève de la réactivation du traumatisme et de la mémoire émotionnelle implicite, les indices environnementaux liés à l'événement étant susceptibles d'activer la structure de peur associée au souvenir traumatique⁴⁸⁹⁷ (Foa, Steketee & Rothbaum, 1989 ; Van der Kolk & Van der Hart, 1991).

En criminologie, les conséquences du crime⁴⁸⁹⁸ ne se limitent pas à l'acte lui-même, mais s'étendent souvent dans le temps et affectent l'environnement social et familial de la victime. Les proches peuvent ainsi être considérés comme des victimes secondaires (*secondary victims*), dans la mesure où ils subissent également les répercussions psychologiques, émotionnelles et sociales de l'infraction⁴⁸⁹⁹ (Doerner & Lab, 2012).

Lorsque l'acte criminel est commis au domicile, ce dernier perd sa fonction protectrice pour devenir un espace dangereux associé au traumatisme et au souvenir de la violence.

Le lieu alors est investi d'une forte charge émotionnelle et symbolique susceptible d'entretenir la détresse des survivants et de réactiver les souvenirs douloureux liés à l'événement⁴⁹⁰⁰ (Van der Kolk, 2014). Cette réalité contribue à expliquer certains comportements d'évitement, la fermeture de certaines pièces, voire le déménagement, qui constituent des stratégies visant à restaurer un sentiment de sécurité et de contrôle sur l'environnement⁴⁹⁰¹ (Armour, 2011 ; Brown, 2006).

Cette situation s'inscrit également dans le cadre du deuil traumatique complexe (traumatic bereavement). Contrairement au deuil naturel, la perte brutale et violente entraîne une persistance d'images intrusives, de souvenirs sensoriels et de reviviscences du moment du décès. Sur le plan neuropsychologique, l'amygdale joue un rôle central en associant le lieu à une menace, ce qui déclenche des réactions de stress et d'anxiété à chaque exposition au contexte spatial.

Enfin, le modèle cognitivo-comportemental permet de comprendre ces réactions comme des apprentissages associatifs entre le lieu et le danger. Les comportements d'évitement (ne pas entrer dans la pièce, changer de domicile, condamner un espace) constituent des stratégies de protection

⁴⁸⁹⁶ Orval Hobart Mowrer (1960). *Learning Theory and Behavior*. New York: Wiley.

⁴⁸⁹⁷ Edna B. Foa, Steketee, G., & Rothbaum, B. O. (1989). *Behavioral/Cognitive Conceptualizations of Post-Traumatic Stress Disorder*. *Behavior Therapy*, 20(2), 155-176.

⁴⁸⁹⁸ Il convient toutefois de préciser que l'emploi du terme « crime » dans cette analyse relève d'une approche criminologique et non juridique. En criminologie, le suicide est souvent étudié comme un phénomène

⁴⁸⁹⁹ William G. Doerner & Steven P. Lab (2012). *Victimology* (6e éd.). Anderson Publishing.

⁴⁹⁰⁰ Bessel van der Kolk (2014). *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. New York: Viking.

⁴⁹⁰¹

psychologique visant à réduire temporairement la détresse émotionnelle. Toutefois, à long terme, ces comportements peuvent contribuer au maintien, voire au renforcement, des symptômes traumatiques en empêchant la confrontation progressive aux souvenirs associés à l'événement et leur intégration psychologique⁴⁹⁰² (Foa, Steketee & Rothbaum, 1989 ; Ehlers & Clark, 2000)..

Ainsi, la criminologie contemporaine montre que l'impact d'un suicide ne se limite pas à l'événement lui-même : il se prolonge dans la mémoire des lieux et des familles. D'où la nécessité d'un accompagnement psychologique spécialisé visant à désassocier progressivement le lieu du traumatisme, restaurer le sentiment de sécurité et permettre une reconstruction psychique du cadre de vie familial.

Comprendre ne signifie pas justifier. Il s'agit plutôt d'identifier les causes afin d'éviter la répétition du drame.

Dans le milieu éducatif, cette compréhension doit conduire à une remise en question des pratiques institutionnelles, notamment la pression excessive, l'absence d'écoute, le manque de suivi psychologique ou encore la banalisation de la souffrance.

Afin de renforcer la prévention des troubles psychiques en milieu scolaire, le ministère de l'Éducation nationale a mis en place, depuis 2021, des cadres de soutien psychologique et social chargés d'accompagner les apprenants. Toutefois, ce dispositif demeure confronté à plusieurs difficultés, notamment l'insuffisance de la spécialisation de certains intervenants, leur affectation à des tâches administratives, ainsi que le manque d'espaces dédiés à l'écoute et à l'accompagnement psychologique.

Selon la décision ministérielle n° 714/20 du 4 novembre 2020, les cadres d'appui social ont été créés pour assurer l'accompagnement psychologique, social et sanitaire des élèves, lutter contre le décrochage scolaire et contribuer à la prévention des comportements à risque. Cependant, plusieurs difficultés limitent l'efficacité de leur intervention : manque de clarification de leurs missions, affectation à des tâches administratives au détriment du suivi psychosocial, absence d'espaces dédiés à l'écoute et à l'accompagnement, ainsi qu'un nombre insuffisant de cadres face à l'effectif important des élèves. Ces contraintes réduisent leur capacité à assurer un dépistage précoce des troubles psychologiques et à remplir pleinement les missions pour lesquelles ils ont été recrutés.

Ces contraintes, combinées aux difficultés de dépistage précoce des troubles psychiques chez les adolescents, limitent l'efficacité des actions de prévention et de prise en charge au sein des établissements scolaires.

B – L'accompagnement des proches et la reconstruction collective

Après le passage à l'acte, l'accompagnement psychologique apparaît indispensable pour aider les proches à traverser cette épreuve particulièrement douloureuse. Les membres de la famille, les camarades de classe, les collègues ainsi que l'ensemble de la communauté éducative doivent pouvoir bénéficier d'espaces d'écoute et de parole leur permettant d'exprimer leur souffrance, de partager leurs interrogations et de réduire le sentiment de culpabilité souvent associé au drame. Le soutien apporté aux survivants du suicide constitue une étape essentielle afin de limiter les conséquences traumatiques du décès et de favoriser le processus de deuil⁴⁹⁰³ (Séguin, Brunet & LeBlanc, 2006, p. 215 et s. ; Worden, 2009, p. 83 et s.).

⁴⁹⁰² Edna B. Foa, Steketee, G., & Rothbaum, B. O. (1989). *Behavioral/Cognitive Conceptualizations of Post-Traumatic Stress Disorder*. *Behavior Therapy*, 20(2), 155-176.

⁴⁹⁰³ J. William Worden (2009).

Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner (4e éd.). New York : Springer Publishing, p. 83-105.

La reconstruction repose également sur une démarche collective. L'institution éducative doit éviter le silence, le déni ou la banalisation de l'événement. Elle est appelée, au contraire, à renforcer les dispositifs de prévention, à sensibiliser les apprenants et les professionnels de l'éducation aux enjeux de la santé mentale et à promouvoir une véritable culture de l'écoute et de l'accompagnement. Une réponse institutionnelle organisée après un suicide, appelée « postvention », permet d'accompagner la communauté touchée tout en réduisant les risques de nouvelles conduites suicidaires⁴⁹⁰⁴ (Andriessen, 2009 ; World Health Organization, 2000).

Comprendre ne signifie pas justifier. Il s'agit plutôt d'identifier les facteurs ayant contribué au passage à l'acte afin de prévenir la répétition de situations similaires.

Dans le milieu éducatif Marocain, cette réflexion doit conduire à une remise en question de certaines pratiques institutionnelles susceptibles d'accroître la souffrance psychologique, telles que la pression excessive, l'insuffisance de l'écoute, le manque de suivi psychosocial ou encore la banalisation des signes de détresse.

Dans cette perspective, le ministère de l'Éducation nationale a mis en place, depuis 2020, des cadres de soutien psychologique et social chargés d'accompagner les apprenants. Toutefois, malgré l'importance de cette initiative, plusieurs obstacles continuent de limiter son efficacité. Ces difficultés concernent notamment l'insuffisance de la spécialisation de certains intervenants, leur mobilisation dans des tâches administratives éloignées de leurs missions initiales, ainsi que le manque d'espaces adaptés à l'écoute et à l'accompagnement psychologique.

La décision ministérielle n° 714/20 du 4 novembre 2020 a confié à ces cadres des missions essentielles d'accompagnement psychologique, social et sanitaire des élèves, de lutte contre le décrochage scolaire et de prévention des comportements à risque. Néanmoins, l'absence de clarification suffisante de certaines attributions, le nombre limité de cadres au regard des effectifs scolaires et les contraintes organisationnelles réduisent leur capacité à assurer un dépistage précoce des troubles psychiques et à répondre efficacement aux besoins des apprenants.

Parallèlement, la prévention du suicide implique également une réflexion sur la réduction de la charge mentale au sein des établissements éducatifs. Cela suppose une meilleure organisation des apprentissages, une limitation de la pression évaluative, une valorisation du travail enseignant ainsi qu'une attention particulière portée aux manifestations de la souffrance psychologique chez les apprenants et les professionnels de l'éducation.

Ainsi, l'accompagnement consécutif à un suicide ne saurait être uniquement émotionnel. Il doit également être institutionnel, préventif et structurel, afin de transformer le drame en une opportunité de réflexion, d'amélioration des pratiques et de renforcement de la protection psychologique au sein des établissements éducatifs.

⁴⁹⁰⁴ J. William Worden (2009).

Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner (4e éd.). New York : Springer Publishing, p. 83-105.

Conclusion

L'analyse développée met en évidence plusieurs lacunes dans le traitement et la prévention du suicide en milieu éducatif.

La première réside dans l'insuffisance des données statistiques permettant d'appréhender avec précision l'ampleur du phénomène chez les apprenants.

La deuxième concerne la persistance de nombreuses représentations erronées relatives aux troubles psychiques, qui retardent souvent leur identification et leur prise en charge.

La troisième tient à la difficulté de détecter précocement les situations de vulnérabilité suicidaire par les parents et par l'établissement scolaire.

En effet, le stress chronique, la surcharge cognitive, la charge mentale peuvent progressivement altérer les capacités d'adaptation de l'individu tout en masquant les manifestations de la souffrance psychologique. Ainsi, même en présence de certains signes d'alerte, des apprenants en situation de détresse peuvent ne pas être identifiés ou accompagnés à temps.

Les mécanismes actuels d'accompagnement psychosocial⁴⁹⁰⁵ au sein des établissements éducatifs sont limités, notamment à cause l'insuffisance des ressources spécialisées, le manque d'espaces dédiés à l'écoute et les difficultés rencontrées dans le dépistage précoce des troubles psychiques.

Il donc nécessaire de renforcer les actions de sensibilisation à la santé mentale, de développer l'éducation des familles aux signes de détresse psychologique, et de lutter contre les préjugés entourant les troubles psychiques et de consolider les dispositifs d'écoute, d'accompagnement et d'orientation au profit des apprenants.

Une attention particulière devrait également être accordée à la réduction de la surcharge cognitive et des facteurs de stress susceptibles d'affecter durablement l'équilibre psychologique des élèves.

Par ailleurs, la protection des apprenants mérite d'être intégrée dans une véritable politique pénale préventive propre au milieu éducatif. Les violences scolaires, le harcèlement, le cyberharcèlement, les atteintes à la dignité des élèves ainsi que les comportements générateurs de souffrance psychologique continuent d'être appréhendés principalement à travers les mécanismes du droit pénal commun⁴⁹⁰⁶.

Enfin, la prévention du suicide en milieu éducatif ne peut relever de la seule intervention pénale. Elle nécessite une approche globale et pluridisciplinaire associant criminologie, psychologie, neurosciences, éducation, santé publique et politiques publiques.

Dans cette perspective, on appelle au lancement d'un **projet national de recherche** consacré au stress cognitif, à la charge mentale et à leurs conséquences sur la santé mentale en milieu éducatif. Malgré l'absence de statistiques détaillées, les réalités observées sur le terrain suggèrent que ces facteurs pourraient jouer un rôle important dans la vulnérabilité psychologique et le risque suicidaire des apprenants comme des enseignants.

Un tel projet permettrait de produire des données scientifiques fiables, d'identifier les facteurs de risque et d'orienter les politiques publiques de prévention ainsi que les réformes juridiques destinées à renforcer la protection de la santé mentale en milieu éducatif.⁴⁹⁰⁷

⁴⁹⁰⁵ Constat de terrain réalisé par l'auteur. Dans notre établissement, les cadres d'appui social ont été principalement affectés à des tâches de surveillance lors de la période de célébration de la Journée mondiale de la santé mentale, réduisant leur participation aux activités de sensibilisation prévues à cette occasion.

⁴⁹⁰⁶ Les spécificités du milieu scolaire justifient l'adoption de dispositifs juridiques particuliers visant à assurer une protection renforcée des apprenants.

L'élaboration de normes spécifiques relatives à la sécurité physique et psychologique en milieu éducatif permettrait de mieux prévenir les situations de vulnérabilité

⁴⁹⁰⁷ La réalisation d'un tel projet nécessiterait un cadre institutionnel autorisant, dans le respect des exigences légales et éthiques, l'accès à certaines données administratives et judiciaires, ainsi que la conduite d'entretiens avec les familles et les professionnels concernés, afin de produire des données scientifiques fiables.

❖ **Références bibliographiques indicatives**

1. BELAATAR, M., EL AMMOURI, A. & NAJDI, A. (2026). *Suicidal risk and psychosocial factors among Northern Moroccan university students*. Discover Public Health, vol. 23, art. 907. DOI : 10.1186/s12982-026-02124-5.
2. BLOCH, H., CHEMAMA, R., DEPRET, E., GALLO, A., LECONTE, P., LE NY, J.-F., POSTEL, J., MOSCOVICI, S., et al. (1991). *Grand dictionnaire de la psychologie*. Paris : Larousse.
3. Conseil économique, social et environnemental (CESE). (2012). *La santé mentale et les droits humains au Maroc : pour une nouvelle politique de santé mentale*. Rabat.
4. DOERNER, W. G. & LAB, S. P. (2012). *Victimology* (6e éd.). Anderson Publishing.
5. DURKHEIM, É. (1897). *Le Suicide : étude de sociologie*. Paris : Félix Alcan.
6. FOA, E. B., STEKETEE, G. & ROTHBAUM, B. O. (1989). « Behavioral/Cognitive Conceptualizations of Post-Traumatic Stress Disorder ». *Behavior Therapy*, 20(2), 155-176.
7. FRANKLIN, J. C., RIBEIRO, J. D., FOX, K. R., et al. (2017). « Risk factors for suicidal thoughts and behaviors : A meta-analysis of 50 years of research ». *Psychological Bulletin*, 143(2), 187-232.
8. GOULD, M. S., JAMIESON, P. & ROMER, D. (2003). « Media Contagion and Suicide Among the Young ». *American Behavioral Scientist*, 46(9), 1269-1284.
9. LAZARUS, R. S. & FOLKMAN, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York : Springer.
10. MOWRER, O. H. (1960). *Learning Theory and Behavior*. New York : Wiley.
11. RAYNAL, F. & RIEUNIER, A. (2014). *Pédagogie : dictionnaire des concepts clés*. Paris : ESF Éditeur.
12. SHNEIDMAN, E. S. (1993). *Suicide as Psychache : A Clinical Approach to Self-Destructive Behavior*. Northvale (NJ) : Jason Aronson.
13. UNESCO. (2023). *Behind the Numbers : Ending School Violence and Bullying*. Paris : UNESCO.
14. VAN DER KOLK, B. (2014). *The Body Keeps the Score : Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. New York : Viking.
15. WORDEN, J. W. (2009). *Grief Counseling and Grief Therapy : A Handbook for the Mental Health Practitioner* (4e éd.). New York : Springer Publishing.

Notes méthodologiques et observations de terrain

16. - La présente étude est également nourrie par notre expérience professionnelle auprès de deux apprenants que nous avons eus comme élèves avant leur décès par suicide, ainsi que par plusieurs échanges avec des familles confrontées à cette épreuve.
17. - Notre réflexion s'appuie également sur des observations de terrain et sur plusieurs entretiens exploratoires réalisés auprès de familles, d'apprenants et d'acteurs du milieu éducatif. Ces échanges ont uniquement pour objet d'éclairer certains constats et ne prétendent pas constituer une enquête statistiquement représentative.
18. - Cette observation repose sur plusieurs échanges informels menés avec des apprenants. Nombre d'entre eux ont indiqué éviter d'informer leurs parents des difficultés rencontrées en milieu scolaire et percevoir parfois la visite parentale au sein de l'établissement comme une situation embarrassante.
19. - Dans le cadre de notre activité professionnelle d'enseignant, nous avons constaté un intérêt marqué de nombreux apprenants pour la culture populaire coréenne (K-pop), les mangas, les animes et les récits de réincarnation (« tseï »), parfois associés à une représentation esthétisée de la souffrance, du sacrifice ou de la mort.
20. - Nous précisons que l'emploi du terme « crime » dans cette étude relève d'une approche criminologique et non d'une qualification juridique.
21. - Nos observations de terrain montrent également que, dans notre établissement, les cadres d'appui social ont parfois été principalement mobilisés pour des tâches de surveillance, réduisant leur disponibilité pour les actions de sensibilisation et d'accompagnement psychologique.
22. - Enfin, nous estimons que le développement de recherches nationales sur le stress cognitif et la charge mentale nécessiterait un cadre institutionnel autorisant, dans le respect des exigences légales et éthiques, l'accès à certaines données administratives et judiciaires ainsi que la réalisation d'entretiens avec les familles et les professionnels concernés afin de produire des données scientifiques fiables.