

LA SANTE MENTALE DES JEUNES

Dr XAVIER POMMEREAU

05.06.2025

**ELEMENTS ET REFERENCES DE
L'OUVERTURE**

CADRE ET CONTEXTE

Santé mentale : Grande cause nationale année 2025:

Objectifs prioritaires:

- la déstigmatisation de la santé mentale,
- le développement du repérage précoce et de la prévention,
- l'amélioration de l'accès aux soins,
- l'accompagnement des personnes dans toutes les dimensions de leur vie quotidienne.

Préoccupation partagée au sujet de la santé mentale des enfants, adolescents et jeunes adultes.

EPIDEMIOLOGIE

Un faisceau d'indicateurs (documentés : enquêtes et données/observatoires) et **des remontées des réseaux professionnels** mettent en évidence le maintien de l'altération de la santé mentale des ados en 2023, dans un contexte d'offre et d'accès aux soins dégradés, et où les réseaux sociaux ont une place prépondérante dans la vie des jeunes (désinformation, jeux de défis-challenges...) mais jouent également un rôle d'accès aux informations et à la prévention.

EPIDEMIOLOGIE

Concernent les plus petits (peu de données avant COVID) : depuis COVID : Enquête : ENABEE, 2022 : résultats publiés en 2023 et 2024.

Niveau de bien-être et de la qualité de vie globalement bon dans la tranche d'âge 3 à 11 ans, cependant :

- 8,3% des enfants de 3 à 6 ans, présentent une difficulté de santé mentale probable, de type émotionnel, oppositionnel ou inattention/hyperactivité, impactant leur vie quotidienne. (soit 1/12 enfant de maternelle)
- 13% des enfants de 6 à 11 ans (CP au CM2) présentent un trouble probable de santé mentale : 1 enfant sur 8



EPIDEMIOLOGIE

Alors que les collégiens et lycéens se déclarent en bonne ou très bonne santé (9 collégiens/10 et 8 lycéens/10), 8 élèves du secondaire sur 10 se disent satisfaits de leur vie actuelle :

- ⇒ Constat de la dégradation avec l'âge de l'estime de soi, des indicateurs de bien-être à l'école et de santé mentale, plus marquée au collège, s'accélère fin de collège et ++ au lycée
 - Plaintes somatiques plus importantes chez les ado français (63% des filles et 40% des garçons). La santé mentale des filles se dégrade de la 6e à la 3e
 - Expérimentation en baisse de l'usage des substances psychoactives au collège, mais en augmentation au lycée ; alcoolisations massives avec hospitalisations en augmentation, de façon inquiétante chez les jeunes femmes, usage quotidien du tabac a diminué chez les lycéens, émergence de nouvelles pratiques (PUFF, Chicha..), usage cannabis en progression
 - 32% des élèves de 4e et de 3e présentent un risque modéré de dépression, 22,9% un risque important. , 36,3% des élèves de terminales
 - 1 collégien sur 5 et 1 lycéen sur 4 se dit stressé par le travail scolaire et le niveau d'exigence
 - Troubles de l'humeur, pensées suicidaires et gestes suicidaires : chiffres plus élevés qu'avant COVID : les jeunes femmes sont les plus impactées (augmentation des consultations de ville, des services d'urgence : troubles de l'humeur, gestes auto-infligés)
 - 1 ado /10 présente des idées suicidaires au cours de l'année et 1 ado /10 fait une TS au cours de sa vie (chiffres avant COVID) : en augmentation.
 - Abaissement de l'âge moyen du passage à l'acte suicidaire : 14 ans
 - Suicide rare à adolescence : 350 suicides de jeunes <18 ans et 500 suicides de jeunes < 25 ans / an. Sur 9000 suicides en population générale. Mais première cause de mortalité chez jeunes 12-25 ans après AVP (soit 2e cause de mortalité). Ne pas confondre décès liés à un passage à l'acte impulsif, sous l'effet de la montée d'angoisse, et décès lié à un passage à l'acte avec intention suicidaire.
- ⇒ Voir ENCLASS, ESCAPAD, Rapports de l'ONS (Observatoires national et régionaux du suicide) , divers études et rapports de la DREES
- ⇒ Croiser avec: les indicateurs de climat scolaire (augmentation des faits établissements : dégradations et vandalisme, actes de violence sur autrui, insultes sur adultes...), le constat d'augmentation des PAI pour pathologies mentales complexes avec traitements lourds (nécessitant une vigilance quant à l'observance du traitement et un suivi rigoureux).

EPIDEMIOLOGIE

⇒ Voir ENCLASS, ESCAPAD, Rapports de l'ONS (Observatoires national et régionaux du suicide)



**Enquête sur la santé et les
consommations lors de la journée
défense et citoyenneté (ESCAPAD)**



EPIDEMIOLOGIE

Cf. Rapports et alertes du Haut Conseil de la famille, de l'enfance et de l'âge, Conseil de l'enfance et de l'adolescence 2025 , 2024 et 2023, santé mentale :

- ⇒ **Constat d'une sur-médication de 1ere intention** des enfants et des ados, faute de recours aux soins adaptés : entre 2014 et 2021: augmentation de la consommation de psychotropes : +48,54% pour les antipsychotiques ; +62,58% pour les antidépresseurs ; +78,07% pour les psychostimulants; +155,48% pour les hypnotiques et sédatifs;) ont augmenté de +116% pour méthylphénidate (ritaline) ...
- ⇒ ... **Alors que la médication devrait être en 2e intention** après les pratiques psychothérapeutiques/ pratiques éducatives/ pratiques de prévention et d'intervention sociale

MESURES

- **Stratégie nationale de santé, stratégie nationale de santé mentale et de psychiatrie** : déclinaison régionale : feuille de route régionale santé mentale en cours de stabilisation (Région ARA) = Mesures spécifiques / public enfant-adolescent et jeune adulte : renfort de l'accès et offre de soins
- **Pour mémoire :**
 - Assises de la santé mentale et de la psychiatrie (septembre 2021)
 - Assises de la pédiatrie et de la santé de l'enfant (Mai 2024) : 80 mesures articulées autour de 4 grands axes. Mesures spécifique sur la santé mentale
 - Assises de la Santé scolaire (Mai 2025) : mesures spécifiques santé mentale
- **Plan ministériel de secours en santé mentale, impulsé par le MEN depuis fin 2023**
 - Diffusion du 3114
 - Mise en œuvre du protocole, qui clarifie en interne le Qui-Fait-Quoi, du repérage à la prise en charge et au suivi des situations
 - Un plan, de formation accompagnant la mise en œuvre du protocole, dont la formation d'adultes relais (dit repères dans la suite du déploiement) dans chaque établissement et chaque circonscription 1^{er} degré

MESURES

FOCUS: Assises de la santé scolaire : mesures ciblées spécifiquement /santé mentale : dans les grandes lignes:

- Porter largement à la connaissance des publics les différents numéros d'urgence : 3114, 3018, 119
- Poursuivre le déploiement des protocoles et renforcer les formations qui l'accompagnent dans le 2d degré et 1^{er} degré
- Faciliter l'adressage en externe avec les partenaires de l'Ecole (MDA, CMP...) : ces mesures figurent parmi les priorités de la stratégie nationale santé mentale et de la psychiatrie et feuille de route régionale Santé mentale (région ARA)
- Renforcer les CPS comme levier du bien-être et du climat scolaire,
- Nommer 100 référents PSY EN conseillers techniques au sein des pôles départementaux santé, bien-être et protection de l'enfance

En attente d'informations du National :

- Précisions et cadrages à venir sur la mise en œuvre des différentes mesures
- Généraliser le module de sensibilisation L'AIDER auprès des lycéens + expérimenter auprès des collégiens = outiller les ados pour identifier et soutenir leurs pairs en souffrance.

L'Ecole...

... Un des milieux de vie des enfants, ados et jeunes adultes, a son rôle à jouer dans la prévention, la protection, la promotion (EPSa).

Rôle de repérage des signes et signaux faibles, d'évaluation des situations, d'orientation , d'accompagnement/suivi, de veille

QUESTIONS EN FOND POUR LANCER LA CONFERENCE

- Comment repérer les signes précurseurs d'une décompensation de pathologies psychiatriques ?
- Comment gérer ces situations complexes dans une approche globale, pluricatégorielle dans l'environnement scolaire,
- Comment contenir dans l'attente d'un adressage et d'une prise en charge spécialisée externalisée ?
- Questionner la responsabilité de chacune et chacun, quelle que soit sa fonction au sein de l'établissement,
- Comment rassurer ces équipes qui accompagnent quotidiennement les situations d'élèves en souffrance, sous traitements non stabilisés ? Ces équipes étant démunies car cet accompagnement dépasse de plus en plus leur champ de compétences, sur contexte de déficit de prise en soins extérieure,
- Comment accompagner les élèves et leurs familles, du point de vue des professionnels ressources de première ligne ciblés dans le protocole: infirmiers, psychologues de l'éducation nationale, assistants de service social et médecins, sans (ou peu de) relai extérieur?

RESSOURCES ET REFERENCES

Sites

- ✓ 3114
- ✓ infosuicide.org
- ✓ Observatoire national du suicide (ONS) : sites de Santé Publique France et du Ministère de la Santé et de la Prévention, site de la DREES (direction de la recherche, des études et de l'évaluation et des statistiques)
- ✓ HAS (Haute Autorité de Santé)
- ✓ Santé Publique France
- ✓ Observatoire régional en santé , ARS Auvergne -Rhône -Alpes et Nouvelle -Aquitaine
- ✓ Compte LINKEDLN: Dr Xavier Pommereau
- ✓ Ministère de l'Education nationale : Education.gouv: <https://www.education.gouv.fr/sante-scolaire-agir-pour-les-eleves-au-coeur-de-l-ecole-450423>
Eduscol : <https://eduscol.education.fr/4063/agir-pour-favoriser-la-sante-mentale-et-le-bien-etre-des-eleves>
- ✓ Ministère de la Santé: <https://solidarites.gouv.fr/la-sante-mentale-grande-cause-nationale-2025> <https://sante.gouv.fr/prevention-en-sante/sante-mentale/>
- ✓ DREES : études et résultats sur la santé mentale et le suicide. Cf enquêtes: Gestes auto-infligés (mai 2024); Etat des lieux au regard de la situation financière, de l'orientation sexuelle et des discriminations subies (juin 2025)

Bibliographie

- ✓ Rapports de l'ONS, dont 3^e rapport février 2018 : enjeux éthiques de la prévention, singularités du suicide à l'adolescence; 5^e rapport, septembre 2022, mesurer l'impact de la crise sanitaire liée au COVID-19: effets contrastés au sein de la population et mal-être chez les jeunes; 6^e rapport, février 2025, Suicide : mal-être croissant des jeunes femmes et fin de vie - Penser les conduites suicidaires aux prismes de l'âge et du genre - 6^{ème} rapport de l'Observatoire national du suicide
- ✓ Enquêtes: EPICOV (INSERM- DREES), ENCLASS (Enquête nationale en Collège et en Lycée chez les Adolescents sur la Santé et les Substances (fusion HBSC-ESPAD)), ESCAPAD, ENABEE,
- ✓ Rapports et alertes du Haut Conseil de la famille, de l'enfance et de l'âge, Conseil de l'enfance et de l'adolescence 2025 , 2024 et 2023, santé mentale
- ✓ HAS : « recommandation de bonnes pratiques: septembre 2021 : idées et conduites suicidaires chez l'enfant et l'adolescent: prévention, repérage, évaluation et prise en charge
- ✓ Livres : Dr Xavier Pommereau:
 - « Quand l'adolescent va mal », « l'adolescent suicidaire, 3^e édition », « Ados en vrilte, mères en vrac », « Le goût du risque à l'adolescence », « Nos Ados.com en images »
 - « L'adolescence scarifiée : Dr Xavier Pommereau, Mickaël Brun, Jean-Philippe Moutte