

## Correction : OB 2 - MEM 2 - VAGUE A - Sujet Mise en situation

*Vous êtes étudiant en première année de santé. Une amie vous confie qu'elle se sent très mal depuis plusieurs semaines, qu'elle dort peu et qu'elle a parfois des idées noires. Elle vous demande de ne rien dire à personne, car elle ne veut pas inquiéter sa famille ni être considérée comme fragile.*

*Que faites-vous face à une telle situation ?*

### **Intro/contextualisation :**

- **Personnage incarné** = vous-même, étudiant en première année de santé à Nice. Vous n'êtes pas un professionnel de la santé mentale : vous n'êtes pas habilité à poser un diagnostic (comme celui de la dépression) ni à prendre en charge ce type de pathologie. Cependant, vous avez un devoir d'écoute et un devoir légal et moral d'assistance à personne en danger.
- **Deuxième personnage** = une amie. La relation est horizontale et intime, fondée sur la confiance. C'est précisément cette proximité qui la pousse à se confier à vous plutôt qu'à sa famille. Vous avez le rôle de confident privilégié, ce qui facilite l'échange mais vous donne une lourde responsabilité.
- **L'état de santé (les signaux d'alerte)** : un mal-être qui dure ("plusieurs semaines"), des troubles du sommeil ("dort peu") et la présence d'"idées noires". Ces trois éléments combinés sont des *red flags* (signaux d'alarme psychiatriques) majeurs suggérant un risque de dépression sévère, voire un risque suicidaire qu'il ne faut sous-estimer sous aucun prétexte.
- **Les freins psychologiques** : la peur de la stigmatisation sociale (ne pas vouloir être considérée comme "fragile") et la culpabilité (ne pas vouloir inquiéter sa famille). Ces sentiments isolent la personne et l'empêchent de se tourner vers les structures de soins adaptées.
- **L'élément central et aggravant** : l'injonction au silence ("elle vous demande de ne rien dire à personne"). Cela vous place face à un **dilemme éthique majeur** : le conflit entre le respect de la confidentialité (et de la confiance de votre amie) et l'impératif absolu de protection de sa vie (nécessité de briser le secret pour alerter des professionnels face au danger potentiel lié aux idées noires).

## II. Problématique et axes de réponse

Cette situation soulève plusieurs tensions éthiques et pratiques :

- Comment respecter la confiance d'une amie tout en ne la laissant pas seule face à une détresse potentiellement grave ?
- Jusqu'où la promesse de confidentialité est-elle tenable lorsque la sécurité d'une personne est en jeu ?
- Quelle est votre place en tant qu'étudiant, ni professionnel ni simple passant ?

Dans l'immédiat : l'écoute active et bienveillante

Vous écoutez votre amie sans l'interrompre ni minimiser ce qu'elle ressent. Évitez les formules réductrices comme « ça va aller » ou « tout le monde traverse ça ». La valider dans son ressenti est la première étape.

Vous lui posez des questions ouvertes et douces pour mieux comprendre l'intensité de sa souffrance : « Est-ce que tu penses parfois à te faire du mal ? » contrairement à la croyance populaire, poser cette question ne « donne pas des idées » mais ouvre au contraire un espace de parole sécurisé.

Vous lui signifiez clairement qu'elle a eu du courage de se confier à vous et que vous êtes là pour elle sans jugement.

Face à la demande de confidentialité

Vous ne faites pas de promesse absolue de silence. Vous pouvez dire honnêtement : « Je t'entends, et je respecte ta confiance. Mais si je pense que tu es en danger, je ne pourrai pas rester sans rien faire parce que tu comptes pour moi. » La confidentialité n'est pas un principe absolu lorsque la vie d'une personne est potentiellement menacée. En droit éthique et médical, le devoir de protection prime sur l'obligation de discrétion en cas de danger imminent. Vous ne trahissez pas votre amie en cherchant à l'aider : vous honorez la confiance qu'elle vous a faite en la prenant au sérieux.

Orienter vers une aide professionnelle

Vous encouragez votre amie à consulter un professionnel de santé mentale : médecin généraliste, psychologue, psychiatre, ou le service de santé universitaire (SSU/SUMPPS) de votre établissement, qui propose souvent des consultations confidentielles et gratuites. Vous lui proposez de l'accompagner si elle le souhaite : cela réduit la barrière à l'accès aux soins et montre un soutien concret. Vous lui donnez des ressources accessibles et non stigmatisantes : numéro national de prévention du suicide 3114 (disponible 24h/24), qui s'adresse aussi bien aux personnes en détresse qu'à leurs proches.

Si le risque semble immédiat, si votre amie évoque un passage à l'acte imminent, un plan précis, ou si vous estimez que sa vie est en danger, vous ne restez pas seul(e) avec cette responsabilité. Vous contactez les secours (15 – SAMU, 15 ou 112) ou vous alertez un adulte référent (parent, responsable pédagogique, médecin universitaire) sans attendre. Il s'agit d'un acte de protection, non de trahison. Votre amie pourra en vouloir sur le moment, mais votre priorité est sa sécurité.

Prendre soin de vous

Porter seul(e) une confiance aussi lourde est épuisant et potentiellement déstabilisant pour vous-même. Il est légitime et nécessaire d'en parler à un adulte de confiance, un responsable pédagogique ou un service de santé étudiant, sans nécessairement révéler l'identité de votre amie dans un premier temps. En tant que futur professionnel de santé, savoir où s'arrêtent vos compétences et quand passer le relais est une compétence fondamentale.

### **Conclusion/ouverture :**

- Cette situation illustre la **stigmatisation de la santé mentale** : la peur du jugement (être vu comme "fragile") freine la recherche d'aide et isole le patient.
- Elle rappelle qu'il faut **connaître ses limites** : en tant qu'étudiant, notre rôle est d'écouter et de servir de relais vers des professionnels (médecin, urgences), pas de soigner.
- Elle met en avant un dilemme éthique clé : **le secret vs l'assistance à personne en danger**. Face à des idées noires, la sécurité de la personne prime toujours sur la promesse de silence.
- Plus largement, la santé mentale des étudiants est un **enjeu de santé publique majeur**, ce qui prouve la nécessité de continuer à banaliser la consultation psychologique.