

# Les DOSSIERS

Mai 2021

SAPEURS - POMPIERS

DE FRANCE

Web



Santé

## CONDUITES À RISQUES : COMMENT LES ÉVITER ?

Marion Fourmies / Sols 78

SAPEURS - POMPIERS  
DE FRANCE

Les Éditions

# Conduites à risques : comment les éviter ?



Texte

Robert Gaubert, psychiatre ;  
Dr Ève Laparra, médecin-chef  
du Sds 66 ; Kevin Gaubert, IDE ;  
Victoria Carmignani, IDE ;  
Estelle Leblatier, IDE

**Prendre des risques n'est ni une question d'époque, ni une question d'âge, et ne s'accompagne pas forcément de mal-être. Si la notion de défi est souvent présente en filigrane, décrypter des conduites à risques se révèle néanmoins complexe...**

« **V**ous saviez que vous risquiez votre vie ? » « Oui, tout le monde me dit ça, mais je n'ai pas pensé à ça. J'ai juste pensé à l'enfant. C'est dans l'appartement que j'ai senti que je tremblais. » Ainsi parlait Mamadou Gassama après avoir secouru en escaladant par les balcons un enfant de 4 ans suspendu dans le vide au 4<sup>e</sup> étage d'un immeuble parisien le samedi 26 mai 2018. Depuis cet acte héroïque, sa vie a changé.

## Des prises de risques à toutes les époques...

Un chemin, deux dates, deux prises de risques, et deux résultats opposés :

- Le 14 avril 1912, bien que cinq navires lui signalent la présence de gros icebergs, le commandant du *Titanic* continue sa route risquée pour décrocher le « ruban bleu » récompensant la plus rapide traversée de l'Atlantique. Le naufrage se produit à 2 h 20 et se déroule en musique (l'orchestre jouera jusqu'à 2 h 17 la nuit du drame). Résultat : autour de 1 500 morts.

- Le 14 octobre 1492, Cristobal Colón, commandant de trois navires (la *Pinta*, la *Niña* et la *Santa Maria*), accoste, par un itinéraire jugé risqué (il a gagné le levant en passant par le ponant), sur ce qu'il croyait être les Indes, mais qui, en fait, sera l'Amérique.

## ... et à tous les âges

Pour mieux saisir l'étendue de la prise de risques, énumérons quelques exemples concernant des personnes de tout âge, de 3 ans à 70 ans.



Julien Laine / Sds 14

**Thierry, 3 ans**, monte avec quelques difficultés l'échelle qui le mène au sommet du petit toboggan dans lequel il allait s'élanter les pieds devant. Mais une voix lui demande de le faire la tête en premier. Hésitations... et hématome facial.

**Patrick, 10 ans**, plonge de trois mètres à la piscine. Malgré la peur, il a réussi à sauter, fort des encouragements de ses amis. Patrick est subjugué par ce qu'il vient de faire et se sent investi d'une puissance extraordinaire. Va-t-il le faire du tremplin supérieur ?

**Sophie, 15 ans**, vient d'apprendre que ses parents vont divorcer, ou encore que son copain ait flirté avec une amie. Elle fugue en passant par la fenêtre, puis avale des médicaments pris dans l'armoire à pharmacie familiale, et se retrouve aux urgences.

**Charles, 18 ans**, est convaincu de bien tenir l'alcool, et veut le montrer aux autres : conduire sa mobylette sans s'arrêter aux feux ni aux « stop », faire la course avec des amis dans la rue, provoquer la police et rentrer chez lui avec un sentiment de courage et de toute puissance. On devine la suite.

**Samuel, 25 ans**, pas très costaud ni très filou, en manque affectif, accepte, après quelques hésitations, de participer à une soirée qui s'avèrera par la suite la « soirée des cons ». Il aurait pu repartir, mais s'est vite retrouvé coincé et paniqué.

**Alain, 40 ans**, veut connaître les sports extrêmes. Le parachutisme est trop cher, le parapente est trop select, le saut à l'élastique trop lointain, alors c'est plus accessible et grisant de traverser la voie rapide que de se remettre à la

recherche d'un pont. Les secours seront rapidement appelés.

**Évelyne, 50 ans**, se sent jeune, le clame et veut le prouver en profitant de ses dernières règles pour avoir à nouveau un enfant, au grand désarroi de son entourage et notamment de son mari

**« On ne joue pas avec la vie de ses hommes. Le risque doit être librement consenti et approuvé. »**

qui lui parle de séparation, mais aussi de son médecin qui, au vu de son bilan clinique, lui déconseille fortement une telle aventure...

**Gaston, 60 ans**, après le rugby et la moto, le tennis et le 4 x 4, refuse la natation et la randonnée que lui suggère son généraliste, et se donne le défi de jouer au squash et d'aspirer à quelques coups qui, dans ce domaine et vu son âge, s'avèreront rapidement fatales.

**Hélène, 70 ans**, décide d'aller vivre dans les lieux où elle s'est rendue avec feu son mari dans tel pays d'Afrique, connu

## L'ordalie en chiffres\*

- 22 % des jeunes se sentent désespérés et 25 % d'entre eux ont pensé au suicide.
- 1 000 adolescents mettent fin à leurs jours chaque année en France (trois fois plus que dans les années 60), et 40 000 sont hospitalisés après une tentative de suicide.
- 100 000 jeunes fuguent de chez eux chaque année.
- 15 % des jeunes déclarent avoir fait quelque chose de dangereux par plaisir ou par défi au cours du mois précédent, les garçons étant deux fois plus nombreux que les filles dans ce catalogue de mauvaises nouvelles.
- Un quart des jeunes déclare avoir expérimenté une drogue au cours de leur vie : 28 % du cannabis, 1,1 % des hallucinogènes, 0,9 % de l'ecstasy, 0,7 % des produits à inhaler, 0,3 % de la cocaïne ou du crack. Triste constat.
- Plus d'un jeune sur cinq déclare avoir été victime d'au moins un accident ayant nécessité une intervention médicale au cours des 12 derniers mois.
- 25 % des 12 à 19 ans ont déjà été ivres au cours de leur vie. Pour les garçons, 34 %, et pour les filles, 21 %.

Actuellement, beaucoup de jeunes sont en situation de crise avec de gros risques sous-jacents. L'explication de l'augmentation actuelle de ces chiffres est à mettre sur le compte de la crise sanitaire et économique (le monde étudiant en souffrance), la montée du chômage (inhibant toute projection d'emploi), la crise du sens (« Où vais-je ? »), la crise des valeurs ou encore les problèmes de transmission entre générations qui ne se passe pas toujours bien. Le traitement des prises de risques dans le cadre de l'ordalie nécessite des réponses particulières en fonction de la personnalité (vide existentiel, mal-être, addiction[s], idées suicidaires, croyances...).

Au-delà la notion de contrôle, de chance, de calcul bénéfice-risque, se trouve un état de tension extrême : « Je suis à cran ». Parfois, un comportement inadapté est développé pour réduire cette tension : « Pour ne plus souffrir, je suis passé à l'acte ». Par des comportements à risques, j'enterre mes démons et renais de leurs cendres pour une vie meilleure.

\*Voir aussi en page 4.



Frédéric Bos / Sdis 06

**Ne pas confondre vitesse et précipitation.**

de personnes prêtes à prendre le risque d'avoir une relation sexuelle sans préservatif avec une personne inconnue. Les jeunes deviennent de moins en moins sensibles à la prévention des MST et du Sida, sachant que ce dernier peut désormais être traité par une trithérapie – pourtant permanente et contraignante –, et le risque de grossesse, par la pilule du lendemain.

**Moto** et évasion : les jeunes motards qu'on voit sur les routes et qui remercient volontiers du pied droit lorsqu'on les laisse passer paient un lourd tribut aux accidents de la circulation et remplissent les centres de rééducation.

**Ceinture** et liberté : sous prétexte que cela procure de l'inconfort, certains conducteurs refusent la ceinture de sécurité, ajoutant qu'ils n'ont jamais eu d'accident, avant de se retrouver en « réa ».

**Quel processus derrière la prise de risques ?**

La prise de risques met en relief la notion de danger physique ou moral sur sa propre vie ou santé (ou sur celle des autres) à travers des actions décidées avec plus ou moins de lucidité. De façon consciente pour certains (« Je sais, ça passe ou ça casse ») ou inconsciente

pour sa beauté, mais aussi pour ses massacres...

**Une diversité de « produits à risque »**

La prise de risque peut aussi se situer au niveau des produits consommés ou des attitudes adoptées.

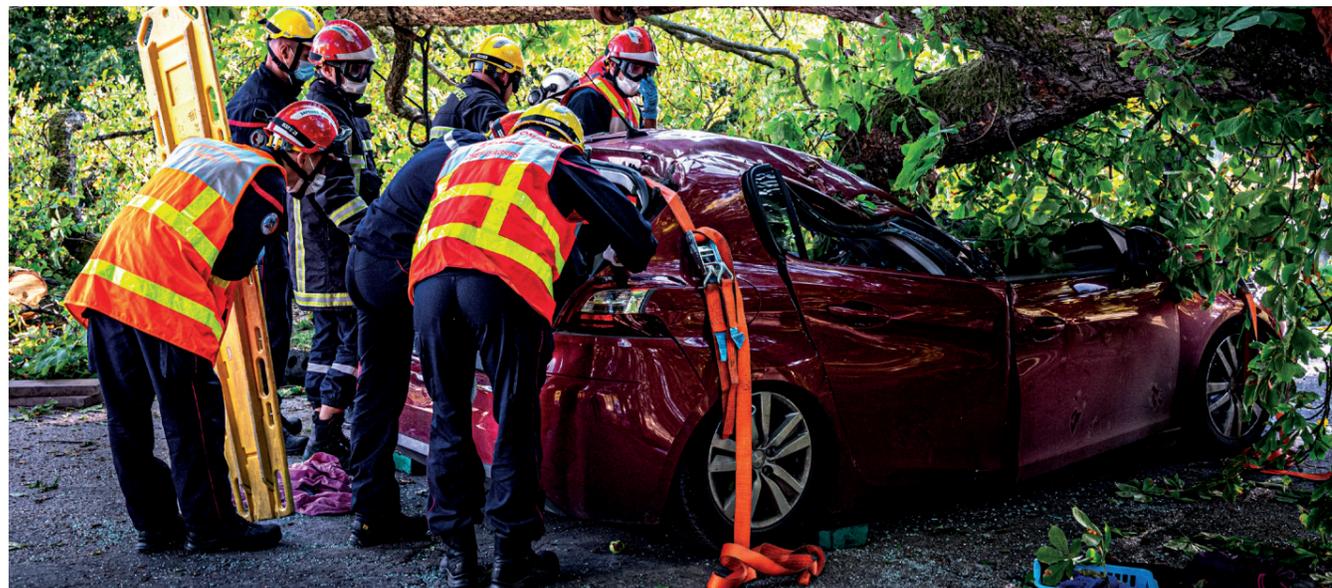
**Tabac** et partage : les campagnes à la télévision laissent considérer que fumer est une cause de suicide, voire d'homicide pour les uns, de meurtre pour les autres dans le cadre du tabagisme passif.

**Alcool** et adolescents : tous les adolescents qui veulent faire la fête rejettent les méga-bouteilles de coca pour investir dans des méga-packs de bière ou des

alcools forts, boissons qui les font rire, pisser, et les incitent à participer à des virées dont, quelquefois, ils ne reviennent pas (voir le journal local du dimanche matin).

**Cannabis** et jeunes : tous ces jeunes qui attribuent des vertus thérapeutiques au cannabis s'interrogent sur la législation qui interdit cette substance en France tout en autorisant l'alcool et le tabac, fondant leur discours de protection sur la référence aux drogues dures extérieures. Les usagers d'ecstasy diabolisent eux aussi les héroïnomanes pour mieux justifier leur propre consommation. Seuls les usagers de l'héroïne ne diabolisent plus rien du tout, sinon leur vie merdique.

**Sexe** et rencontres : il faut voir le nombre



Marion Fourmies / Sdis 78

pour d'autres (« Pourquoi j'aime la vitesse ? »), la prise de risques conduit à la notion de « l'ordalie ».

Du vieil anglais *ordal* et du germanique *urthel*, « jugement », l'ordalie est un mode de justice aussi appelé « jugement de Dieu ». Il consiste à faire passer à l'accusé des épreuves physiques diverses dans le but de démontrer la justesse d'une cause.

Souvent, dans la prise du risque, il y a un défi lancé à soi-même. « Quitte ou double », « Cap ou pas cap », « Chiche ou pas chiche », « C'est oui ou c'est non ». Ce sont des termes propres à la notion du défi et aux jeux, parfois idiots, consistant à se lancer dans quelque chose que l'on n'aurait normalement pas fait, ou que l'on ne pensait pas faire.

**La prise de risque chez les sapeurs-pompiers**

Nous ne parlerons pas des conduites à risque provoquées par l'alcool, le

cannabis, les tranquillisants et autres drogues, qui n'ont pas cours dans les Sdis, mais plutôt des risques résultant de la confusion entre :

• **Vitesse et précipitation** : « Dans mon travail de sapeur-pompier, c'est bien que je sois adepte de la vitesse, mon équipe est toujours en premier sur les lieux. » Jusqu'au jour où elle n'y arrivera pas.

• **Adaptation et bricolage** : effectuer un acte sans accord du responsable, prendre une initiative personnelle pas forcément salutaire.

• **Empathie et confusion** : donner un avis lourd de conséquences sur la victime, sa personnalité, son mode de vie, ses orientations.

• **Particulier et collectif** : « On ne joue pas avec la vie de ses hommes. Le risque doit être librement consenti et approuvé. Accepter de mettre sa vie en jeu. Savoir, lorsqu'on est frappé, que ce n'est pas le fruit du hasard, mais le résultat d'un engagement », écrit le général

**Souvent, dans la prise de risque, il y a un défi lancé à soi-même.**

J.-C. Gallet de la Brigade de sapeurs-pompiers de Paris.

Certaines phrases toutes faites peuvent également inciter à des conduites à risques :

« On fonce » ; mots souvent prononcés avec le risque en écho : « On s'est crashés ».

« On est là pour sauver, pas pour philosopher » : la réflexion, même minime, serait une perte de temps.

En guise de conclusion, cette juxtaposition : « Qui ne risque rien n'a rien », dit le dicton, mais « qui joue avec le feu se brûle », lui répond l'écho. ▲

**Test**

**Avez-vous une personnalité à risque ?**

**Test du professeur Johan Denollet, université de Tilburg (Pays-Bas)\***

(\*Résultats en fin d'article.)

**Tout le monde prend des risques, mais certains, en fonction de leur personnalité, plus que d'autres. Pour chacune des affirmations suivantes, notez l'impression qui vous correspond.**

	Pas du tout	Plutôt non	Neutre	Plutôt oui	Tout à fait
1. Quand je rencontre des gens, j'ai un contact facile.	4	3	2	1	0
2. Je fais souvent des histoires pour des choses sans importance.	0	1	2	3	4
3. Je parle sans problème à des étrangers.	4	3	2	1	0
4. Je me sens souvent malheureux (se).	0	1	2	3	4
5. Je suis souvent irrité(e).	0	1	2	3	4
6. Je me sens inhibé(e) dans mes relations sociales.	0	1	2	3	4
7. Je vois les choses de manière triste.	0	1	2	3	4
8. Je suis plutôt fermé(e).	0	1	2	3	4
9. Je trouve difficile d'entamer la conversation.	0	1	2	3	4
10. Je suis souvent de mauvaise humeur.	0	1	2	3	4
11. Je préfère garder mes distances avec les autres.	0	1	2	3	4
12. Je m'inquiète en général pour pas grand-chose.	0	1	2	3	4
13. Je me sens parfois au fond du trou.	0	1	2	3	4
14. En société, je ne trouve pas de sujet de conversation.	0	1	2	3	4

Résultats  
 • Les points des items 2, 4, 5, 7, 9, 12 et 13 indiquent un état triste, inquiet, irritable, c'est-à-dire souffrant d'une affectivité négative.  
 • Les points des items 1, 3, 6, 8, 10, 11 et 14 révèlent le degré d'inhibition sociale, de manque d'estime de soi.  
 Si vous totalisez 10 points ou plus dans les deux catégories, vous avez une personnalité de type D pour « Détresse » avec risque cardio-vasculaire et probabilité de prise de risques.  
 Apprenez à gérer votre stress et à vous prendre en charge pour limiter le risque caché.