

# approches coopératives



N° 24 printemps 2025



## La santé mentale des adolescents

En partenariat avec l'UCPA et les Scouts et Guides de France

Photo UCPA. Vincent Colin

« La seule voie qui offre quelque espoir d'un avenir meilleur pour l'humanité est celle de la coopération et du partenariat »

Kofi Annan



• *Photo UCPA Port Camargue. Vincent Colin*

## **ASSOCIATION POUR LA PROMOTION DES APPROCHES COOPERATIVES**

[contact@approchescooperatives.org](mailto:contact@approchescooperatives.org)

### **COMITÉ ÉDITORIAL**

Dominique BÉNARD, Matheus BATALHA, Larry CHILDS, Roland DAVAL, Alain DEWERDT, Patrick GALLAUD, Francis JEANDRA, Dominique LESAFFRE, Guy MENANT, Hamady MBODJ, Dante MONFERRER, Carolina OSORIO GARCIA, Michel SEYRAT, Michel TISSIER.

# SOMMAIRE

- **Un colloque, une revue, un partenariat fructueux** 5  
Editorial par Stéphane Bourrier et Laurence Bocquet-Vallette
- **L'enquête « EnCLASS » sur la santé mentale des adolescents** 7  
Entretien avec le docteur Emmanuel Godeau, par Dominique Bénard
- **Un sérieux besoin de confiance** 12  
Entretien avec Stefan Lipiansky, chef de projet Alliances éducatives à Vers-le-Haut, par Dominique Bénard
- **Un regard porté sur les adolescents** 19  
Entretien avec le docteur Marion Robin, pédopsychiatre par Roland Daval
- **Développer la résilience des jeunes, un enjeu de santé** 26  
Par Dominique Bénard
- **On relie plutôt qu'on sépare !** 32  
Entretien avec le docteur Rémy Puyuelo, par Alain Dewerd
- **Penser le soin, penser un cadre** 34  
Entretien avec le docteur Jean Picard, pédopsychiatre, par Alain Dewerd
- **Les Ambassadeurs santé mentale** 36  
Entretien avec madame Hélène Salsi, coordinatrice, par Roland Daval
- **Devenir secouriste en santé mentale** 41  
Extrait du site Web de PSSM France
- **Ecoute, soutien et sensibilisation** 43  
Extrait du site Web de Nightline France
- **L'attention à la santé mentale des adolescents à l'UCPA** 45  
Entretien avec Marie Delnatte, responsable qualité éducative des séjours d'enfants et d'adolescents, par Dominique Bénard
- **L'attention à la santé mentale des adolescents chez les Scouts et guides de France** 51  
Entretien avec Anne-Claire Bellay, déléguée générale, par Dominique Bénard
- **La santé mentale, grande cause nationale 2025** 56  
Entretien avec M. Thibault de Saint- Pol, directeur de la DJEPVA, par Roland Daval
- **Etudier à un âge de rébellion** 61  
Par Maria Helena Almeida Carvalho et Matheus Batalha Moreira Nery
- **L'archipel des adolescences** 67  
Par Michel Seyrat

[Cliquez sur un titre pour accéder à l'article correspondant](#)



# UN COLLOQUE, UNE REVUE, UN PARTENARIAT FRUCTUEUX

PAR LAURENCE BOCQUET-VALLETTE (SGDF) ET STÉPHANE BOURRIER (UCPA)



Laurence BOCQUET-VALLETTE



Stéphane BOURRIER

Les Scouts et Guides de France et l'UCPA sont deux associations dont les sièges sociaux sont situés dans le même bâtiment. Cette proximité nous a conduit à échanger lors de temps informels autour de sujets éducatifs tels que, l'égalité Filles / Garçons, la lutte contre les violences sexistes et sexuelles, l'écologie, le numérique, le rapport au corps et à la sexualité...

Après quelques rendez-vous de partages de bonnes pratiques, d'outils, de ressources, l'idée a émergé d'organiser ensemble un colloque autour d'un sujet qui était signalé par nos équipes de terrain dans nos réseaux respectifs comme particulièrement préoccupant.

Il s'agissait de la santé mentale chez les jeunes, thème qui est devenu plusieurs mois plus tard grande cause nationale. En effet, nous avons constaté lors des séjours et des camps, que de plus en plus de jeunes étaient en situation de mal-être. Cela se traduit par différents comportements tels que l'automutilation, les tentatives de suicides, les violences physiques, verbales et sexuelles, l'anorexie, le mutisme, le harcèlement... Nos équipes sont souvent démunies face à ces situations.

Il nous a donc semblé indispensable de nous appuyer sur l'expérience de professionnels.

Nous avons organisé un colloque dont le programme était conçu en deux parties. La première partie réunissait le témoignage d'un jeune et de quatre professionnels : Stefan Lipiansky, Chef de projet Alliances Éducatives à Vers le Haut, Emmanuelle Godeau médecin de santé publique et enseignante-chercheuse spécialisée dans les enquêtes sur la santé des collégiens et lycéens, Théo Verdier sociologue à Fondation Jean-Jaurès, le Docteur Marion Robin, psychiatre d'adolescents et chef de service adjointe du département de la psychiatrie de l'adolescent à l'Institut Mutualiste Montsouris à Paris. La deuxième partie était construite sous forme d'ateliers au choix animés par des associations ou experts du sujet pour apporter du contenu et des outils :

- PSSM France (les Premiers Secours en Santé Mentale)
- Programme PHARE de l'éducation nationale
- NightLine - association de prévention étudiante sur la santé mentale



- SGDF total respect + libre d'être moi-même
- UCPA, Kits pédagogiques
- La plateforme PRESM (Prévention En Santé Mentale) de l'Association Falret - dispositif ambassadeur en santé mentale

Une vidéo a été produite afin de permettre aux participants et participantes de garder une trace de l'événement : <https://www.youtube.com/watch?v=nHDGLJaEZ2M>.

Mais nous avons voulu aller plus loin en faisant appel à l'Association pour la Promotion des Approches Coopératives qui a accepté de consacrer le numéro 24 de sa revue "Approches Coopératives" au thème de la santé mentale des adolescents. Grâce à ce partenariat, les apports des différents experts et l'expérience de nos associations pourront être conservés et diffusés plus largement.

Et la suite ?

Fort de ce succès, nous avons décidé de poursuivre cette collaboration en organisant un deuxième colloque qui aura pour thème : «*Décrypter pour mieux grandir : l'éducation à l'esprit critique. Pourquoi et comment amener chaque jeune à penser par soi-même ?* », le 19 novembre 2025 après-midi à Paris. Approches Coopératives sera une nouvelle fois au rendez-vous.



[Cliquez ici pour retourner au sommaire](#)

## LES FAITS

# L'ENQUÊTE « ENCLASS » SUR LA SANTÉ MENTALE DES ADOLESCENTS

RENCONTRE AVEC LE DOCTEUR EMMANUELLE GODEAU

PAR DOMINIQUE BÉNARD

Depuis 1994, la France participe aux enquêtes internationales «Health Behaviour in School-aged Children», HBSC<sup>1</sup>, menée sous l'égide de l'Organisation Mondiale de la Santé, et "European School Project on Alcohol and other Drugs (ESPAD)<sup>2</sup>, avec l'appui de l'Observatoire Européen des Drogues. Depuis 2018, ces 2 enquêtes se déroulent en France hexagonale de manière simultanée au collège et au lycée, dotant la France d'un dispositif unique de suivi du bien-être et des comportements de santé des élèves du secondaire : l'enquête nationale en collèges et en lycées chez les adolescents sur la santé et les substances<sup>3</sup> (EnCLASS).

EnCLASS est menée sous la responsabilité scientifique du Docteur Emmanuelle Godeau (Ecole des hautes études en santé publique, EHESP) et de Stanislas Spilka (Observatoire français des drogues et des tendances addictives, OFDT). Elle est réalisée en partenariat avec le ministère de l'éducation et de la jeunesse

(Dgesco, Depp), l'Inserm, Santé Publique France, l'EHESP et l'OFDT<sup>1</sup>.

EnCLASS 2024 a reçu un avis d'opportunité favorable du Conseil national de l'information statistique<sup>2</sup> (Cnis) (n° 101 /H030) et le Comité du label<sup>3</sup> a émis un avis d'examen favorable à l'enquête EnCLASS, avec inscription au programme des enquêtes de la statistique publique et visa ministériel.

Le Docteur Godeau a accepté de répondre à nos questions sur les résultats de l'enquête EnCLASS 2022 et sur les conclusions à en tirer.

Bonjour Docteur, en tant que médecin de santé publique et enseignante-chercheuse spécialisée dans les enquêtes sur leur santé auprès des collégiens et lycéens, pouvez-vous décrire comment se déroule l'enquête EnCLASS et quels sont ses résultats les plus marquants ?

Mon métier, c'est de faire une photo, grand angle, d'une population, en l'occurrence des collégiens et des lycéens



Emmanuelle Godeau

<sup>1</sup><https://hbsc.org/>

<sup>2</sup>[www.espad.org/](http://www.espad.org/)

<sup>3</sup><http://enclass.fr/> : <http://www.enclass.fr/index.php/videos>

<sup>1</sup>Office des Drogues et des Tendances Addictives : <https://www.ofdt.fr/>

<sup>2</sup><https://www.cnis.fr/>

<sup>3</sup><https://www.comite-du-label.fr/>



nature dépressive ou des conduites suicidaires.

Globalement, les adolescents de notre pays vont bien. Plus de 9 collégiens et 8 lycéens sur 10 se déclarent en bonne ou excellente santé. 8 collégiens et lycéens sur 10 se disent par ailleurs satisfaits de leur vie actuelle. Mais la santé mentale et le bien-être se dégradent au cours du collège et ne s'améliorent pas au lycée. En avançant dans la scolarité, des indicateurs positifs tels que la bonne perception de la santé, la satisfaction de sa vie actuelle ou le bien-être mental s'altèrent, tandis que des indicateurs négatifs tels que le sentiment de solitude, les plaintes psychosomatiques récurrentes, c'est-à-dire plus de deux plaintes au moins une fois par semaine dans les six derniers mois, mais aussi le risque important de dépression, augmentent.

Les indicateurs de santé mentale et de bien-être évoluent peu chez les garçons au collège et au lycée, mais chez les filles ils s'altèrent, creusant d'autant les différences entre les sexes.

Stable entre 2014 et 2018, la proportion d'élèves de quatrièmes et de troisièmes présentant un risque important de dépression a augmenté entre 2018 et 2022, et on atteint une fréquence de 21,4%. Au lycée, les pensées suicidaires au cours de l'année ont également augmenté entre 2018 et 2022. Les garçons, comme les filles, sont concernés par cette augmentation. En conclusion, si la satisfaction de vie et la perception de leur santé des collégiens et des lycéens sont majoritairement satisfaisantes, on constate que, particulièrement chez les filles, la santé mentale et le bien-être s'altèrent au collège et ne s'améliorent pas au lycée, de manière encore plus forte entre 2018 et 2022.

### **Comment expliquez-vous la disparité que votre enquête a révélée entre les garçons et les filles ?**

On constate que les différences entre garçons et filles s'exacerbent notamment entre la sixième et la troisième. En 6e, il y a des différences, mais petites. Et en 3e, elles sont largement majorées. Ensuite, la situation s'améliore un peu au lycée. Mais au collège, en fin de collège, c'est vraiment le moment où les filles vont vraiment plus mal que les garçons.

### **LES INDICATEURS DE SANTÉ MENTALE S'ALTÈRENT CHEZ LES FILLES CREUSANT D'AUTANT LES DIFFÉRENCES ENTRE LES SEXES...**

de la sixième à la terminale, et de regarder comment ils vont et ce qu'ils nous disent de leur santé et de leurs comportements de santé. On travaille sur un échantillon de plusieurs milliers d'adolescents, sur la France entière. Pendant qu'ils sont en classe, ils remplissent un questionnaire anonyme, confidentiel - on prend toutes les précautions pour le leur expliquer - et c'est une opportunité dont ils se saisissent de réfléchir sur eux et de parler d'eux. Et le postulat, c'est que nous croyons ce les adolescents nous disent d'eux. On n'a pas de raison de penser qu'ils veulent se moquer de nous. Nous pensons qu'ils sont les mieux placés pour nous dire comment ils vont et ce qu'ils font.

### **Comment vont les collégiens et les lycéens ?**

Les adolescents sont confrontés aux exigences de l'autonomie, à la pression de la réussite scolaire et sont exposés à des situations telles que la violence ou le harcèlement qui peuvent représenter des facteurs de risque pour leur santé mentale et leur bien-être.

Au printemps 2022, nous avons demandé à plus de 9 500 élèves de la sixième à la Terminale, scolarisés en France métropolitaine, s'ils étaient satisfaits de leur vie, s'ils se percevaient en bonne santé, s'ils avaient ressenti des moments de bien-être ou au contraire de solitude, ainsi que des plaintes d'ordre somatique ou psychologique comme des maux de tête, de l'irritabilité et de la nervosité, mais aussi s'ils avaient eu des symptômes de

Je ne fais pas d'entretiens qui me permettraient d'approfondir le pourquoi du comment. Néanmoins, j'ai un certain nombre d'hypothèses que je partage avec d'autres chercheurs qui travaillent sur la santé des adolescents. D'abord, on n'élève pas les filles et les garçons de la même façon. L'expression du mal-être est réprimée chez les garçons (donc majorée chez les filles par contraste). On apprend aux garçons à "être forts" et à ne pas dire qu'ils ne se sentent pas bien. Donc les garçons sont peut-être moins enclins que les filles à dire comment ils se sentent vraiment, ils ont plus de mal que les filles à partager les difficultés qu'ils éprouvent.

Deuxièmement, l'adolescence commence par la puberté et la puberté ne se passe pas de la même façon pour les filles et pour les garçons. Les filles sont pubères plus tôt que les garçons. Elles ont leurs règles quand elles sont au collège et les règles, au début, sont douloureuses. Le vécu des filles n'est donc pas le même que celui des garçons. Tous les mois, les filles ont mal au ventre et même aujourd'hui, dans la société, dire qu'on a ses règles et qu'on a mal au ventre n'est pas toujours facile. Il y a toute une dimension culturelle concernant le vécu des règles : c'est dévalorisé, ça doit être minimisé, caché. Cela ne peut pas ne pas avoir un impact négatif sur le bien-être des jeunes filles, même si les choses commencent à changer : on lutte contre la précarité menstruelle, des distributeurs de serviettes sont installés, on parle plus facilement de la menstruation, il y a des congés menstruels, etc.. Il est possible que la situation s'améliore. Mais, pour l'instant, il est certain que la puberté est plus difficile pour les filles que pour les garçons. Lorsque les filles entrent au lycée, leurs règles sont moins douloureuses, elles sont plus autonomes, et savent mieux s'organiser, donc la situation s'améliore.

Un autre aspect c'est la révélation des violences sexistes et sexuelles dans la société d'aujourd'hui avec le mouvement #MeToo, qui a encouragé la prise de parole des femmes et donner à voir que le viol et les agressions sexuelles sont plus courants que ce qui est souvent supposé, facilitant ainsi l'expression des victimes. Le contre-coup c'est que les filles peuvent avoir peur d'être une proie et craindre les



relations sexuelles si la référence c'est le porno et sa violence à l'égard des femmes.

Il y a aussi l'effet de la pression scolaire et le stress lié à la réussite scolaire qui est plus fort chez les filles et peut être majoré en des temps de crise économique et de dévalorisation des diplômes.

**Les réseaux sociaux sont souvent pointés du doigt comme une source de problèmes pour les adolescents. Quelle est votre opinion sur leur impact ? Comment les adultes peuvent-ils aider les jeunes à naviguer de manière positive et à distinguer les bonnes et les mauvaises ressources ?**

Les réseaux sociaux ont du bon et du mauvais et les diaboliser est délétère et nous ferait perdre tout crédit auprès des ados... Ils servent à faire du lien, à garder contact, à s'essayer à des façons d'être, etc. Mais dans le même temps, ils peuvent devenir un piège par le caractère addictif de certaines applications conçues pour nous captiver, donc nous faire perdre toute notion du temps au détriment d'autres activités qui nous seraient plus profitables : faire du sport ou des activités artistiques, s'amuser, sortir, parler avec ses parents, lire... et dormir.

On sait aussi qu'à travers les réseaux sociaux, il y a une pression de l'image, et notamment de l'image corporelle, de l'image de soi qui peut être très délétère au moment de

**L'ADOLESCENCE COMMENCE PAR LA PUBERTÉ ET LA PUBERTÉ NE SE PASSE PAS DE LA MÊME FAÇON POUR LES FILLES ET POUR LES GARÇONS.**



## LES ADULTES DOIVENT AIDER LES ADOS EN FACILITANT LE DÉVELOPPEMENT DE LA LITTÉRATIE NUMÉRIQUE

l'adolescence, et notamment pour les jeunes filles à un âge où le corps change et où on ne le reconnaît plus.

L'accès à la sexualité génitale fait partie du travail de l'adolescence et dans cette phase, qui est nécessaire, les réseaux sociaux, et plus généralement Internet, peuvent être facteurs de trouble. en facilitant l'accès intempestif ou volontaire à des contenus pornographiques. On sait que majoritairement les collégiens et les lycéens vont regarder du porno, pas du tout par hasard, mais de manière délibérée. C'est notre rôle, en tant qu'adultes responsables de leur donner des instruments de décodage pour leur montrer que le porno c'est faux, c'est une mise en scène, ce n'est pas l'illustration de la vraie vie sexuelle. Nous devons les aiguiller vers d'autres ressources que le porno et, à cet égard, la sortie du nouveau programme d'éducation à la vie affective et sexuelle<sup>1</sup> est à souligner.

Mais sur les réseaux sociaux, on apprend aussi à interagir avec des pairs, on peut aussi avoir besoin de se construire par des fausses histoires de soi, pour explorer son identité. On sait aussi que pour les adolescents qui font partie de minorités, les réseaux sociaux peuvent être une ressource formidable par exemple pour les jeunes LGBTQI+. Dans leur environnement, ils ne vont peut-être pas trouver la personne à qui ils vont pouvoir poser leurs questions, mais sur les réseaux, ils vont peut-être trouver un endroit où les gens s'expriment et pouvoir poser des questions sur

<sup>1</sup>[Un programme ambitieux : éduquer à la vie affective et relationnelle, et à la sexualité](#)

quelque chose qui les préoccupe et pour lesquels ils n'ont pas d'interlocuteur. Les adultes ont vraiment un rôle à jouer pour aider les adolescents à identifier les vraies bonnes ressources, et faire la différence avec les fake news, les informations complotistes, ou le rôle néfaste des influenceurs.

Pour conclure concernant les usages des réseaux sociaux, les adultes doivent aider leurs ados en fixant des règles en termes de temps et de lieu, mais aussi en donnant les clés d'un bon usage (c'est fait à l'école dans la plupart des cas), en indiquant les bonnes ressources, en facilitant le développement de la littératie numérique en général et dans le domaine de la santé en particulier. Il s'agit de donner aux jeunes l'opportunité de décrypter l'information et les stratégies des fournisseurs de plateforme, des influenceurs etc. ce qui est aussi très utile à une période de la vie où leur sens critique se développe.

**Dans une intervention au Café de l'Espace des Sciences, vous avez évoqué la vulnérabilité des adolescents face aux industries qui cherchent à les enfermer dans des habitudes de consommation néfastes. Quelles sont, selon vous, les mesures à prendre pour contrer ces influences et promouvoir des choix de vie plus sains chez les jeunes ?**

Il faut en effet parler des déterminants commerciaux de la santé. Les adolescents sont influençables et représentent un marché important. Certains industriels essaient de capter leur intérêt en leur vendant des produits dont ils n'ont pas besoin : l'alcool, les cigarettes, le sucre, la malbouffe, tout ce qu'on veut. Là encore, c'est important de les aider à décrypter les stratégies des lobbys qui cherchent à rendre des produits attractifs pour les jeunes afin de les rendre captifs voire dépendants de leur usage. Les lois peuvent jouer un rôle de garde-fou : il faut se réjouir, par exemple, de la taxe soda<sup>1</sup>, de l'interdiction des distributeurs de bonbons ou de soda dans les établissements scolaires ou de l'approbation récente par le Parlement d'une loi qui interdit la vente des "puffs", ces cigarettes électroniques jetables parfumées et peu

<sup>1</sup> En novembre dernier, dans le cadre du vote du budget de la sécurité sociale, le Parlement a voté une très forte augmentation de la taxe sur les boissons sucrées, dite « taxe soda ». La lutte contre l'obésité, le diabète et les maladies cardio-vasculaires, avec le coût qu'elles entraînent pour l'Assurance maladie, font partie des arguments régulièrement mis en avant pour justifier l'instauration d'une fiscalité dite « comportementale ». L'objectif est de pousser les fabricants à revoir les quantités de sucre à la baisse dans leurs recettes, mais aussi d'inciter les consommateurs à se détourner des produits les plus sucrés, avec des prix à la hausse.

chères, en vogue notamment chez les jeunes.

**En 2025, la santé mentale est la grande cause nationale. Comment cette initiative peut-elle contribuer à changer les perceptions et à encourager une approche plus globale de la santé, qui intègre à la fois les aspects physiques et mentaux ? Quels sont les objectifs prioritaires que vous aimeriez voir atteints grâce à cette mobilisation ?**

Proclamer la santé mentale grande cause nationale, c'est une manière de mettre la santé mentale en avant et surtout d'en parler à toute occasion. C'est essentiel pour poursuivre le travail de déstigmatisation absolument nécessaire autour de la santé mentale et des troubles mentaux. Aujourd'hui, on peut dire plus facilement qu'on voit un psy, ou que l'on prend des médicaments. A l'école, il y a de plus en plus de gens qui sont formés au repérage des signaux d'alerte et à l'écoute des collégiens et des lycéens. Cette déstigmatisation peut inciter notamment les collégiens et les lycéens à se tourner vers ces adultes bienveillants pour obtenir de l'aide. Dans les médias, dans les cours, ouvrons cette conversation sur la santé mentale et arrêtons de penser qu'il y a des fous, qu'ils sont différents de nous, car c'est horrible d'être mis dans cette catégorie.

***Suite aux résultats de vos études, quelles sont les recommandations concrètes que vous feriez aux pouvoirs publics, aux professionnels de l'éducation, aux associations éducatives et aux mouvements de jeunes, aux familles pour améliorer le bien-être des adolescents en France ?***

Et bien d'abord, prendre en compte les résultats des enquêtes et les diffuser largement. Augmenter les moyens alloués à la prévention, au premier recours, pour éviter d'en arriver aux troubles graves. Ne pas oublier que beaucoup de choses contribuent au bien-être : bien dormir, bien manger, faire du sport ou de la musique, sortir dans la nature, voir ses copains, parler à ses parents, etc.. Tous les secteurs d'activité, toutes les politiques, tous les professionnels sont concernés d'une manière ou d'une autre par la santé des adolescents.

En premier lieu, ceux de l'école dans laquelle les jeunes français passent le tiers de leur temps. Développer une école

favorable à la santé est donc un enjeu majeur. Cela implique des professionnels formés à l'importance de la santé des ados et notamment des référents en santé mentale. L'école doit être promotrice de santé. Cela passe par une attention au climat scolaire, par le développement des compétences psychosociales, un ensemble de capacités qui permettent de faire face aux défis du quotidien et aux épreuves de la vie, d'assurer un bien-être mental afin d'adopter des comportements appropriés et positifs dans les relations à soi, aux autres et à son environnement, comme par exemple : savoir résoudre des problèmes, communiquer efficacement, avoir conscience de soi et des autres, savoir réguler ses émotions....

Enfin, il ne faut pas oublier l'attention à l'architecture scolaire (toilettes, cour, espace verts...), la structuration du temps, la gestion de l'orientation, le tout en gardant en tête la lutte contre les inégalités sociales. Grâce à la vigilance et l'engagement de tous les acteurs, l'école doit devenir un lieu encore plus bienveillant pour les élèves qui la fréquentent.

**GRÂCE À LA VIGILANCE DE TOUS LES ACTEURS, L'ÉCOLE DOIT DEVENIR UN LIEU ENCORE PLUS BIENVEILLANT POUR LES ÉLÈVES**

[Cliquez ici pour retourner au sommaire](#)



# UN SÉRIEUX BESOIN DE CONFIANCE

ENTRETIEN AVEC STEFAN LIPIANSKY,  
CHEF DE PROJET ALLIANCES ÉDUCATIVES À VERS LE HAUT

PAR DOMINIQUE BÉNARD



Stefan Lipiansky

Vers Le Haut<sup>1</sup> est une association loi 1901 à but non lucratif, reconnue comme organisme d'intérêt général à caractère scientifique. Lancé en 2015 avec l'ambition de nourrir le débat public, les décideurs et les acteurs de l'éducation, Vers Le Haut est un think tank dédié aux jeunes et à l'éducation, labellisé «*Think Tank & Transparent*» par l'Observatoire Européen des Think Tanks<sup>1</sup>.

Hors du champ partisan, Vers Le Haut associe à sa réflexion des acteurs de terrain, des jeunes et des familles, des experts et des personnalités de la société civile tout en appuyant son travail sur des études et des recherches scientifiques. Vers Le Haut diffuse des propositions concrètes afin d'élaborer un projet éducatif adapté aux défis de notre temps.

<sup>1</sup><https://www.verslehaut.org/>

<sup>1</sup> Un think tank est une structure de droit privé (fondation ou association) qui se donne pour objectif de produire des argumentaires et des recommandations au personnel politique. Spécialisé dans la fabrication de supports d'aide à la décision politique, il peut être traduit comme un institut d'ingénierie politique. [L'Observatoire européen des think tanks a développé le label « Think Tank & Transparent », afin d'évaluer le niveau de transparence et de bonne gouvernance des organisations ayant été préalablement identifiées comme think tanks (Wikipédia).



Bonjour Monsieur Lipiansky, merci d'avoir accepté cet entretien. Vous êtes chef de projet "Alliances Éducatives" à Vers le Haut et vous avez récemment conduit une étude publiée sous le titre "Un sérieux besoin de confiance. Ce que nous devons à notre jeunesse"<sup>2</sup> qui a retenu toute notre attention pour ce numéro d'Approches Coopératives consacré à la santé mentale des adolescents. Pouvez-vous d'abord vous présenter à nos lecteurs ?

<sup>2</sup><https://www.verslehaut.org/publications/rapports-publications/etude-un-serieux-besoin-de-confiance-ce-que-nous-devons-a-la-jeunesse/>

J'ai été enseignant, professeur agrégé d'économie et de gestion. Doctorant à l'université, j'ai commencé à y enseigner. Ensuite, je me suis mis en disponibilité afin de prendre des responsabilités dans le monde associatif tout en continuant à enseigner en indépendant. J'ai présidé une association dans le domaine de la musique pendant une quinzaine d'années, puis j'ai repris des études de philosophie pendant 3 ans et je me suis spécialisé sur les questions éducatives avec l'intention de pousser ma réflexion sur les politiques publiques dans le domaine de l'éducation, ce qui m'a amené à rejoindre Vers le Haut.

Vers le Haut est une association qui a eu 10 ans cette année. Ses principaux fondateurs sont la fondation "Apprentis d'Auteuil"<sup>3</sup>, le groupe Bayard Presse et l'association SOS Villages d'enfants. La fondation Apprentis d'Auteuil est plus impliquée au niveau opérationnel dans les questions d'éducation, en particulier dans la protection de l'enfance, tout comme SOS Villages d'enfants, mais elle gère aussi des établissements scolaires tandis que le groupe Bayard Presse est très engagé pour l'enfance et la jeunesse par ses publications. A travers certaines d'entre elles, il s'adresse aussi aux parents et aux enseignants.

A l'origine de la création de Vers le Haut il y avait une insatisfaction par rapport à la façon dont les questions éducatives étaient traitées dans le débat public. Notamment une trop grande focalisation sur la seule institution scolaire invisibilisant quelque part à la fois le rôle de la famille mais aussi l'éducation populaire, la petite enfance, le sort des enfants les plus vulnérables, etc. A la suite de ce constat initial, la mission de Vers le Haut a été centrée sur l'objectif de redynamiser le débat public en apportant un éclairage beaucoup plus large sur les questions d'éducation et en s'appuyant largement sur l'expérience des acteurs de terrain. En premier lieu, les partenaires

<sup>3</sup><https://www.apprentis-auteuil.org/>



fondateurs de Vers le Haut,, mais aussi de nombreux acteurs de l'éducation avec lesquels Vers le Haut a tissé des liens. C'est ainsi que nous donnons beaucoup la parole à des acteurs de la société civile qui font de l'éducation au quotidien dans les domaines de l'animation, du soutien scolaire, de la remédiation, de la formation professionnelle des jeunes, y compris les professionnels de santé, de l'action sociale, etc.

#### **Quelles sont les principales activités de Vers le Haut ?**

Vers le Haut a une activité éditoriale assez dense. Nous publions deux fois par an une grande étude qui porte souvent sur des questions transversales, notamment celle qui m'avait amené à intervenir sur l'événement organisé par l'UCPA et les Scouts de France sur la santé mentale des adolescents. Elle portait sur le thème de la confiance chez les jeunes. Nous bouclons actuellement une grande étude sur les liens entre le monde du travail et le monde éducatif et nous en commençons une autre centrée sur les questions éducatives qui touchent à la famille.

Donc, deux fois par an une grande étude et puis des publications plus régulières, au fil de l'eau, à travers notre site Internet et nos réseaux sociaux, comme notre lettre de veille. Il s'agit là de décrypter toutes les études, tous les rapports qui sortent dans le domaine de l'éducation. Nous nous déplaçons aussi sur le terrain

**NOUS PUBLIONS DEUX FOIS PAR AN UNE GRANDE ÉTUDE QUI PORTE SOUVENT SUR DES QUESTIONS TRANSVERSALES**



**QU'EST-CE QUI, DANS LE SYSTÈME ÉDUCATIF VÉCU PAR LES JEUNES, PERMET DE TRAVERSER LA PÉRIODE DIFFICILE DE L'ADOLESCENCE SANS DOMMAGE ?**

pour réaliser des reportages sur l'action des associations, rendre compte de ce qui se passe dans les établissements scolaires. Nous nous efforçons de donner une large place aux témoignages des professionnels de l'éducation ainsi que des jeunes eux-mêmes, notamment à travers un podcast que nous hébergeons. Nous leur proposons de témoigner de leur vécu en lien avec les thématiques que nous abordons. Par exemple, quand nous avons travaillé sur les liens entre monde du travail et monde de l'éducation, nous avons invité un compagnon à témoigner de son expérience, et nous avons interrogé des jeunes sur leur expérience en tant que demandeurs d'emploi, stagiaires, etc. Dans toutes nos publications, il y a toujours ces trois aspects : des analyses, des initiatives, et des témoignages.

Notre activité la plus visible c'est donc l'activité éditoriale mais nous avons aussi un rôle moins visible d'animation d'un réseau d'acteurs de l'éducation en les associant à nos travaux. Pour la réalisation de chaque étude, nous nous appuyons sur un comité d'orientation regroupant certains de nos partenaires. C'est ainsi que les Scouts et Guides de France ont participé à notre travail sur la confiance des jeunes. Parfois nous intervenons directement auprès d'acteurs du monde de l'éducation pour des conférences, des ateliers. Nous siégeons aussi dans des conseils d'administration ou dans des

comités d'experts sur des questions éducatives.

**Comment avez-vous abordé la question de la confiance des jeunes et quels constats avez-vous retiré de cette étude ?**

Le principe que nous avons dans nos études c'est d'adopter la perspective la plus large possible pour prendre en compte la diversité des interactions sur le sujet. Nous avons donc abordé la question de la confiance dans ces trois dimensions : la confiance en soi en premier lieu, mais aussi la confiance dans les autres et enfin la confiance dans l'avenir. Ces trois dimensions sont interconnectées et s'éclairent mutuellement.

**Comment reliez-vous la problématique de la confiance à celle de la santé mentale ?**

Nous sommes partis du constat que l'adolescence et la vie de jeune adulte est une période propice à certaines vulnérabilités. C'est une réalité qu'on ne peut éviter ; dès lors, il faut s'interroger sur ce qui permet de traverser cette période difficile et de surmonter ces vulnérabilités sans tomber dans des symptômes de grande souffrance. Qu'est-ce qui, dans le système éducatif vécu par les jeunes, peut les aider à traverser cette période sans dommage. Quel rôle positif les éducateurs peuvent-ils jouer ?

Pour répondre à ces questions, nous nous sommes appuyés sur des constats tirés d'études diverses, pas seulement des nôtres. Ces études ont mis en évidence l'existence de facteurs de stress et d'anxiété au sein des établissements scolaires. On peut penser notamment au système de notation qui est facteur de stress au quotidien pour les élèves dans la mesure où il est fondé sur l'identification des fautes et des erreurs plutôt que sur l'évaluation de la réussite. Les lieux éducatifs sont aussi des lieux où une minorité non négligeable d'élèves sont soumis à des violences physiques et psychologiques, mais l'aspect qui nous a semblé le plus intéressant à souligner et qui caractérise quelque part le système français, c'est que l'élève français manifeste, au fil des études, le fait qu'il se sent insuffisamment écouté et soutenu par les enseignants. On constate que la détérioration du bien-être des élèves intervient souvent entre l'entrée en sixième

et la fin du collège. Certaines études, menées notamment par le ministère de l'éducation nationale, montrent que la première cause de cette détérioration c'est le déficit de relation avec les adultes, avec les enseignants. D'après des consultations menées par l'UNICEF auprès des enfants, en moyenne seulement un élève sur deux est en mesure de trouver dans l'établissement scolaire un adulte auprès de qui se confier en cas de problèmes. C'est aussi ce qui ressort clairement des études de l'OCDE comme l'évaluation PISA (Programme international pour le suivi des acquis des élèves) où la France se classe à l'avant-dernière place des pays de l'OCDE concernant le degré d'écoute et d'empathie des enseignants. On constate donc que l'expérience vécue par les jeunes au sein des institutions éducatives n'est pas toujours propice à nourrir leur confiance en soi, la confiance qu'ils ont vis-à-vis des autres et leur confiance dans l'avenir; Cela n'est évidemment pas sans conséquence sur leur bien-être et leur santé mentale.

**Avez-vous identifié d'autres causes, non directement liées au milieu scolaire, qui expliquent la détérioration du bien-être des adolescents ?**

Nous avons voulu, ensuite, explorer quelque chose d'un peu plus spécifique dont on parle souvent dans l'actualité, c'est l'impact des questions environnementales sur les jeunes. Chaque année, en partenariat avec un institut de sondage, nous interrogeons des jeunes sur des éléments récurrents mais aussi sur des éléments spécifiques et l'année dernière, nous les avons interrogés sur leur perception face aux défis environnementaux. Une grande majorité d'entre eux - 71% - estiment que les problématiques environnementales ont un impact sur leur moral et sur leur bien-être en faisant naître chez eux des sentiments de tristesse et de peur<sup>4</sup>.

**Votre étude a-t-elle permis d'identifier des solutions qui permettraient de rétablir le niveau de confiance des adolescents ?**

Effectivement, pour compléter l'enquête, nous avons voulu explorer aussi la dimension des solutions. Nous avons donc

<sup>4</sup> Une étude publiée en 2021 dans la revue *The Lancet Planetary Health* montre à quel point l'éco-anxiété s'est enracinée dans les jeunes générations. Sur les 10 000 jeunes de 16 à 25 ans interrogés dans dix pays, près de 70 % ont déclaré être « très inquiets » ou « extrêmement inquiets » du changement climatique.

demandé aux jeunes comment ils souhaiteraient être armés face à ces défis qui affectent leur moral et leur bien-être. La majorité des jeunes - 6 sur 10 - ont répondu qu'ils souhaitent se voir proposer dans leur parcours éducatif des projets ayant un impact concret sur l'environnement, et notamment des projets à dimension collective. En fait, ce qui peut renforcer les jeunes dans leur confiance en eux, dans leur capacité à affronter l'adversité et les périodes de vulnérabilité, c'est la possibilité d'être rendus beaucoup plus acteurs face aux événements qu'ils rencontrent.

On constate que les jeunes qui ne fréquentent que l'école, qui ne sont pas engagés dans des activités périscolaires de type éducation populaire, qui ont rarement fait l'expérience d'une action coopérative, se retrouvent parfois passifs et solitaires. L'adulte n'est pas majoritairement identifié comme une figure de soutien et d'écoute mais plutôt comme une autorité qui est là pour dire "c'est bien ou ce n'est pas bien". Ce tableau est bien entendu un peu caricatural car il y a aussi à l'école des initiatives remarquables. Mais il reflète quand même l'expérience vécue par une bonne partie des jeunes.

Cette expérience-là n'est pas particulièrement propice à développer leur confiance en eux parce qu'ils n'expérimentent pas beaucoup leur utilité sociale, leur pouvoir d'agir par eux-mêmes, de surmonter les difficultés. Ils n'ont pas non plus d'occasion de faire l'expérience qu'ils peuvent s'appuyer sur les autres pour surmonter les difficultés qu'ils rencontrent.

**Vous confirmez donc les conclusions des travaux de recherche qui ont identifié trois facteurs principaux de protection que les jeunes doivent trouver dans leur environnement pour développer leur résilience<sup>1</sup>, c'est-à-dire leur capacité de rebondir face à des échecs ou des difficultés : des relations attentives et bienveillantes, des messages d'attente élevée et enfin des possibilités de participation et de contribution.**

Oui, de nombreux travaux de recherche ont montré que le fait d'être placé dans des situations de réussite, dans des situations coopératives et de pouvoir expérimenter

<sup>1</sup> Voir les facteurs de protection » page 27



**CE QUI PEUT RENFORCER LES JEUNES DANS LEUR CONFIANCE EN EUX, C'EST LA POSSIBILITÉ D'ÊTRE ACTEURS FACE AUX ÉVÉNEMENTS QU'ILS RENCONTRENT.**



**LA SUREXPOSITION AUX RÉSEAUX SOCIAUX, NOTAMMENT POUR LES JEUNES ADOLESCENTES, RISQUE DE CRÉER UNE IMAGE DÉGRADÉE DE SOI ET DE GÉNÉRER L'ANXIÉTÉ, LA TRISTESSE ET UN SENTIMENT DE MAL-ÊTRE**

un sentiment d'utilité sociale sont des facteurs de protection en matière de santé mentale.

C'est quelque chose qui ressort du témoignage des jeunes eux-mêmes quand ils sont engagés dans des expériences de ce type. Dans le cadre de cette étude, nous avons animé un atelier avec des jeunes à Lyon, au sein d'une association qui s'appelle *année lumière*<sup>2</sup> et qui organise une année de césure-orientation pour les élèves soit après le bac, soit dans leurs études supérieures, quand ils sont un peu perdus dans leur parcours et ne savent pas trop ce qu'ils veulent faire ou bien ont vécu des expériences un peu difficiles et aimeraient rebondir. *Année lumière* leur propose des ateliers centrés autour de la découverte de soi et des autres et les aide à trouver des engagements à travers une activité bénévole, des stages ou un service civique. Nous avons rencontré une promotion de ces jeunes, vers la fin de l'année, pour savoir ce qu'ils avaient retiré de leur expérience. Âgés de 16 et 25 ans, ils avaient donc vécu pas mal de choses déjà, mais beaucoup nous ont dit que

<sup>2</sup> *L'année lumière* est une association reconnue d'intérêt général qui accompagne les 16-25 ans par un programme innovant en matière d'éducation, qui leur permet de mieux se connaître et explorer leur environnement, afin de construire leur projet d'avenir (personnel, professionnel, citoyen...) et d'entreprendre leur vie avec sens.

c'était la première année où ils avaient vraiment expérimenté une action collective, le fait de vivre ensemble des expériences, de les partager, de les confronter. C'est aussi la première fois où ils avaient senti que les adultes étaient là pour les soutenir, les guider, les orienter et qu'ils avaient vécu leur première expérience d'engagement et d'utilité sociale. Ils décrivaient cette expérience comme un véritable basculement : "Je n'avais jamais encore découvert avant à quoi je pouvais servir, ce que je pouvais faire pour les autres..." Une grande partie d'entre eux avait traversé auparavant une situation de souffrance et l'avait surmontée grâce à la triple expérience de la coopération, du soutien adulte et de l'utilité sociale.

**Dans le quotidien des jeunes aujourd'hui, il y a quelque chose qui prend vraiment une place énorme, c'est le temps passé sur les réseaux sociaux. Avez-vous identifié l'influence qu'ils peuvent avoir sur le bien-être et l'équilibre des jeunes ?**

Nous n'avons pas mené d'étude nous-mêmes sur ce sujet, mais j'ai analysé ce que dit la littérature scientifique à ce sujet. Les conclusions des différentes études ne sont pas toujours concordantes, mais il est certain que la fréquentation des réseaux sociaux affecte l'image de soi. Et malheureusement essentiellement chez les jeunes filles. La surexposition aux réseaux sociaux, notamment pour les plus jeunes adolescentes, risque de créer une image dégradée de soi et de générer l'anxiété, la tristesse et sentiment de mal-être (voir encadré) Sur les autres aspects des réseaux sociaux, il y a des résultats relativement contradictoires. Ce qui semble se dessiner c'est qu'il y a des seuils en termes de temps de fréquentation. Un usage modéré des réseaux sociaux semble avoir des effets positifs en entretenant la sociabilité mais au-delà d'un certain seuil, cela entraîne des effets négatifs.

**Vous avez relevé la spécificité française du manque de confiance des élèves en eux-mêmes. Quelles caractéristiques du système éducatif français entraîne cette conséquence ?**

J'ai déjà mentionné une partie des causes, c'est-à-dire, le manque de soutien adulte. On constate ensuite que la France accuse un certain retard dans la mise en œuvre des pédagogies coopératives qui permettent de placer les jeunes dans une posture de coopération avec les autres et de ressentir

un sentiment d'estime de soi et d'utilité collective.

Certains chercheurs en sciences de l'éducation sont très centrés sur ces approches. Du coup je suis allé voir ce qui pouvait se faire et qui n'est pas utilisé. Par exemple des petits modules pédagogiques comme le marché des connaissances, un atelier où chaque élève anime un petit stand et enseigne aux autres élèves quelque chose qu'il sait faire. Il s'agit de faire jour la transmission des connaissances entre pairs. Le fait d'identifier chez soi des compétences, des talents, des capacités qui peuvent être utiles aux autres et voir que les autres sont motivés à les acquérir favorise le développement de la confiance en soi et la motivation à apprendre. Malheureusement ces facteurs favorables sont très rarement exploités ou de façon très marginale dans le système éducatif français. L'enseignement horizontal entre élèves est encore assez peu mobilisé alors qu'il est finalement autant favorable à celui qui reçoit qu'à celui qui donne.

Dans l'enseignement français, on valorise beaucoup les compétences très académiques, mais les compétences pratiques ou psychosociales sont invisibilisées et peu exploitées. Pourtant elles sont essentielles pour apprendre à apprendre et pour développer l'estime de soi et la confiance en soi. Par exemple, dans notre baromètre, les jeunes ont fait ressortir comme symptomatique du manque de confiance en soi la difficulté qu'ils éprouvent à prendre la parole en public. C'est une faiblesse du système français de se concentrer beaucoup sur l'écrit au détriment de l'oral. Des jeunes plus âgés disent que le fait d'avoir des difficultés à prendre la parole en public les pénalise beaucoup dans leur parcours professionnel.

On est allé interroger des associations qui sont actives dans ce domaine-là, notamment une qui s'appelle *Eloquentia*<sup>3</sup> et l'autre qui s'appelle *Trouve ta voix*<sup>4</sup>. J'ai découvert que prendre la parole, c'est non seulement avoir la possibilité de donner son avis mais aussi apprendre à s'exprimer de façon documentée et articulée sur des sujets qui nous tiennent à cœur. Trop souvent, on invite les jeunes à s'exprimer sur des sujets qu'ils n'ont pas choisis. Et ce qui ressort de ces ateliers de prise de parole

<sup>3</sup><https://eloquentia.world/>

<sup>4</sup><https://trouvetavoix.org/>

## L'EFFET DES RÉSEAUX SOCIAUX SUR L'ESTIME DE SOI DE NOS ADOS

D'après une étude Médiamétrie, 88% des collégiens possèdent un smartphone et parmi eux, plus de 8 sur 10 sont des utilisateurs réguliers de Snapchat. Un chiffre qui démontre à lui seul le rôle clé que jouent ces outils numériques dans la formation de l'identité personnelle et sociale des plus jeunes !

Instagram, Snapchat, Tiktok font désormais partie intégrante de la vie des adolescents. Outils de socialisation importants, ils incitent les adolescents à poster des contenus mettant en scène leur quotidien. Chacun de ces posts participe à la construction d'une identité virtuelle. De plus, cette identité prend de plus en plus le pas sur leur réalité. Une distorsion qui les conduit à accorder une importance excessive à l'image de soi sur les réseaux sociaux.

Une bonne estime de soi est la clé d'une santé mentale et d'un bien-être positif. Le respect et l'admiration que l'on se porte permettent de se sentir assez en sécurité pour utiliser ses capacités. Mais aussi faire face aux défis de la vie. Se fixer des objectifs, développer des facultés d'adaptation, persévérer, savoir faire face à l'adversité, apprendre à relativiser les aspects négatifs, se respecter soi-même et se faire respecter. Autant de compétences induites par une bonne estime de soi, qui autorisent chacun à s'épanouir dans sa vie personnelle et professionnelle à tous les âges de la vie...

Le principe des réseaux sociaux repose sur l'auto-publication. Mais qu'il s'agisse de photos ou de vidéos, de selfies ou de mises en scène de son quotidien, l'image occupe une place centrale. Et l'acceptation de soi passe désormais par le regard des autres. À travers la course aux likes et aux partages, les jeunes utilisateurs recherchent l'approbation des autres. Or, une estime de soi basée sur le jugement d'autrui ne peut qu'être fragile. Si ces manifestations d'intérêt améliorent instantanément l'estime de soi, elles altèrent également dangereusement la confiance en soi dès lors qu'elles s'amointrissent, ou pire qu'elles deviennent injurieuses. Un cercle vicieux qui entretient une dépendance malsaine à l'égard des réseaux sociaux.

Selon une étude Happydemics, 56% des 15-34 ans considèrent qu'Instagram impacte négativement leur amour-propre. Les 15-17 ans se déprécient davantage que la moyenne des Français. Mais paradoxalement, ce sont ces jeunes utilisateurs qui utilisent le plus les réseaux sociaux. Les adolescents sont donc la catégorie dont le bien-être mental est le plus impacté par les réseaux sociaux.

Avec leurs contenus donnant l'illusion aux autres utilisateurs que chacun mène une vie meilleure que la sienne, les réseaux sociaux offrent un miroir déformé de la réalité. Terrains propices à la comparaison sociale, ils engendrent des sentiments d'insuffisance, particulièrement chez les jeunes en pleine construction identitaire. S'abreuver de photos qui font rêver à longueur de journée ne peut qu'augmenter leurs complexes de vie, d'autant lorsqu'il s'agit de standards irréalistes et souvent inatteignables. Passer beaucoup de temps sur les réseaux sociaux nourrit encore davantage l'insatisfaction de leur propre existence.

Mais cette perception distordue de la réalité ne se limite pas à la sphère de la réussite sociale. Selon une étude menée par l'Université de York, au Canada, les jeunes femmes de 18 à 27 ans interrogées se sentent plus insatisfaites de leur propre apparence après avoir regardé et commenté des images d'autres femmes qu'elles trouvent attirantes. Ce sentiment d'insatisfaction est particulièrement dangereux chez les plus jeunes qui n'ont pas toujours conscience que les normes esthétiques qui s'affichent sur les réseaux sociaux sont souvent irréalistes.

Avec la pratique du selfie et des filtres qui vont avec, lisser sa peau, réduire la taille de son nez, agrandir son regard ou encore rendre son teint parfait sont désormais à portée de clic. Une « dysmorphie Snapchat » qui rend compliqué le rapport que les adolescents entretiennent avec l'image qu'ils ont d'eux-mêmes. D'ailleurs, l'enquête réalisée par « le projet Dove pour l'estime de soi » auprès de jeunes filles belges a mis en évidence le fait que 4 filles sur 5 ont déjà publié une photo d'elles retouchée. Ces dernières ont en moyenne 10 ans lorsqu'elles utilisent pour la première fois un filtre ayant pour but de les embellir. Une quête perpétuelle de la perfection qui peut conduire à une fragilisation de l'estime de soi !

La surexposition des adolescents sur les réseaux sociaux peut entraîner une plus grande vulnérabilité sur le plan de leur estime de soi. Selon une étude britannique, 40% des filles utilisant régulièrement les réseaux sociaux présentent des signes de mal-être. Mais aussi de dépression ou encore de troubles du sommeil.

<https://www.mon-enfant-et-les-ecrans.fr/>



notamment dans l'éducation nouvelle. Je pense, par exemple, à une enseignante en mathématiques dont on a fait le portrait dans une publication récente, qui prend beaucoup de temps en début d'année à travailler sur les règles de la classe, à faire des accords de groupe pour savoir de quoi les élèves ont besoin pour se sentir à l'aise. Elle leur propose aussi des séances de yoga et de mise en condition. Il y a tout un pan des enseignants qui sont conscients des difficultés du système éducatif à cultiver chez les jeunes un sentiment de confiance et qui cherchent des modalités qui sont souvent un peu en marge de leur formation et des outils qu'ils ont l'habitude d'utiliser.

Cela dit, ce qui ressort de certaines études c'est que finalement les enseignants ont quelque réticence à faire ce pas de plus, cet effort pour s'engager dans le domaine des compétences sociales, pour s'investir plus dans la relation avec les élèves etc. Beaucoup expriment la difficulté qu'ils éprouvent à prendre soin des élèves quand eux-mêmes ont l'impression qu'on ne prend pas trop soin d'eux. Cela ressort énormément des études, notamment une étude internationale sur le bien-être des personnels d'éducation qui s'appelle l'étude I-BEST<sup>5</sup>. Les conclusions de cette étude pour les enseignants français sont catastrophiques : 88% des enseignants français estiment que leur hiérarchie est peu ou pas du tout préoccupée par leur santé et leur bien-être. Donc, c'est massif. De plus, ce qui ressort de l'enquête TALIS de l'OCDE<sup>6</sup> c'est que les enseignants français éprouvent un sentiment de compétence concernant leur capacité d'accompagner les élèves en difficulté plus faible en comparaison des enseignants d'autres pays de l'OCDE. Ces deux aspects - faible sentiment de compétence et manque de soutien de la part de la hiérarchie - peuvent expliquer pourquoi les enseignants français ont quelque part un peu de mal à s'investir plus dans la mise en œuvre de méthodes pédagogiques plus ambitieuses.

**Cliquez ici pour retourner au sommaire**

<sup>5</sup> <https://www.educationsolidarite.org/nos-actions/barometre-international-de-la-sante-du-personnel-de-leducation/>

<sup>6</sup> [https://www.oecd.org/fr/publications/serials/talis\\_g1g449bf.html](https://www.oecd.org/fr/publications/serials/talis_g1g449bf.html)

**BEAUCOUP D'ENSEIGNANTS  
EXPRIMENT LA DIFFICULTÉ  
QU'ILS ÉPROUVENT À  
PRENDRE SOIN DES ÉLÈVES  
QUAND EUX-MÊMES ONT  
L'IMPRESSIION QU'ON NE  
PREND PAS TROP SOIN D'EUX**

c'est que ce sont vraiment des moments privilégiés pour construire la confiance en soi en surmontant la peur d'exprimer son opinion et d'être sincère, authentique, face aux autres. On est en situation de vulnérabilité, c'est un moment où l'on peut travailler à la fois la confiance en soi mais aussi la confiance dans le groupe, la confiance dans les autres. À travers les témoignages que j'ai recueillis, j'y vois une illustration d'une modalité pédagogique propice au développement de la confiance et qui était largement sous-exploitée dans le parcours scolaire des jeunes.

**Nous avons évoqué la parole des jeunes mais dans vos enquêtes vous avez pu aussi recueillir la parole des enseignants... Que disent-ils ?**

Nous avons interrogé certains enseignants, mais sans mener une enquête en termes scientifiques. Notre sondage annuel se fait sur un panel de jeunes et de parents. Dans notre étude, nous avons cherché des témoignages pour illustrer comment travailler avec des jeunes enfants dès l'enseignement élémentaire pour développer la confiance. Une enseignante nous a parlé de la façon dont elle procédait pour identifier et mettre en valeur les forces, les ressources, les réussites des élèves. Des enseignants ont exprimé leur insatisfaction vis-à-vis des méthodes pédagogiques qui leur ont été proposées au cours de leur formation. Ils recherchent d'autres méthodes,

# UN REGARD PORTÉ SUR LES ADOLESCENTS

ENTRETIEN AVEC LE DOCTEUR MARION ROBIN, PÉDOPSYCHIATRE

PAR ROLAND DAVAL



Docteur Marion Robin

**Merci tout d'abord de bien vouloir vous présenter pour nos lecteurs :**

Je suis psychiatre d'adolescents et j'assure la fonction de chef de service adjointe du département de la psychiatrie de l'adolescent à l'Institut Mutualiste Montsouris à Paris.

Je travaille dans ce département auprès des jeunes, notamment auprès des jeunes hospitalisés en situation de crise mais également en consultations.

Je suis également chercheuse en neurosciences en travaillant en particulier sur la régulation des émotions en lien avec l'histoire des patients, l'adversité qu'ils ont rencontrée pour essayer de démêler les logiques de traumatisme dans des situations de vie difficiles.

Je travaille aussi dans le champ de la prévention pour essayer de développer plus de prévention en santé.

L'adolescence est une période de vie assez difficile, une période de transition et qui présente de nombreux risques pour la santé mentale.

**Au regard de votre expérience, quelles sont les difficultés les plus importantes**

**que rencontrent les adolescents et qui peuvent être des risques pour leur santé ?**

Les 30 dernières années ont représenté une période où la société a pris beaucoup plus conscience des besoins et des difficultés de la période de l'adolescence pour s'insérer dans le monde adulte.

On a pris conscience de cet enjeu d'autonomie - dépendance qui évolue puisque le besoin de s'autonomiser des parents, de la famille, pousse à rencontrer des personnes à l'extérieur de la famille et que ceci peut éventuellement occasionner un stress en cas d'insécurité. Ce stress peut favoriser des difficultés pour des rencontres à l'extérieur si jamais des bases solides ne sont pas établies à l'intérieur de la famille ou à l'intérieur même de la personnalité.

Il y a eu une prise de conscience sur le fait que les changements corporels liés à la puberté sont source d'inconnu, source de quête de connaissances mais aussi de malaise, parfois de sentiment d'impuissance de ne pas savoir gérer son corps et ses changements.

Je pense qu'aujourd'hui, la société est assez au clair sur le fait que ces changements occasionnent des difficultés dans le développement ce qui fait que la notion de crise d'adolescence est devenue assez populaire, mais il me semble également que nous sommes arrivés un peu aux limites de cette période-là puisque, finalement, après une trentaine d'années de sensibilisation sur les besoins spécifiques de l'adolescent, les adultes anticipent que l'adolescence sera de toute façon traversée sous forme d'une crise.

Il est donc aujourd'hui nécessaire de relativiser cette liaison qui est faite entre la notion d'adolescence et la notion de crise dans la mesure où, si on analyse les difficultés des adolescents en soins psychiatriques, on s'aperçoit qu'il y a tout un ensemble de besoins fondamentaux auxquels leur environnement proche ou plus large n'a toujours pas pu répondre.

Pour ma part, ce qui m'intéresse aujourd'hui, c'est de mener une analyse à plusieurs niveaux qui ne comprennent pas seulement le niveau individuel ou familial, mais également sociétal. Les difficultés liées à l'adolescence, qui peuvent devenir une crise, sont aussi à analyser en fonction des besoins fondamentaux qui ne sont pas remplis par la société et qui vont ainsi les favoriser dans cette période particulière du développement.

**Est-ce que l'on peut dire également qu'il y a deux périodes de difficultés : la première qui est celle de la puberté avec les changements corporels, l'accès à la sexualité, ..., et une deuxième qui est dans la transition de l'adolescence à l'âge adulte, avec des passages très difficiles dans le monde moderne, plus difficiles peut-être que dans le passé, comme l'accès à l'emploi avec toute l'inquiétude que cela comporte ; comme l'accès à la vie amoureuse, à la vie de couple, ... ,**

**comme la conquête de l'autonomie vis-à-vis des parents. Est-ce que tous ces éléments sont aussi générateurs de difficultés importantes ?**

Ce n'est pas ce stade de développement en tant que tel qui génère des difficultés mais c'est l'inadéquation entre les besoins fondamentaux propres à cet âge : d'être insérés, d'être capables de s'insérer, de trouver un emploi, ..., et la réponse sociétale faite vis-à-vis de ces besoins fondamentaux.

Pour les changements corporels par exemple, le fait qu'ils soient représentés par un collectif d'adultes de manière transgénérationnelle et soient l'objet de cérémonies, comme on peut le trouver dans certaines sociétés plus traditionnelles, va permettre d'encadrer cette période avec des représentations collectives alors que les difficultés commencent quand l'adolescent doit gérer tout seul ces étapes du développement.

C'est pour ceci que je remets en question l'idée que l'adolescence serait une crise en soi, car elle est critique si les besoins ne sont pas remplis par la société qui l'entoure.

**Dans les enquêtes qui ont été réalisées, on a noté une fréquence plus élevée des pensées suicidaires et des passages aux urgences depuis la crise du COVID. Que s'est-il passé qui a aggravé les difficultés à ce moment-là ?**

Entre 2019 et 2022, on a constaté une augmentation de 40% des tentatives de suicides chez les adolescents, uniquement chez les jeunes filles. Les garçons effectuent aussi des tentatives de suicide mais on n'a pas constaté cette même augmentation.

Si cette augmentation a été rendue très visible par la pandémie, en réalité, elle faisait suite à une augmentation, certes moins forte,

mais qui évoluait progressivement, d'année en année, depuis 2010.

A l'hôpital, nous avons pu observer que les profils des jeunes et de leurs tentatives de suicide se modifiaient aussi avec le temps et s'aggravaient déjà avant la pandémie avec des passages à l'acte de plus en plus fréquents, de plus en plus sévères dans leurs modalités avec le recours à des médicaments ou à d'autres gestes à risque encore plus létal, année après année.

Si on cherche à analyser les facteurs qui sont en cause, on commence par regarder l'adolescent au sein de son milieu quotidien. On a constaté que l'adolescent a pu avoir des difficultés relationnelles comme une rupture sentimentale ou une difficulté scolaire, un problème immédiat qui peut être la goutte d'eau qui fait déborder le vase.

Mais, en général, on s'aperçoit cependant que pour analyser la crise psychiatrique que traverse l'adolescent, il faut trouver en moyenne cinq à dix causes pour avoir une idée suffisamment juste du contexte et pouvoir agir sur celui-ci de manière efficace. On va rechercher des facteurs individuels que l'on va retravailler dans les soins mais aussi des facteurs familiaux que l'on va partager avec les jeunes et leur histoire familiale. On va rechercher les nœuds transgénérationnels, les difficultés traversées par la famille à ce moment-là : financières, professionnelles, qui vont fragiliser le contenant autour de l'adolescent.

Mais l'évolution notée année après année, nous fait penser que ce n'est pas uniquement ce qui se passe au niveau intrafamilial qui joue mais qu'il y a des facteurs externes qui font que l'on observe que les familles ne se sentent plus capables d'avoir les compétences pour gérer la situation de leur enfant à la sortie de l'hôpital, situation que l'on n'observait pas il



y a une quinzaine d'années. Ce sentiment d'impuissance des familles qui augmente est lié à la diminution de la contenance sociale en général, de la contenance sociale autour des familles, cette capacité à pouvoir être, pour une société, un appui, un recours, un support pour leur apporter des ressources.

Ces facteurs sont devenus encore beaucoup plus visibles après la pandémie mais on pouvait déjà les analyser auparavant. Par exemple, en 2010/2015, quand des jeunes sortaient d'hospitalisation et que les situations familiales étaient encore tendues, on s'appuyait sur les grands-parents, les oncles, les tantes, ... Mais les familles se sont dispersées géographiquement et font qu'aujourd'hui, il y a beaucoup moins de capacité d'appui intra-familiale au sens élargi. On constate donc un isolement ; on s'est recroquevillé sur la famille nucléaire et encore quand elle n'est pas séparée, le poids étant encore plus lourd à porter pour un seul parent.

**LES FAMILLES SE SONT  
DISPERSÉES  
GÉOGRAPHIQUEMENT ET  
AUJOURD'HUI IL Y A  
BEAUCOUP MOINS D'APPUI  
INTRA-FAMILIAL ÉLARGI.**

Le dicton « *Il faut tout un village pour élever un enfant* » est totalement vérifié par la science aujourd'hui.

Cet appui familial au sens large a donc diminué mais il a diminué aussi proportionnellement à l'appui sur le tissu social de manière plus large ; le monde associatif, le monde local, le voisinage qui font que les familles, les adolescents peuvent avoir des appuis quotidiens, se sont dilacérés comme le reste du tissu social. C'est une perte majeure de ressources pour les familles et les jeunes.

**Mais est-ce aussi le fait, qu'aujourd'hui, avec les nouveaux modes de communication, quand on est par exemple sur son téléphone portable, on a beaucoup moins de liens même si on pense avoir un important réseau de contacts, de relations humaines. La relation de face à face, de proximité s'est diluée.**

En analysant plus de 400 familles pour voir quelles étaient les dynamiques en jeu dans les difficultés des jeunes qui traversaient des moments psychiatriques aigus conduisant à des hospitalisations, l'étude a montré que trois dimensions étaient particulièrement affectées par la situation :

- **La dimension de contenance** dans la famille qui est entravée.
- **La dimension d'affiliation**, c'est-à-dire d'appartenance au groupe familial, la proximité, la qualité et la chaleur dans les liens.
- **La dimension d'individuation**, c'est-à-dire l'autonomie, la responsabilisation des adolescents qui, dans certaines situations problématiques, n'existent que peu ou trop peu.

Au rapport de la question posée, celle-ci concerne essentiellement la question de l'affiliation.

Dans les suites de cette étude, j'ai pu réanalyser ces trois dimensions comme étant le témoin de trois besoins fondamentaux qui concernent les jeunes et auxquels tant la famille que la société peuvent répondre. Si la société n'y répond

pas, la famille a d'autant plus besoin de développer des ressources pour y répondre. Si la famille n'y répond pas, la personne doit compenser par un nombre important d'affiliations et par le développement de l'individuation.

Les réseaux sociaux ou l'écran internet, quand on ne peut communiquer avec personne en proximité, offrent tout de même un lien affiliatif qui permet de survivre et de pouvoir discuter avec d'autres de ce que l'on vit et c'est malgré tout mieux que rien.

Mais quand un jeune reste replié dans sa chambre devant un écran en train de discuter avec des amis plutôt que d'être dans le quartier, au club d'ados ou sur le terrain de sport, c'est une perte de chance affiliative, puisque c'est un lien qui n'est pas corporel, qui n'est pas incarné ; c'est un lien qui est en deux dimensions et qui ne remplit donc que de manière très partielle la fonction d'affiliation entre deux individus.

**Un travail mené sur la question de la résilience des jeunes, de leur capacité à résister à des chocs, des difficultés, fait apparaître trois éléments importants :**

- **Le fait d'avoir un appui adulte.**
- **Une relation de confiance et que l'adulte exprime des attentes élevées vis-à-vis du jeune.**
- **L'opportunité d'avoir une utilité sociale, c'est-à-dire de rendre service aux autres dans son environnement.**

**Ces dimensions ressortent bien dans tout ce que les associations d'éducation populaire peuvent apporter aux jeunes.**

**Pensez-vous que ces éléments peuvent aider les jeunes à mieux résister aux difficultés qu'ils rencontrent et peuvent permettre de garantir une certaine santé mentale ?**

Le principe de l'adulte de confiance lorsqu'il est vraiment développé, c'est par exemple le cas au Québec, me paraît un principe vraiment important. L'adulte de confiance n'est d'ailleurs pas forcément dans la famille.

Pour l'adolescent, en cas de difficultés, il faut absolument que des relais puissent être assurés, que quelqu'un puisse les aider à régler toutes sortes de situations. C'est un enjeu de survie à l'adolescence.

S'agissant de la question des attentes, le fait que des adultes fassent part d'attentes vis-à-vis des jeunes, c'est qu'ils témoignent de leur potentiel d'investissement et de leur confiance dans leur avenir, de leur capacité à envisager un avenir qui est aujourd'hui très entravé et altéré. Mais il faut que ces attentes soient clairement définies et proportionnelles à leurs capacités. Professionnellement je rencontre de nombreux jeunes qui souffrent du fait qu'on ait des attentes trop élevées par rapport à ce qu'ils sont capables de faire, surtout dans les milieux socioculturels favorisés, dans les niveaux scolaires élevés.

**La question d'être en mesure de rendre service, d'avoir une utilité sociale vous paraît-elle importante ?**

Ceci rejoint la question d'individuation exprimée précédemment, c'est-à-dire le fait d'avoir de la responsabilité, de l'autonomie, de l'auto-accomplissement et donner du sens à ce que l'on fait.

Toutes ces formes de missions qui vont responsabiliser les adolescents avant l'arrivée à 18 ans, sont importantes et utiles et on en manque aujourd'hui pour leur donner cette occasion d'être responsable.

Parfois, la première fois que des jeunes sont responsables, à part mettre un bulletin dans une urne, c'est le jour où ils ont un premier emploi, où ils ont un enfant, ce qui les fait plonger du rien au tout, de manière absolument pas graduée ce qui occasionne des détresses inutiles.

**Le regard que porte la société sur les personnes qui ont des difficultés psychologiques ou des troubles mentaux et leur stigmatisation est-il lui aussi un sujet important ? Comment faire pour lutter contre cette stigmatisation et faire que les problèmes de santé mentale soient acceptés comme les autres problèmes de santé ?**

De leur côté, les jeunes sont plutôt exemplaires sur cette question parce qu'ils se sentent plus à l'aise et stigmatisent beaucoup moins les uns et les autres. Ils acceptent beaucoup mieux la diversité qu'ils revendiquent par ailleurs. Ce droit à la diversité diminue la stigmatisation des troubles mentaux au sein même de leur génération.

La question, c'est comment nous, les adultes, pouvons intégrer cette approche dans nos modes de pensée. Je pense que l'appui sur la communauté, sur le tissu social joue beaucoup, c'est-à-dire que le fait de pouvoir être dans l'action collective diminue les enjeux



Photo Club du Vieux Manoir <https://clubduvieuxmanoir.fr/>

identitaires. Il y a une réelle bascule entre identité et action puisque l'on est engagé ensemble. Je crois vraiment à l'importance de l'engagement collectif dans des responsabilisations progressivement croissantes pour les jeunes et de manière intergénérationnelle.

Les mouvements qui se sont développés sur les dix dernières années sur la question de l'écologie sont souvent des mouvements qui sont très intergénérationnels, qui rassemblent des personnes issues de milieux différents, qui impliquent les jeunes et qui sont promoteurs de lien social. C'est tout le bénéfice de l'agir ensemble.

Je cite encore le Canada où c'est le cas, mais si les jeunes pouvaient avoir l'occasion de faire plus régulièrement des stages, qu'ils aient au moins 15 jours de stage tous les ans depuis la 3ème, avec des responsabilités même minimales dans des institutions, des entreprises, des associations, ils pourraient être confrontés beaucoup plus tôt à la question du handicap et donc considérer que c'est quelque chose de normal puisque cela fait partie de la société dans laquelle ils s'impliquent.

C'est l'inconnu qui favorise la stigmatisation et donc autant commencer tôt à être utile dans des domaines où il y a du besoin, en plus du besoin d'y avoir des jeunes.

**JE CROIS VRAIMENT À L'IMPORTANCE DE L'ENGAGEMENT COLLECTIF DANS DES RESPONSABILISATIONS PROGRESSIVEMENT CROISSANTES POUR LES JEUNES ET DE MANIÈRE INTERGÉNÉRATIONNELLE.**

**IL FAUT PROTÉGER LES JEUNES D'UN ACCÈS À LA PORNOGRAPHIE AUQUEL ILS SONT EXPOSÉS. PLUS DE LA MOITIÉ DES GARÇONS ONT DÉJÀ VU DES FILMS PORNOGRAPHIQUES À L'ÂGE DE 12 ANS. C'EST UN SCANDALE SANITAIRE EN SOI.**

En réalisant ce N° de la présente revue, nous avons découvert que de nombreuses organisations, comme par exemple « Les ambassadeurs santé mentale » ou les formations aux premiers soins de santé mentale, favorisent la possibilité d'être écouté, de poser des questions à un pair. Quelle analyse faites-vous de toutes ces initiatives ? Faut-il les encourager ? Y a-t-il un risque que des gens qui n'ont pas suffisamment de compétences se croient investis dans un rôle ?

Beaucoup de jeunes sont effectivement impliqués dans ces initiatives associatives et c'est très bien qu'ils soient mobilisés par rapport à un besoin qui existe et qui est bien réel, avec l'augmentation de la détresse et la diminution de l'état de santé mentale des adolescents et des jeunes adultes. Je pense à la ligne d'écoute *Nighthline* qui est vraiment une très bonne chose.

Mais en même temps ceci témoigne d'une situation préoccupante car c'est en effet désolant qu'ils aient eu à le faire parce que ce n'était pas fait par des adultes. Cela témoigne d'un manque de réactivité des adultes, des professionnels, des politiques et c'est regrettable.

On perd de la crédibilité vis-à-vis des jeunes et ça renforce leur sentiment qu'ils vont mieux gérer tout seuls. Certes des décisions liées à l'environnement les concernent au premier plan mais nous concernent également tous de manière très forte. On crée des écarts intergénérationnels préoccupants qui, s'ils ne sont que peu conflictualisés, peuvent se manifester par un sentiment qui est que « on va se débrouiller tout seuls » quitte parfois sans avoir les ressources et les compétences suffisantes. On va se gérer entre nous puisque les adultes ne sont pas là.

Ils ont cependant bien raison d'agir puisqu'il faut bien que quelqu'un le fasse et, la plupart du temps, ils le font bien.

Comme vous l'avez dit, un des principaux terreaux de la résilience est la présence des autres. La mobilisation des pairs est un soutien fondamental extrêmement utile pour leur santé.

L'enjeu est d'arriver à articuler ce que font les institutions et les associations. A Montsouris, nous nous mobilisons à cet effet avec, par exemple, le festival « Facettes » pour y organiser le programme

scientifique qui part d'initiatives citoyennes en les aidant à mobiliser des experts dans différents domaines. Les initiatives, les activités et les animations du festival partent des usagers, des citoyens, les professionnels présents y apportant du contenu par leurs interventions.

**Le gouvernement a décidé de faire de la santé mentale une grande cause nationale. En même temps, beaucoup de personnes disent qu'il y a une certaine pauvreté ou insuffisance des institutions qui garantissent la santé mentale dans notre pays. Qu'est-ce qui vous paraît le plus important à faire ?**

En 2022, j'ai écrit avec un collègue une tribune dans le journal « Le Monde » pour attirer l'attention sur l'altération de la santé mentale des jeunes et qu'il fallait que tout le monde en prenne conscience car on ne peut pas attendre de la médecine qu'elle règle seule cette question puisque c'est un vrai sujet sociétal.

Je pense que s'il y a une prise de conscience de ce qui dysfonctionne, des ingrédients qui conduisent à l'altération de la santé mentale des jeunes et qu'on les traite sur un plan sociétal, on aura déjà gagné une cause importante et on pourra activer les leviers nécessaires, la médecine devant bien entendu activer ceux qui sont les siens.

Aujourd'hui tout le monde sait que la médecine, les services de psychiatrie et de pédopsychiatrie particulièrement, avec les mêmes causes que pour l'altération de la santé des jeunes, se sont délités au cours des vingt dernières années. Les soins - aux enfants dans les crèches, aux personnes âgées dans les EHPAD - sont en situation de pénurie ; ce diagnostic, c'est celui de l'écrasement du lien, l'insuffisance de valeur du lien et de la valeur du soin de l'autre. Le résultat sur la santé mentale des jeunes et des personnes en situation de vulnérabilité est là, il est nécessaire de prendre conscience de ce lien.

Après la pandémie, les gens sont aujourd'hui plus capables d'entendre et de comprendre la situation en matière de santé mentale. Quand, par exemple, je rencontre des journalistes et qu'ils me demandent « D'après vous, pourquoi les jeunes vont si mal ? », je leur renvoie la question et, en général, ils font référence aux principaux facteurs : état de la géopolitique, état de la planète, les réseaux sociaux, la pression scolaire, les violences sexuelles, ..., et je leur confirme qu'ils ont les réponses à leur

question. Mais il faut maintenant raisonner sur le comment agir et les principaux leviers portent sur la contenance, l'affiliation et l'individuation.

**En termes de contenance**, il faut par exemple protéger les jeunes d'un accès à la pornographie auquel ils sont exposés dès l'âge de 10-12 ans ; les statistiques indiquent que plus de la moitié des garçons ont déjà vu des films pornographiques à l'âge de 12 ans. C'est un scandale sanitaire en soi.

On peut constater l'augmentation des violences sexuelles, les jeunes filles qui, sur les réseaux sociaux sont abusées en toute impunité. Il n'y a pas assez de limites du côté de la loi pour les protéger des dangers auxquels les jeunes sont exposés sur les réseaux sociaux, sur internet. Il est impensable que des mineurs qui ont des comptes sur les réseaux sociaux puissent être abordés par des adultes qui leur envoient des messages privés. Il est impensable que des jeunes puissent accéder à des sites pornographiques avec juste le fait de se déclarer majeur ou mineur. Il est nécessaire de légiférer et de mettre des limites.

**En termes d'affiliation**, il faut agir dans la direction du faire ensemble, du vivre ensemble, afin que les jeunes ne se sentent pas tout seuls chez eux et qu'ils lient des connaissances dans leur environnement proche.

Certes les écrans permettent d'être en lien avec des amis éloignés mais il faut développer les clubs d'ados dans les quartiers pour que les jeunes puissent s'y rendre, des terrains de sport où les filles peuvent également aller car, comme les filles font moins de sport que les garçons elles sont plus nerveuses et ont plus de troubles anxio-dépressifs. Ces espaces doivent être sécurisés avec des animateurs et des éducateurs de rue alors qu'on en a beaucoup retirés depuis des années. En rétablissant une affiliation dans le quartier, on va renforcer les ressources de la famille qui va se sentir moins seule.

**En termes d'individuation**, le fait de pouvoir donner des responsabilités croissantes aux enfants et aux jeunes, des responsabilités de transmission, de leur offrir des activités avec des responsabilités, est particulièrement important.

Les jeunes ont beaucoup de compétences pour pouvoir faire des actions de prévention auprès des autres jeunes. Ils sont souvent les mieux placés pour parler des difficultés auxquelles ils sont confrontés. On sait, par



exemple dans le champ de la prévention en santé, que pour les campagnes qui ont été faites pour la prévention du VIH, les jeunes ont été les plus efficaces pour pouvoir trouver les messages à adresser aux autres.

On ne les implique pourtant jamais dans des campagnes de prévention du VIH ou de santé sexuelle alors qu'ils sont au premier plan en termes de conséquences et sans doute les meilleurs pour penser ces politiques de prévention.

A titre d'exemple, l'année dernière, on a fait faire à des étudiants en médecine des initiatives de prévention sur les écrans. Ils ont fait des vidéos absolument géniales pour illustrer à quel point, quand on est au téléphone dans un couple, dans la famille ou entre amis, on perdait le lien avec la personne qui est à un mètre de nous. Ces vidéos sont très drôles et très efficaces et il faudrait les diffuser au niveau national, international.

Il faut donner aux jeunes les moyens de dire ce qu'ils ont à dire, de faire ce qu'ils ont à faire, de lever les entraves et de rouvrir des pistes de ce côté-là, pistes qui me paraissent importantes pour la santé mentale.

[Cliquez ici pour retourner au sommaire](#)

## PISTES D'ACTION

# DÉVELOPPER LA RÉSILIENCE DES JEUNES, UN ENJEU DE SANTÉ

PAR DOMINIQUE BÉNARD

*"La résilience est la capacité à rebondir face à l'adversité, à s'adapter, à se rétablir et à retrouver l'accès à une vie pleine de sens et productive."<sup>1</sup>*

### LES FACTEURS DE RISQUE

Dans leur cadre de vie, les individus peuvent être soumis à des facteurs qui ont des effets négatifs sur leur développement et leur bien-être. Ces facteurs défavorables sont désignés sous le terme de facteurs de risque.

Quand les facteurs de risque sont prédominants, les échanges entre l'environnement et l'individu deviennent négatifs. Les conséquences sur le développement de l'individu, sa santé et ses interactions sociales peuvent être défavorables. On distingue deux types de facteurs de risque : les stressseurs et les défis.

### LES STRESSEURS

Lorsque les situations, auxquelles un individu est confronté, provoquent des difficultés qui dépassent ses capacités d'adaptation, elles deviennent des facteurs de stress ou des stressseurs et génèrent des déséquilibres qui affectent le bien-être physique et émotionnel.

<sup>1</sup>Jorge Rodríguez, Mónica Zaccarelli & Davoli Ricardo Pérez (2006)



Ce sont par exemple :

- L'isolement et le manque de soutien affectif ;
- L'enfermement dans des situations d'échec qui détruisent l'estime de soi et la confiance en soi ;
- L'obligation de quitter l'école à cause du manque de ressources économiques de la famille ;
- Les événements traumatiques comme le décès d'un parent ;
- La maltraitance physique et psychologique à la suite de violences ou d'abus sexuels ;

Et toute situation ayant un impact sur la capacité de l'individu à s'adapter à son environnement.

### LES DÉFIS

Les défis sont des événements qui viennent bouleverser la vie de l'individu de façon parfois dramatique, comme par exemple un accident, une maladie, un échec scolaire, un déménagement, le divorce des parents. Mais alors que les stressseurs provoquent des dommages et sont associés avec la sensation de vivre une menace, les défis sont généralement perçus comme des appels à se dépasser, à grandir et à se développer. Ils sont associés avec la possibilité de succès futurs.

En fonction des différences personnelles, environnementales et culturelles, un événement de vie dramatique peut être vécu par certaines personnes comme un stressseur, alors que pour d'autres il ne sera qu'un défi à surmonter.

### LES FACTEURS DE PROTECTION

*"Les recherches sur la résilience menées au cours des deux dernières décennies", écrit Bonnie Benard<sup>2</sup>, "ont permis de constater que la plupart des enfants et des jeunes, même ceux issus de familles très stressées ou de communautés dépourvues de ressources, parviennent d'une manière ou d'une autre à se construire une vie décente."*

Ces études, qui ont suivi des jeunes à risque depuis l'enfance jusqu'à l'âge de 30 ou 40 ans, concluent que la majorité d'entre eux (jusqu'à 70 ou 75 %) parviennent à s'établir dans la vie adulte d'une manière satisfaisante : ils sont mariés, ont une situation professionnelle stable, sont satisfaits de leurs relations avec leur conjoint et leurs enfants et sont considérés comme des citoyens respectables dans leur communauté locale. Ils avaient pourtant vécu une enfance particulièrement difficile : certains avaient été membres de gangs, ou bien nés de mères adolescentes, d'autres avaient été sexuellement abusés, ou bien avaient des parents toxicomanes ou malades mentaux, la plupart avaient grandi dans une grande pauvreté.

Qu'est-ce qui explique que parmi les jeunes affrontés à des facteurs de risque, les uns succombent au stress et perdent leur santé physique ou mentale tandis que d'autres résistent à toutes les difficultés ?

Le fait que certains enfants soient "résilients", c'est-à-dire peu affectés par les facteurs de risque et capables de rebondir après avoir vécu une difficulté ou un échec, s'explique par l'existence de facteurs de protection dans leur environnement social. Les facteurs de protection ont été définis comme les caractéristiques individuelles, les conditions, les situations et les épisodes de vie qui, apparemment, modifient ou inversent les prévisions de résultats négatifs, ce qui permet à l'individu de surmonter les facteurs de stress.

Bonnie Benard décrit trois facteurs principaux de protection que les jeunes doivent trouver dans leur environnement pour développer leur résilience : des relations attentives et bienveillantes, des messages d'attentes élevées et enfin des possibilités de participation et de contribution. Ces facteurs sont tous nécessaires car ils interagissent pour créer un processus protecteur dynamique. Par exemple, des relations bienveillantes sans attente élevée favorisent la dépendance et non le développement positif des jeunes. De même des relations bienveillantes avec des attentes élevées à l'égard des jeunes mais sans opportunité de participation et de contribution active vont créer une situation de frustration qui risque de bloquer le processus naturel de développement des jeunes.

Qu'est-ce qui explique que parmi les jeunes affrontés à des facteurs de risque, les uns succombent au stress et perdent leur santé physique ou mentale tandis que d'autres résistent à toutes les difficultés ?

**QU'EST-CE QUI EXPLIQUE LE FAIT QUE PARMIS LES JEUNES AFFRONTÉS À DES FACTEURS DE RISQUE LES UNS SUCCOMBENT AU STRESS ET PERDENT LEUR SANTÉ PHYSIQUE OU MENTALE TANDIS QUE D'AUTRES RÉSISTENT À TOUTES LES DIFFICULTÉS**

<sup>2</sup> Benard B. (2004) *Resiliency : what we have learned*. WestEd



### **DES RELATIONS ATTENTIVES ET BIENVEILLANTES**

Les survivants résilients, qui ont survécu à une enfance tragique, décrivent des relations caractérisées par une "disponibilité tranquille", un "regard fondamentalement positif" et une "gentillesse simple et durable" : une touche sur l'épaule, un sourire, une salutation. C'est-à-dire un soutien affectueux, qui va au-delà des comportements négatifs pour en rechercher les causes au lieu de les réprimer. Les relations de soutien sont des "médiums" essentiels du développement. Elles fournissent un environnement de renforcement, de bons modèles et une rétroaction constructive pour la croissance physique, intellectuelle, psychologique et sociale.

### **DES MESSAGES D'ATTENTES ÉLEVÉES**

Il s'agit pour les adultes, d'adresser aux jeunes des messages positifs et exigeants par lesquels ils expriment leur conviction profonde que les jeunes sont capables de se remettre en cause et de progresser et qui les incitent à devenir tout ce qu'ils peuvent être. Pour beaucoup de jeunes, le fait de découvrir que des adultes croient en eux alors qu'eux-mêmes se sentaient perdus, a été l'occasion d'une transformation profonde. Les attentes élevées que les adultes expriment à l'égard des jeunes doivent cependant être fondées sur les forces, les intérêts, les espoirs et les rêves des jeunes eux-mêmes et non pas sur ce que les adultes voudraient que les jeunes deviennent. Le but est en effet de réveiller la motivation intrinsèque des jeunes, leur désir inné d'apprendre et de s'épanouir. Il s'agit de les aider à percevoir le pouvoir qu'ils ont de penser différemment et de construire une histoire alternative de leur vie.

### **DES POSSIBILITÉS DE PARTICIPATION ET DE CONTRIBUTION**

Lorsqu'on crée avec les jeunes une relation fondée sur l'attention et la bienveillance, lorsqu'on exprime vis-à-vis d'eux des attentes élevées fondées sur les ressources, les intérêts, les espoirs que l'on perçoit chez eux, la suite logique est de leur offrir des opportunités de participer et de contribuer de manière positive et significative. La participation à des activités coopératives répond au besoin élevé que ressentent les jeunes d'appartenir à un groupe de pairs qui peut leur servir, si besoin est, de "famille de substitution". Le groupe de pairs offre aussi aux jeunes des occasions de réflexion et de dialogue sur des questions qui sont pour eux significatives. Par exemple, pour les adolescents, les relations garçons-filles, la sexualité, la communication au sein de la famille, l'usage des drogues, etc.

Bonnie Bénard écrit : "*Quand des éducateurs offrent aux jeunes la possibilité d'échanger à propos de leurs expériences, de leurs croyances, de leurs attitudes et de leurs sentiments, et les encouragent à questionner de manière critique les messages sociaux qu'ils ont reçus des médias, ou qu'ils ont été conditionnés à construire, ils leur donnent le pouvoir*

*de devenir des penseurs critiques et des preneurs de décision sur les questions importantes de leur propre vie."*

Les activités d'expression créative à travers toutes les formes artistiques - écriture, expression verbale, art dramatique, arts graphiques, photo et vidéo - offrent aux jeunes des occasions vitales de participer dans un groupe et de développer des forces de résilience transformatrices.

Enfin les opportunités de participation et de contribution comprennent aussi la possibilité de s'engager dans des projets collectifs qui donnent aux jeunes la chance d'exercer leurs capacités de résolution de problème, de prise de décision et de planification. Ils répondent ainsi à leur besoin de liberté, de responsabilité et d'autodétermination. En prenant des rôles actifs dans le groupe, ils développent leurs capacités d'autonomie et de contrôle de soi. Bonnie Benard insiste sur le fait que les opportunités données aux jeunes de prise de décision authentique et de responsabilité distinguent les programmes de jeunes vraiment efficaces et couronnées de succès.

Quand ces projets prennent la forme de services rendus à leurs familles ou à la communauté, les jeunes découvrent qu'ils sont capables d'être des contributeurs actifs. Le fait d'être en position de donner à leur tour, de ne pas être seulement un bénéficiaire de services mais de rendre de réels services à la communauté renforce leur estime de soi. Bonnie Benard écrit : *"En ayant la possibilité de se faire entendre, d'exprimer une opinion, de faire des choix, d'avoir des responsabilités, de s'engager dans la résolution active de problèmes, d'exprimer son imagination, de travailler avec les autres et de les aider et de faire profiter la communauté de ses dons, les jeunes développent les attitudes et les compétences caractéristiques d'un développement sain et d'un apprentissage réussi, les forces personnelles associées à la compétence sociale, la résolution de problème, un sens positif de soi et un sens positif de l'avenir."*

## **UNE PERSPECTIVE POSITIVE**

La résilience des jeunes est le produit des opportunités offertes aux jeunes par les parents, l'école et les organisations périscolaires pour leur permettre de développer leurs forces et leurs compétences. Il est donc important de considérer avant tout les ressources des jeunes, leurs forces et non pas leurs faiblesses.

Robert Baden-Powell, le fondateur du Scoutisme, conseillait aux responsables scouts de s'attacher à déceler les qualités des jeunes et non pas leurs faiblesses. S'occuper des faiblesses, disait-il, est inutile car, en développant leurs qualités, les jeunes étoufferont vite leurs faiblesses. C'est l'approche de ce qu'on appelle aujourd'hui la pédagogie positive. Elle a l'avantage de renforcer l'estime de soi et la confiance en soi des jeunes. Par contre, si l'on insiste d'abord sur les faiblesses, on court le risque de décourager les jeunes et de détruire leur confiance en soi. Sans estime de soi, sans confiance en soi, aucun développement personnel n'est possible. Ce langage positif, centré sur les forces et non pas sur les faiblesses, permet de recadrer la perspective que l'on a sur les jeunes et de commencer à prendre en compte non seulement les risques qui pèsent sur eux mais aussi l'incroyable résilience qu'ils possèdent, particulièrement ceux qui sont affrontés à toute une gamme de défis et d'adversités. Les éducateurs et les parents doivent donc apprendre à utiliser un langage capable de décrire les qualités humaines qui demeurent trop souvent invisibles, non identifiées, non reconnues.

## **LA MOTIVATION INTRINSÈQUE**

Contrairement à la croyance commune, la résilience n'est pas le résultat de qualités spéciales innées. La recherche suggère que tous les êtres humains sont biologiquement préparés pour développer des forces de résilience et pour les utiliser pour leur survie. Les forces de résilience sont accessibles à chacun d'entre nous.

Bonnie Benard insiste sur le fait que ce qui semble être le moteur de ce processus de développement, est une force interne, étonnante, souvent appelée *motivation intrinsèque*, c'est-à-dire liée à des besoins psychologiques profonds.



Les êtres humains sont intrinsèquement motivés à satisfaire leurs besoins psychologiques de base, notamment les besoins d'appartenance et d'affiliation, le sentiment de compétence, le sentiment d'autonomie, de sécurité et de sens.

A cause de notre besoin psychologique d'appartenance, nous cherchons à entrer en relation avec les autres, et nous développons donc des forces de compétence sociale. Les psychologues appellent cette pulsion le système adaptatif d'affiliation/appartenance.

A cause de notre besoin psychologique de nous sentir compétent et autonome, nous cherchons à acquérir des compétences cognitives de résolution de problèmes. Nous recherchons aussi des relations et des opportunités qui nous permettent d'expérimenter une sensation de pouvoir et de réussite. Les psychologues appellent cela le système relationnel de sécurité.

A cause de notre besoin de trouver un sens dans nos vies, nous recherchons des gens, des endroits et des expériences transformatrices qui nous permettent de ressentir un sens du but à atteindre et un sens de l'avenir.

La façon dont on exprime ces besoins et dont on y répond varie, bien entendu, non seulement chez une même personne avec le temps, mais aussi d'une personne à l'autre et d'une culture à l'autre. Cependant, tous les êtres humains sont conduits à répondre à ces besoins pendant toute la durée de leur vie. Les psychologues du développement les

considèrent comme des systèmes adaptatifs fondamentaux de protection humaine.

Pour les jeunes, explique Bonnie Benard, le fait que ces besoins puissent s'exprimer de manière socialement positive dépend, dans une large mesure, des personnes, des lieux et des expériences qu'ils rencontrent dans leur famille, leurs écoles et leur communauté.

## **LA QUALITÉ DYNAMIQUE DES FORCES DE RÉSILIENCE**

Les forces de résilience ne sont pas des traits fixes de personnalité qu'un individu possède alors qu'un autre en manque. Ces forces ont une qualité dynamique, adaptative, elles sont acquises dans un processus lié à l'environnement social, au contexte. Elles sont des atouts mais elles peuvent aussi représenter un déficit en cas de déséquilibre. Par exemple, une grande attention aux autres non équilibrée par une capacité d'autonomie peut entraîner une "co-dépendance" dommageable ; tout comme une grande capacité d'autonomie non équilibrée par une attention aux autres suffisante peut déboucher sur l'égoïsme et la cupidité. Le regard que l'on porte sur les forces varie d'ailleurs selon les cultures. Ainsi, dans les sociétés occidentales, plutôt individualistes, l'autonomie est une force personnelle très appréciée, tandis que dans des cultures plus communautaires, comme celle des sociétés africaines, on accorde plus d'importance à la compétence sociale et aux capacités relationnelles. On attend souvent des garçons et des hommes un haut niveau d'autonomie, tandis qu'on attend des filles et des femmes plutôt un haut niveau d'attention aux autres. Pourtant toutes deux sont aussi bien nécessaires aux filles et aux garçons.

## **LE RÔLE DE L'ENVIRONNEMENT**

Du point de vue de la psychologie du développement, les forces de résilience sont des compétences de survie essentielles, motivées intrinsèquement ou biologiquement et exprimées culturellement. C'est un système adaptatif apparemment sans faille : les besoins de survie entraînent le développement de la santé ; le développement de la santé entraîne la survie.

Mais le problème est de permettre à ces besoins de s'exprimer de manière saine, c'est-à-dire culturellement valorisée et socialement positive.



Quand un enfant n'exprime pas une des compétences essentielles qui favorise la résilience - par exemple l'empathie - ce n'est pas qu'il n'a pas la volonté d'être empathique, mais que dans son environnement l'expression de l'empathie n'est pas valorisée et que les modèles d'empathie sont absents. Si nous voulons vraiment que les jeunes développent leur propension à se comporter avec empathie, nous devons avoir des personnes qui donnent l'exemple de l'empathie et qui créent un climat dans lequel l'empathie est la norme. Si nous voulons que les jeunes aient de bonnes compétences en matière de résolution de problèmes et de prise de décision, nous devons leur donner l'occasion de

s'engager activement dans la résolution de problèmes et de prendre des décisions réelles et valables sur les sujets qui leur tiennent à cœur.

### DES FACTEURS DE PROTECTION À LA RÉSILIENCE

A partir de la mise en place des facteurs de protection, un cercle vertueux va se développer et concourir au développement des forces de résilience :

Les facteurs de protection (relations attentionnées et bienveillantes, attentes élevées, opportunités de participation et de contribution) situés dans l'environnement (au niveau de la famille, de l'école et de la communauté) répondent aux besoins des

jeunes (sécurité, affection et appartenance, respect, autonomie et pouvoir, défi et maîtrise, sens).

La réponse aux besoins des jeunes permet de renforcer leurs forces de résilience et de faire émerger les 4 caractéristiques principales des jeunes résilients (compétences sociales, résolution de problème, autonomie, sens du but).

Les forces de résilience augmentées permettent d'améliorer les résultats des jeunes : comportement social plus adapté, santé et bien-être renforcé, résultats scolaires améliorés, moins de comportements à risque.

[Cliquez ici pour retourner au sommaire](#)

# ON RELIE PLUTÔT QU'ON SÉPARE !

ENTRETIEN AVEC LE DOCTEUR RÉMY PUYUELO

PAR ALAIN DEWERDT



Bonjour docteur, vous êtes pédopsychiatre, membre de la société européenne de psychanalyse de l'enfant et de l'adolescent, auteur de plusieurs ouvrages sur l'enfance mais aussi sur l'éducation spécialisée au quotidien et la vie en institution. Vous êtes aussi rédacteur en chef de la revue trimestrielle *Empan*, dans laquelle de nombreux travailleurs sociaux se donnent les moyens de réfléchir et d'écrire sur les mutations sociales et leurs impacts sur les enfants, les adolescents, les adultes démunis.

**A partir de cette expérience et de tous ces engagements, comment percevez-vous l'expérience adolescente aujourd'hui ?**

Nous pouvons aborder différentes questions, différents éclairages sur l'adolescence, en évitant toute simplification. Il s'agit de penser la complexité, de supporter un certain désordre, de tenir compte des contextes, de relier plutôt que de séparer.

L'une des questions est celle du temps de l'adolescence. Quand commence-t-elle et quand finit-elle ? Actuellement, il y a une tendance à l'hyper-maturité. On pense qu'on est ado à 10-12 ans, mais c'est faux. A cet âge, on est un enfant et l'adolescence commence à la crise pubertaire. Cette tendance fait qu'on accorde trop de libertés et trop vite aux enfants. Il faut un début et une fin.

Pendant cette période, ils ont à vivre un double mouvement : l'émancipation par rapport à leur famille, et la recherche de leur nouvelle identité.

Ce double mouvement est un invariant, mais il faut le replacer chaque fois, à chaque génération, dans un contexte social différent. Il y a eu la génération de la guerre, le baby-boom de l'après-guerre, etc...

**On a même suivi l'alphabet pour les nommer : la génération X, Y, alpha...**

Oui, et on peut parler aujourd'hui de la génération COVID où les jeunes sont confrontés à de nombreuses questions. On y retrouve pêle-mêle les questions de genre, le numérique et les réseaux, « #Me Too », l'écologie et le réchauffement climatique, le risque de fin du monde et de 3<sup>e</sup> guerre mondiale, ... Tout ça est mélangé, sans hiérarchie entre les problématiques, et ça ajoute des difficultés supplémentaires pour construire une identité.

Prenons l'exemple du travail. Pendant des siècles, la religion nous a enseigné qu'il fallait travailler et souffrir pendant toute une vie et que la récompense était au-delà, après la mort. Ensuite il y a eu une génération à qui on a dit « *vous travaillez toute une longue partie de votre vie, mais vous pourrez bénéficier à la fin d'une heureuse retraite* ». Actuellement cet argument ne

fonctionne plus, ni avec la promesse de l'au-delà ni avec la promesse de la retraite. La valeur-travail est traitée dans l'immédiateté.

**Vous voulez dire que les jeunes se trouvent devant un monde chaotique qui ne peut pas dessiner un avenir identifiable**

Oui, de plus les adultes-repères, ceux qui peuvent être des supports d'identification, les parents, les enseignants, ... sont anonymisés voire délégitimés. Les affaires autour de l'abbé Pierre, des personnalités du spectacle ou du monde politique participent à cette délégitimation des héros.

Pendant le COVID les adolescents ont aussi pu constater que la société et leurs parents ne pouvaient pas les protéger contre le virus. Les violences intrafamiliales se sont aussi développées pendant cette période de confinement et ont fragilisé les familles. Du côté des enseignants, l'intelligence artificielle et les réseaux sont autant de concurrents au savoir transmis dans la relation de maître à élève.

**Effectivement les réseaux et leur utilisation ont un impact important dans la génération actuelle.**

Et cela modifie le rapport au corps et à la sexualité qui est un élément fondamental à l'adolescence. Un jeune sur deux est en contact avec des images pornographiques sur les réseaux sociaux. Ils sont ainsi confrontés à une sexualité opérationnelle non articulée avec l'amour. Il y a d'ailleurs de plus en plus d'adolescents abstinents pour qui la masturbation est une issue durable. En même temps se pose la question de la violence par l'image. On peut dénuder quelqu'un en truquant une image, en ajoutant un corps nu à son visage, ...

**En quelque sorte le corps est attaqué.**

La scarification, l'arme blanche font partie de l'adolescence d'aujourd'hui et signent un mal être indéfinissable avec des idées suicidaires, des symptômes psychosomatiques, des phobies, des replis sur soi avec absentéisme scolaire, le refuge dans des groupes de pairs sur les réseaux sociaux, bref, des tableaux cliniques complexes dans lesquels les parents sont dépassés.

**Pourquoi parlez-vous d'un mal être indéfinissable ?**

L'anonymisation et la délégitimation des adultes font perdre les repères auxquels on peut s'opposer et sur lesquels on peut



s'appuyer pour construire son identité. Ça crée une violence sans but, sans objet. C'est ainsi qu'un adolescent, qui se sent mal une nuit, va se calmer en allant casser un abribus. Il y a là une décharge pour se sentir moins mal, alors que dans l'agressivité il y a une rencontre. La question est donc de remettre de la rencontre, de l'humain, pour pouvoir se construire.

**Justement, que conseillez-vous aux adultes qui partagent la vie des adolescents au quotidien ?**

Il faut réintroduire de l'humain et du conflit. Les adolescents ont besoin d'avoir en face d'eux des adultes qui ne fuient pas et qui durent. Et ces adultes ont besoin d'être eux aussi accompagnés pour éviter les simplifications, relier au lieu de séparer, penser dans la complexité. Il faut reconnaître que c'est difficile de vivre dans l'ambivalence, l'incertitude, et la simplification permet de se rassurer.

De plus, il est préférable de quitter les postures individualistes. Il vaut mieux prendre en compte le groupe d'adolescents qui permet des processus de ressemblance, de construction identitaire entre pairs comme dans les clubs sportifs, les groupes d'activités, les ateliers théâtre, ...

**On a effectivement tendance à favoriser l'accompagnement individuel au cas par cas alors que selon vous il faudrait développer des compétences groupales pour que les jeunes soient capables de garder parmi eux un jeune en difficulté ?**

Quand un jeune arrive aux urgences avec ses parents, il est important de savoir qui sont ses amis. L'autre, le copain ou la copine, peut être un passeur de la même

génération. Il est un porte-voix. Dans une institution, quand un jeune s'est coupé des adultes, ceux-ci peuvent faire appel au groupe pour qu'il l'aide à comprendre ce qui se passe. En cas de problème, on ne reçoit pas seulement papa et maman mais aussi d'autres jeunes qui peuvent avoir une fonction de tiers. L'erreur qu'on a souvent faite dans les cités c'était de faire appel systématiquement et seulement au grand frère alors qu'il peut y avoir d'autres jeunes du groupe, un voisin, ...

**Mais les groupes de jeunes ont eux aussi tendance à exclure, voire harceler, un jeune trop différent. Comment les accompagner dans ce cas ?**

Effectivement. Ils ont eux-mêmes une problématique identitaire qui les pousse à rechercher des homologues. Donc il ne faut pas être trop différent. Pour assumer les différences, il faut être rassuré sur soi-même. Les adultes qui accompagnent des groupes d'adolescents doivent donc être sécurisants, capables de suffisamment de passivité pour écouter sans réagir trop vite, être une ressource « narcissisante », ouvrir progressivement la situation, de lien en lien. Comme l'écrit Edgar Morin, « on relie plutôt qu'on sépare ».

Pour illustrer sur une image simple, un adolescent me demande de le prendre en photo ? Je lui réponds : « Oui mais avec toi. On fait un selfie. » On photographie le lien.

[Cliquez ici pour retourner au sommaire](#)

SOIGNER

# PENSER LE SOIN, PENSER UN CADRE

ENTRETIEN AVEC LE DOCTEUR JEAN PICARD, PÉDOPSYCHIATRE

PAR ALAIN DEWERDT

Bonjour docteur, vous avez créé le collège aquitain de psychopathologie de l'adolescence. Nous nous sommes connus lorsque vous dirigiez l'hôpital de jour pour adolescents de Bordeaux, sans compter votre exercice libéral et vos nombreuses activités dans ce domaine. J'ai donc pensé immédiatement à vous pour ce numéro de la revue « approches coopératives » consacré à la santé mentale des adolescents aujourd'hui. Vous m'avez souvent dit que la spécificité d'une psychopathologie de l'adolescence n'était pas toujours bien comprise.

Il y a bien une spécificité de la clinique de l'adolescence qu'il faut évaluer lorsqu'on accompagne un adolescent en difficulté. En effet, lorsque les problèmes des adolescents ne sont pas pris en charge suffisamment tôt, les manifestations qui leur permettent de parler de leur souffrance peuvent devenir plus violentes ou s'aggraver, parce qu'elles n'ont pas été entendues. Quelques chiffres sur la santé mentale des adolescents le montrent bien. En quelques années on constate une augmentation de 20% pour les troubles anxieux et de 35% pour les troubles dépressifs. On constate aussi un accroissement de 570% des hospitalisations pour tentatives de suicide ou automutilation chez les jeunes

de 10 à 19 ans. Les plans successifs de santé mentale n'ont pas été très efficaces, notamment pour deux raisons : tout d'abord un manque d'évaluation des troubles par des spécialistes, ensuite la réduction des moyens d'accompagnement pour répondre aux questions qu'ils posent à travers leur comportement. Par exemple pour une consultation en CSMI (centre de santé mentale infantile) on peut actuellement attendre 6 mois, alors qu'à l'origine l'attente était en moyenne de 8 jours.

**Vous voulez dire que les troubles des adolescents s'aggravent d'autant plus qu'ils sont entendus et pris en compte trop tard.**

Exactement. La sectorisation a été mise en place pour pouvoir intervenir plus vite, à la demande des médecins, des familles, des enseignants... Les adolescents qui « décrochent » de la scolarité, le plus souvent, n'ont pas été suivis assez tôt. Ils restent à la maison. On leur propose un téléenseignement qui n'est pas adapté pour eux. Le décalage est de plus en plus important entre leurs besoins et les réponses mises en œuvre, notamment dans les quartiers les plus difficiles, et les ados peuvent se retrouver aux urgences. Par exemple, un jeune qui a fait une tentative de



Dr. Jean Picard

suicide se retrouvera aux urgences. Mais il pourra repartir dans la nuit après avoir vu l'interne de garde, faute d'une possibilité d'hospitalisation. Autre exemple, le suicide d'une jeune fille qui avait subi un harcèlement scolaire et qui avait déjà été harcelée dans un autre établissement. On peut penser que, si elle avait été accompagnée, on aurait peut-être pu éviter qu'elle en arrive là, en mettant en place le suivi psychologique dont elle avait, à l'évidence, besoin.

### **A ce sujet, les réseaux sociaux et leur utilisation ne sont-ils pas selon vous une source d'aggravation ?**

Bien sûr, mais là aussi il faudrait un accompagnement adapté. Il en est de même pour les parents qui ne maîtrisent pas l'usage des outils numériques par leurs adolescents. La plupart d'entre eux utilisent déjà l'intelligence artificielle pour faire leurs devoirs, et un grand nombre visitent les sites pornographiques.

### **Comment donc répondre mieux à la souffrance des adolescents et à ses modes d'expression ?**

Les tests projectifs pratiqués par un psychologue formé à cette pratique vont permettre souvent de faire un diagnostic pertinent pour la proposition de soins adaptés à la clinique, et les techniques de groupes (le psychodrame) sont les plus adaptées pour cette tranche d'âge.

### **Et à votre avis, en dehors des troubles importants et avérés qui réclament une intervention spécialisée, quels conseils donneriez-vous aux parents, aux enseignants, aux bénévoles de clubs de sports et de loisirs ?**

Prenons l'exemple des « décrocheurs ». Derrière ce comportement on ne sait pas quels sont les troubles que peut présenter l'adolescent et il est important de comprendre. L'important est de créer un cadre qui permette aux adultes de penser et pas seulement de réagir, pour qu'ils puissent ensuite permettre aux jeunes de parler, échanger et penser. Comme l'écrivit Anna Harendt : « *C'est dans le vide de la pensée que s'inscrit le mal.* »

Si on se contente de répondre à un symptôme en miroir, en stimulus-réponse, sans chercher à comprendre ce que l'adolescent cherche à exprimer, on ne répond pas à la question posée et le comportement s'aggravera. Si on ne se positionne que sur le mode curatif on



arrivera trop tard. Si on n'a pas compris à temps la signification des troubles, la réponse peut être inadaptée.

Le soin commence par la prévention. L'anorexie mentale peut conduire au décès quels que soient les traitements mis en œuvre si l'on ne comprend pas que l'on a à faire à des adolescentes qui ont du mal à penser que l'autre peut être bon et fiable. L'hospitalisation et la séparation de la famille sont des réponses adaptées pour un temps dans les cas les plus graves, avant la mise en route d'un suivi thérapeutique dont on sait qu'il sera long.

Autre exemple, les scarifications, ça n'est pas une mode, mais l'expression d'une souffrance à entendre et à laquelle il faudra donner un sens.

Les adultes ne doivent jamais oublier qu'ils doivent toujours incarner leur rôle de passeur, leur fonction de repère. Une autre citation, plus ancienne, celle d'Honoré de Balzac dans le père Goriot :

*« La patrie périra si les pères sont foulés aux pieds. Cela est clair. La société, le monde roulent sur la paternité, tout croule si les enfants n'aiment pas leurs pères. »*

Actuellement, on semble être souvent dans cette situation où les adolescents sont en mal de « repères ». Ils ne peuvent pas s'intégrer dans un monde où on leur explique que leurs modèles ne méritent pas d'être respectés.

### **Et comment les aider à tenir ce rôle, cette qualité d'écoute ?**

L'organisation de groupes de discussion où les adultes (parents, enseignants, travailleurs

sociaux) peuvent venir parler de ce qui les préoccupe avec un intervenant spécialisé sont pertinents. Ils permettent de se rendre compte qu'on n'est pas seul avec le problème. On peut être rassuré, avoir recours à une aide spécialisée en cas de besoin, et ces rencontres peuvent très utiles. En effet, la bonne volonté ne suffit pas. Il faut se donner des outils pour comprendre et pas seulement attendre les moments de « crise » pour « réagir ».

Pour cela il faudra pouvoir aider des services de proximité susceptibles d'intervenir rapidement le plus tôt possible. C'est ce que la sectorisation doit permettre si l'administration veille à en préserver les moyens. Les Maisons des Adolescents doivent aussi participer à cet accompagnement vers le soin.

### **Et pour conclure ?**

Si on se donne les moyens d'entendre et de comprendre à temps les manifestations des adolescents, ils pourront faire une traversée positive et accéder à une vie adulte acceptable et même heureuse. Pour cela il ne suffit pas de réagir aux « crises ». Il faudra penser le soin, penser « un cadre de pensées » adapté à cette traversée. Et il faudra dans cette traversée, nous ne cesserons de le rappeler, des « passeurs » qualifiés à qui on donnera les moyens de tenir la barre.

[Cliquez ici pour retourner au sommaire](#)

# LES AMBASSADEURS SANTÉ MENTALE

**ENTRETIEN AVEC MADAME HÉLÈNE SALSI, COORDINATRICE**

**PAR ROLAND DAVAL**



**Merci tout d'abord de bien vouloir vous présenter pour nos lecteurs.**

Je suis la coordinatrice du dispositif « Ambassadeurs Santé Mentale » et je travaille pour la fondation lyonnaise ARHM - Action, Recherche, Handicap et Santé Mentale.

La fondation est tout à la fois gestionnaire et militante dans le but de réduire la stigmatisation en santé mentale.

Elle gère notamment un hôpital psychiatrique, des établissements sanitaires ou médico sociaux par exemple des ESAT (Etablissement et Service d'Accompagnement par le Travail) qui sont des établissements adaptés pour les personnes en situation de handicap afin de contribuer à leur insertion professionnelle.

Pour ma part, ma mission est double :

- Au niveau régional, j'accompagne une équipe de chargés de prévention en santé mentale ainsi qu'une psychologue qui assure la supervision des « Ambassadeurs Santé Mentale ». C'est un accompagnement méthodologique pour préparer des interventions et des animations.
- Au niveau national, j'assure la coordination et l'animation du dispositif et du réseau des franchises sociales : échanges de bonnes pratiques, capitalisation, plaidoyer institutionnel notamment.

**Quand, pourquoi et comment s'est créé le dispositif « Ambassadeurs Santé Mentale » ?**

Le pôle santé mentale et addiction de la fondation ARHM - Institut Régional Jean Bergeret à Lyon qui intègre notamment un service de prévention et accompagnement a créé ce

dispositif en 2018 pour répondre à un enjeu de stigmatisation de la santé mentale chez les jeunes.

Nous avons constaté en effet un fort taux de prévalence des troubles en santé mentale des jeunes de moins de 25 ans avec, en parallèle, un faible recours aux soins de santé mentale. Un jeune sur cinq, décrit avoir des troubles dépressifs en soulignant que la crise du Covid a fortement contribué à dégrader la santé mentale, en particulier chez les plus vulnérables et les plus isolés.

Et pourtant, manifestement, l'information ne passait pas auprès des jeunes qui ne recouraient pas aux dispositifs d'accompagnement ou de soins en santé mentale existants. L'Institut Jean Bergeret a donc souhaité développer un dispositif qui puisse parler directement aux jeunes dans une approche de jeune à jeune, de pair à pair. A cet effet, en 2018, l'Institut Jean Bergeret va accueillir dans ses locaux, un Volontaire en Service Civique.

Pour mettre en œuvre largement ce projet, l'Institut s'est rapproché d'Unis-Cité, association créée en 1994, régie par la loi de 1901, pionnière et experte du Service Civique des Jeunes en France et les deux organisations se sont associées pour codévelopper le dispositif des « Ambassadeurs Santé Mentale ».

En 2019, une première promotion de Jeunes Volontaires en Service Civique a été recrutée par l'intermédiaire d'Unis-Cité, formés et accompagnés par les deux organisations, afin que ces jeunes puissent ensuite proposer des interventions, des sensibilisations en santé mentale auprès d'autres jeunes, des jeunes âgés de 16 à 25 ans qui vont parler à d'autres jeunes âgés de 16 à 25 ans au sein de structures dédiés à la jeunesse : établissements scolaires, foyers de jeunes travailleurs, structures d'animation, plus largement dans tout type de structure qui accueille des jeunes de 16 à 25 ans.

La durée globale de la mission de service civique est de 8 mois.

Aujourd'hui, le dispositif est présent en France dans 7 régions et 22 territoires et s'est développé grâce à une modélisation du dispositif et le transfert du modèle via des franchises sociales à d'autres structures de santé mentale que la Fondation ARHM, à titre d'exemple la Fondation Falret en 2021 pour le déploiement en Ile de France ou, à Reims, Le Club Famille - Association L'Amitié.

En 2024, 188 volontaires ont été impliqués dont 69 en région Auvergne Rhône-Alpes.



Les volontaires recrutés ont des parcours multiples : ce peut être des étudiants, en particulier en psychologie, mais ce peut être tout aussi bien des jeunes en rupture de parcours qui recherchent un projet d'avenir professionnel. Ces derniers sont d'ailleurs accompagnés à cet effet par Unis-Cité vers une reprise d'études, la recherche ou la création d'un emploi.

Il n'y a pas de critères de recrutement liés à des compétences mais celui-ci se fait sur la base de la motivation et de l'engagement pour la thématique de santé mentale. Un point de vigilance est cependant porté à ce que les jeunes aient la disponibilité émotionnelle et mentale pour s'engager dans cette thématique car ils seront amenés à rencontrer d'autres jeunes potentiellement porteurs de difficultés, d'interrogations. Il est nécessaire qu'ils puissent savoir prendre du recul par rapport à eux-mêmes et se positionner dans une posture neutre de pair et de préventeur sans être des professionnels de la santé mentale.

**De manière plus précise, comment fonctionne le dispositif et quelles sont les missions des « Ambassadeurs Santé Mentale » ?**

Rappelons tout d'abord que le dispositif « Ambassadeurs Santé Mentale » a pour objectif de former et accompagner des Jeunes Volontaires en Service Civique afin d'intervenir auprès de jeunes du même âge (16-25 ans) pour :

- Réduire la stigmatisation en santé mentale : faire des adultes de demain

**ARHM ET UNIS-CITÉ SE SONT ASSOCIÉS POUR CO-DÉVELOPPER LE DISPOSITIF DES AMBASSADEURS SANTÉ MENTALE**



*Ambassadeur Santé Mentale animant un atelier*

**LES AMBASSADEURS  
OUVRENT UN DIALOGUE  
POUR DÉCONSTRUIRE LES  
IDÉES REÇUES ET CHANGER  
LES REPRÉSENTATIONS SUR  
LA SANTÉ MENTALE**

des citoyens sensibilisés aux enjeux et représentations de santé mentale.

- Favoriser le repérage des jeunes en souffrance psychique : Par la sensibilisation des jeunes et des professionnels jeunesse aux premiers signaux de mal-être.
- Orienter vers les dispositifs locaux de prévention et de soins : par le repérage et la valorisation des structures de soins et d'aide présentes sur les territoires auprès des jeunes

Les volontaires commencent leur mission de service civique courant octobre avec une première phase d'intégration de deux semaines, organisée par Unis-Cité. Ils suivent ensuite un cycle de formation notamment sur la prévention santé mentale en tant que pair organisée et animée par la structure de santé mentale porteuse locale, complétée par une formation prévue par Unis-Cité et portant sur des thèmes transversaux tels que l'engagement citoyen, la gestion de projet et plus généralement tout ce qui est commun au cycle de volontaire en service civique. La formation s'étale sur une durée d'un mois.

En Auvergne Rhône-Alpes la fondation ARHM organise une formation de cinq jours qui inclut notamment les premiers secours en santé mentale. C'est une formation citoyenne ouverte à tous qui a pour objectif de sensibiliser, de déstigmatiser ce que sont

les troubles en santé mentale. Elle a aussi pour objectif de sensibiliser à la posture que peut avoir chaque citoyen face à une personne qui se retrouverait dans une situation de mal-être ou dans une situation de crise de santé mentale. Elle permet d'apprendre à distinguer des situations diverses, de savoir comment orienter une personne qui aurait besoin de soins ou d'accompagnement en santé mentale.

Il est important pour le porteur de projet de bien identifier dans les accompagnements sollicités par des structures de jeunesse jusqu'où les ambassadeurs sont en capacité d'intervenir car on leur demande parfois d'intervenir dans des situations complexes par exemple dans des situations faisant suite à des tentatives de suicide.

Ils interviennent pour ouvrir un premier dialogue avec d'autres jeunes sur la santé mentale mais ils ne vont pas proposer une prévention spécifique ni encore moins une prise en charge de la souffrance psychique. C'est un enjeu de l'accompagnement des ambassadeurs que de veiller régulièrement à jusqu'où ils peuvent aller ; ils sont là pour dialoguer avec des pairs avec l'avantage qu'ils ont sans doute ainsi les mots qu'il faut pour parler à la personne en difficulté.

Les ambassadeurs ouvrent un dialogue qui contribue à déconstruire les idées reçues, à changer les représentations que ce soit sur la santé mentale ou sur les professionnels de santé mentale, tant en prévention qu'en soins. Ils ont aussi pour objectif de valoriser et de faire le relais avec les dispositifs de prévention et de soins existant sur un territoire auxquels ils ne peuvent se substituer en aucun cas : ce sont des facilitateurs, des accompagnateurs, des médiateurs.

**Quelles sont les principales actions qui sont mises en œuvre ; où et comment ? Avec quels moyens ?**

Les ambassadeurs interviennent dans des structures accueillant des jeunes et qui en font la demande.

Ces volontaires interviennent en équipe, généralement binôme ou trinôme, pour des cycles de 3 à 4 séances d'une heure et demi à deux heures chacune. Ce peut-être aussi la tenue d'un stand où les jeunes peuvent venir poser des questions ou s'entretenir. Il n'y a pas d'accompagnement individualisé.

Les groupes sont constitués au maximum d'une quinzaine de jeunes et sont des lieux de paroles, des lieux d'échanges entre jeunes.

Parfois, on articule l'intervention des jeunes ambassadeurs avec des séances de prévention organisées par exemple par l'association *Addictions France* ce qui permet d'aborder des sujets pointus sur lesquels les ambassadeurs ne sont pas en capacité d'intervenir.

En tous les cas, les interventions des ambassadeurs doivent agir comme des leviers pour permettre par la suite des interventions plus pointues, plus approfondies.

Il s'agit d'un important travail de mise en réseau et pour se faire le travail des ambassadeurs est conduit avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé (ARS) notamment dans le cadre des projets territoriaux de santé mentale.

Afin d'évaluer l'impact de ces actions au regard des objectifs du dispositif, des questionnaires sont remplis par les bénéficiaires, en particulier sur la manière dont ils ont ressenti l'intervention : leur a-t-elle permis d'avoir une meilleure connaissance de la santé mentale, d'être plus à l'aise pour aller consulter un professionnel de santé ou d'être en mesure d'identifier des solutions pour se porter mieux.

On évalue également l'impact du dispositif auprès des volontaires eux-mêmes : sensibilisation à la santé mentale, autonomisation, augmentation du pouvoir d'agir et renforcement de leur engagement, orientation professionnelle.

Les ressources financières viennent bien sûr de la prise en charge par l'État du service civique mais la Fondation ARHM, Unis-Cité et les autres porteurs de projets recherchent des fonds publics ou privés auprès notamment des Agences Régionales de Santé, de l'Assurance Maladie, des Conseils Départementaux ou de mutuelles telles que l'AG2R La Mondiale.

### **Ce dispositif existe-t-il dans d'autres pays ? Comment envisagez-vous son développement ?**

Un dispositif de cette nature existe aux États-Unis et, pour notre part, nous avons été sollicités par la Belgique et une première promotion d'Ambassadeurs Santé Mentale devrait se déployer en Suisse en 2025. Pour la Suisse nous étudions un modèle

d'engagement différent car le service civique n'existe pas.

La réflexion pour le développement en France se poursuit, y compris pour répondre à des sollicitations de territoires d'outre-mer, en recherchant des partenariats.

Notre ambition c'est de mailler l'ensemble du territoire au plus près de la vie locale.

Les modalités d'intervention sont aussi interrogées en particulier pour pouvoir toucher les jeunes qui sont isolés. C'est un enjeu important, notamment en milieu rural où des contacts sont pris avec des collectivités territoriales. Des contacts sont aussi engagés avec la Protection Judiciaire de la Jeunesse.

### **A travers les différentes interventions que vous avez pu faire, relevez-vous des questions particulières par rapport à la santé mentale des jeunes ? Des récurrences de problèmes ; des besoins spécifiques pour déconstruire des idées reçues ?**

Ces problématiques sont au cœur de ce que peuvent apporter ou non les ambassadeurs avec par exemple des ateliers sur la déstigmatisation en santé mentale, sur le repérage et les solutions d'orientation, les compétences psychosociales.

Il faut cependant rappeler que les questions de santé mentale peuvent tous nous concerner, à des degrés différents et avec des solutions différentes pour y répondre.

Bien entendu, on peut aborder les questions de santé mentale des jeunes

par des prismes de thématiques spécifiques : l'éco-anxiété, les addictions, la pression scolaire, le cyberharcèlement, le sommeil, ...

Pour aborder toutes ces questions et sensibiliser les jeunes, les ambassadeurs utilisent des outils ludiques, par exemple une carte des ressources en santé mentale, une carte de Grenoble accompagnée de cartes de rôles qui renvoient aux médecins généralistes, aux psychologues et à de nombreux acteurs différents. Des situations de mal-être sont proposées et la démarche est de dire à quoi cette situation pourrait être reliée et à quel rôle il faudrait faire appel ; ce rôle étant choisi, il convient de le repérer sur la carte. Pour les compétences psychosociales, on peut utiliser le jeu des forces : quelles sont tes forces, à savoir tes ressources émotionnelles, cognitives, affectives et profiter de cette présentation pour interroger les idées reçues, ce qui est vrai ou faux. Un autre outil nous a aussi été présenté pour traiter de la thématique du sommeil : le Monododo issu du jeu du Monopoly.

La santé mentale couvre un panel très large de situations pour lesquelles des ressources différentes existent.



## VERBATIM DE VOLONTAIRES



Valentine, ambassadrice Santé Mentale

### **Valentine, ambassadrice Santé Mentale à Grenoble :**

« J'avais une année de transition dans mes études et je voulais la mettre à la disposition des autres. Lorsque j'ai découvert la mission Ambassadeurs Santé Mentale, je n'ai pas hésité. »

« J'ai découvert que la santé mentale est encore un sujet tabou, même chez les jeunes. Beaucoup n'osent pas en parler et ne sont pas conscients qu'il est nécessaire de prendre soin de sa santé mentale au même titre que sa santé physique. Quand nous leur posons la question suivante : « connaissez-vous la santé mentale ? » Ils répondent « Non, je ne suis pas fou ! »

De notre côté, on leur explique que tout le monde a une santé mentale, que c'est important d'y penser et de parler si l'on ressent des émotions négatives ou des idées noires... ».

### **Brahim, ambassadeur Santé Mentale à Reims :**

« Notre objectif est d'apporter de l'information sur la santé mentale, de déstigmatiser le sujet et de faire connaître les lieux-ressources qui vont faciliter la parole. Nous allons à la rencontre des jeunes dans différents lieux : missions locales, maisons de quartiers, foyers de jeunes travailleurs, centres de formation d'apprentis, écoles de la deuxième chance, centres sociaux, services pénitentiaires d'insertion et de probation .... Le pair à pair est très important pour combattre les préjugés et sensibiliser à l'importance de préserver sa santé mentale. »

« Cette mission d'Ambassadeur Santé Mentale m'intéresse particulièrement car je souhaite devenir moniteur-éducateur. Je suis accompagné par une infirmière du Club Famille l'Amitié - association qui porte le dispositif à Reims -, la coordinatrice d'Unis-Cité et une psychologue libérale qui assure notre supervision et nous aide à optimiser nos interventions auprès du public. »

### **Nathael, Ambassadeur Santé Mentale à Grenoble :**

"L'un des plus grands défis, c'est de parvenir à faire comprendre aux jeunes que la santé mentale les concerne directement. Il ne faut pas attendre d'être en difficulté pour parler de son bien-être mental."

"C'est une expérience enrichissante, tant sur le plan professionnel que personnel, et elle fait réellement la différence dans la société."

### **Lilou, ambassadrice Santé Mentale à Grenoble :**

"C'est une mission qui fait sens. Si des jeunes hésitent à s'engager, je leur dirais de foncer ! C'est l'occasion d'agir pour un sujet crucial et de contribuer à faire évoluer les mentalités sur la santé mentale."

### **Autres verbatims :**

« J'ai réellement pu me développer grâce au service civique tant d'un point de vue tant personnel que professionnel. » (ASM Saint-Étienne)

« Le projet m'a apporté des savoir-faire en construction d'animations et en posture d'animateur. » (ASM Lyon)

« J'ai pu apprendre à gérer des situations émotionnelles chargées. » (ASM Chambéry)

« J'ai appris à me rendre flexible et j'ai travaillé ma capacité d'adaptation. » (ASM Chambéry)

« Je me suis trouvé à l'écoute des autres. » (ASM Chambéry)

« J'ai réussi à vaincre ma timidité, à être plus à l'aise à l'oral. » (ASM Clermont-Ferrand)

« J'ai pris confiance en moi et j'ai su m'approprier ce qu'il avait à m'offrir. J'ai renforcé mes acquis, comme par exemple mon aisance à l'oral ou ma capacité rédactionnelle, mais j'ai également appris à travailler en équipe et surtout, à aimer cela. » (ASM Saint-Etienne)

[Cliquez ici pour retourner au sommaire](#)

# DEVENIR SECOURISTE EN SANTÉ MENTALE

EXTRAIT DU SITE WEB DE PSSM FRANCE



PSSM France est une association à but non lucratif fondée en 2018 par l'Infipp, Santé Mentale France et l'Unafam dans une dynamique partenariale.

Face à la méconnaissance de la population générale quant à la santé mentale, PSSM France s'attache à lutter contre la stigmatisation des troubles psychiques. Cette stigmatisation constitue un frein puissant à l'accès aux soins, au rétablissement ainsi qu'à l'inclusion sociale et professionnelle.

Pour mener à bien sa mission, l'association a adapté au contexte français le programme de formation MHFA® (Mental Health First Aid) dont elle détient une licence pour l'ensemble du territoire.

Créé en Australie en 2000 par Betty Kitchener, éducatrice ayant souffert de troubles psychiques sévères, et Tony Jorm, professeur de médecine, ce programme propose à tous les citoyens une formation généraliste de sensibilisation et d'assistance en santé mentale.

Il est scientifiquement validé : l'ensemble des connaissances présentées dans la formation ont été sélectionnées en fonction de leur niveau de preuve et de

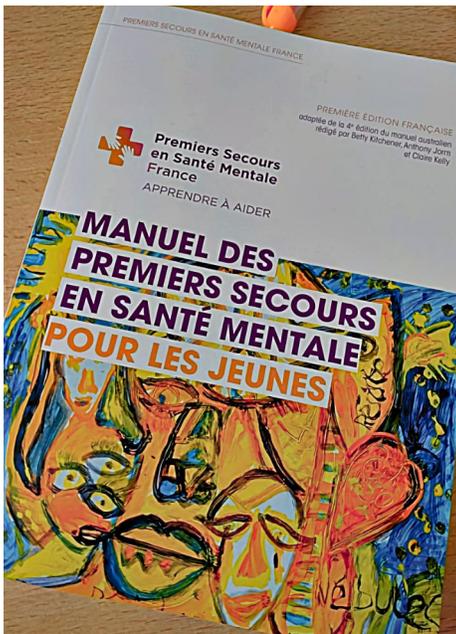
consensus international. Ces connaissances sont régulièrement révisées.

Le processus d'évaluation scientifique est primordial à toutes les étapes du programme MHFA, de sa construction à l'évaluation de ses effets. En 2022, PSSM France s'est dotée d'un Conseil scientifique et pédagogique. Une instance de référence pour l'évolution et la validation des supports pédagogiques de l'association.

## OBJECTIFS ET MISSIONS

La santé mentale est un enjeu majeur de santé publique. Le déploiement des premiers secours en santé mentale en France figure sur la feuille de route du gouvernement et est inscrit parmi les 30 mesures énoncées lors des Assises de la santé mentale et de la psychiatrie. Notre objectif est de former 750 000 secouristes en santé mentale d'ici 2030.

L'association porte l'ingénierie pédagogique de la formation (élaboration et mise à jour de la formation et du manuel) ; elle assure la veille scientifique et le développement de nouveaux modules de formation. Elle assure le lien à la fois avec les pouvoirs publics français et avec le programme MHFA® au niveau international, forme et



accrédite les formateurs et garantit l'évaluation de la qualité des formations.

PSSM France poursuit son développement en adaptant les premiers secours en santé mentale à deux publics particulièrement exposés : les adolescents et les personnes âgées. D'autres modules spécifiques sont à l'étude.

Les efforts de PSSM France seront enfin dirigés vers l'évaluation scientifique des formations et la mesure de leurs impacts, dans une démarche d'amélioration continue du programme.

Le conseil d'administration de PSSM France comprend trois collèges :

- Le collège des fondateurs.
- Le collège des associations et structures de l'économie sociale et solidaire.
- Le collège des Représentants des associations constituées par les instructeurs et formateurs.

## LA FORMATION

Le programme de Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) permet de former des secouristes capables de mieux repérer les troubles en santé mentale, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, d'encourager à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, d'agir pour relayer au service le plus adapté.

Il s'inspire de la formation aux premiers secours physiques, mais intègre une logique d'urgence différente : un secouriste en santé mentale devra souvent intervenir à plusieurs reprises pour écouter, rassurer et accompagner la personne concernée vers le soin.

Dans un contexte sociétal de minimisation et de stigmatisation des troubles psychiques, se former aux premiers secours en santé mentale s'inscrit dans une démarche citoyenne. Nous pouvons tous agir à notre niveau !

La santé mentale concerne l'ensemble du grand public, puisque les troubles psychiques sont les pathologies les plus répandues : selon l'Organisation mondiale de la santé, un être humain sur quatre souffrira au cours de sa vie soit d'un épisode pathologique, soit d'un trouble persistant. C'est pourquoi la formation aux

premiers secours en santé mentale s'adresse à tous.

Cette formation développe une méthode pour apprendre à aider, à laquelle plus de cinq millions de personnes se sont déjà formées dans le monde. En France, le programme a été lancé en 2019 et il ne cesse depuis de se déployer.

Deux types de formation sont proposées : PSSM Standard et PSSM jeunes.

## PSSM STANDARD

Le programme de formation aux Premiers Secours en Santé Mentale Standard poursuit quatre objectifs pédagogiques :

- Acquérir des savoirs de base concernant les troubles de santé mentale,
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale,
- Développer des compétences relationnelles (écouter sans jugement, rassurer et donner une information adaptée),
- Mieux faire face aux comportements agressifs.

Les secouristes obtiennent des connaissances générales sur le champ de la santé mentale, notamment à propos des quatre troubles psychiques les plus fréquents (troubles dépressifs, anxieux, psychotiques et liés à l'utilisation de substances), et apprennent à appliquer une méthode pour intervenir face à une personne en crise ou en difficulté.

## PSSM JEUNES

La formation Jeunes a été spécialement développée pour les adultes vivant ou travaillant avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs. Il se concentre notamment sur le développement de l'adolescent, les troubles anxieux, la dépression (dont la crise suicidaire et les automutilations non suicidaires), les psychoses, les troubles du comportement alimentaire et les addictions.

Pour toute information complémentaire : <https://www.pssmfrance.fr/etre-secouriste/>

**Cliquez ici pour retourner au sommaire**

# ÉCOUTE, SOUTIEN ET SENSIBILISATION POUR LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES ET DES ÉTUDIANT·E·S

EXTRAIT DU SITE WEB DE NIGHTLINE FRANCE



Être étudiant.e n'est pas toujours facile. C'est jongler entre les cours, les examens, les jobs pour subvenir à ses besoins... C'est vivre ses premières relations amoureuses avec des risques de ruptures douloureuses. C'est faire l'expérience de la solitude, loin de la famille. C'est prendre conscience que sa santé, c'est aussi sa santé mentale, une question pleine de préjugés et de tabous. Nightline souhaite briser les tabous sur la santé mentale. L'engagement de Nightline France vise à renforcer la capacité à vivre ensemble, au sein d'une société dans laquelle l'écoute de soi et de l'autre, l'entraide et le bien-être sont des valeurs fortes et partagées.

## LA MISSION DE NIGHTLINE FRANCE

Nightline France est une association à but non lucratif engagée pour la santé mentale des jeunes et des étudiant·e·s, à travers des actions de soutien, d'orientation et de sensibilisation. La mission de Nightline France est d'offrir des ressources accessibles et adaptées aux jeunes, conçues par et pour elles-eux, avec l'appui de professionnel·le·s.

## INITIATIVES PHARES

- **Soutenir** : *un service d'écoute nocturne* confidentiel, anonyme et gratuit, tenu par des étudiant·e·s, pour des étudiant·e·s, disponible tous les soirs dans toute la France de 21h à 2h30.. Un cadre bienveillant pour permettre aux étudiant·e·s partout en France de vider leur sac dans le secret de l'anonymat, en français ou en anglais. Formé·e·s à l'écoute, des bénévoles étudiant·e·s sont là pour toi, le soir, par tchat ou par téléphone.
- **Outils** : *la Fresque de la Santé Mentale*®, un atelier interactif pour comprendre et agir sur sa santé mentale. La Fresque de la Santé Mentale® mobilise l'intelligence collective pour aborder la santé mentale de manière générale et universelle. Ce projet citoyen est porté par Nightline en partenariat avec Psycom sur la conception : deux structures expertes en santé mentale à but non lucratif, avec la contribution de professionnel·le·s. La Fresque de la Santé Mentale® a pour objectifs de sensibiliser à la santé mentale à travers des espaces de discussion, d'informer sur les ressources disponibles et de proposer des



### S'ENGAGER AUPRÈS DE NIGHTLINE, C'EST ACCEPTER DES MISSIONS VALORISANTES ET ÊTRE EN CONTACT DIRECT AVEC LES BÉNÉFICIAIRES

actions collectives pour le bien-être mental. Pré-testé et évalué, l'atelier contribue au pouvoir d'agir de chacun-e sur sa santé mentale. Soutenue par la Fondation Sisley d'Ornano, la Fresque de la Santé Mentale® se déploie selon deux modules : le module Jeune et le module Tout Public.

- **Former : le dispositif Sentinelles Étudiantes**, pour aider les jeunes à repérer et soutenir leurs pairs en détresse psychologique. Repérer et orienter ses pairs en détresse En collaboration avec le Groupement d'Etudes et de Prévention du Suicide (GEPS), Nightline a mis en place un dispositif pour les étudiant-e-s ayant un rôle d'aidant-e-s dans leur communauté étudiante et souhaitant acquérir des compétences de repérage et d'orientation de leurs pairs en détresse. L'objectif ? Faire des étudiant-e-s des acteur-ric-e-s de prévention au quotidien dans leurs communautés. De cette façon, le projet sentinelles étudiantes s'intègre à la démarche communautaire qui est un levier central chez Nightline pour améliorer la santé mentale étudiante.

Depuis le début du projet, + de 400 personnes ont été formées

- **Orienter : un annuaire interactif** référençant les dispositifs d'aide psychologique gratuits pour les étudiant-e-s.
- **Sensibiliser** : des ressources en ligne, des campagnes de communication et du plaidoyer institutionnel pour une meilleure prise en compte de la santé mentale des jeunes en France et à l'international.

### NIGHTLINE EN CHIFFRES

En 2023-2024.

- 18 330 contacts via la ligne d'écoute (appels et tchats) sur 309 nuits d'ouverture.
- 25 000 jeunes sensibilisé-e-s sur l'année universitaire, à travers plus de 280 actions de terrain.
- 400 bénévoles engagé-e-s pour faire vivre Nightline à travers la France.
- Présence dans 9 régions en France métropolitaine et Outre-mer.
- 5 pays européens : Nightline France coordonne le réseau Nightline Europe avec 29 antennes.

### L'ENGAGEMENT BÉNÉVOLE À NIGHTLINE

S'engager auprès de Nightline, que ce soit en tant que bénévole ou en tant que volontaire en service civique, c'est accepter des missions valorisantes et être en contact direct avec les bénéficiaires. Que ce soit au bout du fil ou en face à face sur un stand, les jeunes qui rejoignent Nightline interagissent régulièrement avec leurs pairs et sont amené-e-s à recevoir des retours directs du terrain sur leurs actions. Engagement incarné, reconnaissance collective, développement de connaissances : chez Nightline, on reçoit autant que l'on donne.

Pour plus d'informations : <https://www.nightline.fr/>

**Cliquez ici pour retourner au sommaire**

# L'ATTENTION À LA SANTÉ MENTALE DES ADOLESCENTS À L'UCPA

**ENTRETIEN AVEC MARIE DELNATTE, UCPA**

**PAR DOMINIQUE BÉNARD**



Marie Delnatte

**Bonjour Marie, merci d'avoir accepté cet entretien. Pouvez-vous vous présenter et expliquer votre fonction au sein de l'UCPA ?**

Oui, je m'appelle Marie Delnatte, je suis placée auprès de l'UCPA par le Ministère de l'Education Nationale et celui de la Jeunesse et des Sports, avec pour responsabilité, notamment, de travailler sur la qualité éducative des séjours d'enfants et d'adolescents. J'exerce cette fonction depuis 6 ans. Je travaille principalement sur le contenu des séjours, sur la formation des équipes et, de manière un peu plus générale et stratégique, sur les valeurs qu'on souhaite transmettre aussi au sein de l'UCPA en tant qu'acteur éducatif.

**Pouvez-vous expliquer ce qui avait amené l'UCPA à organiser un colloque sur la santé mentale des adolescents ?**

Nous avons envie de construire quelque chose avec les Scouts et Guides de France qui sont nos voisins à Arcueil. Nous nous sommes réunis et nous avons recherché quel sujet commun à nos deux associations il serait intéressant de traiter ensemble. Plusieurs sujets ont été évoqués, dont la transition écologique, et puis, finalement, l'unanimité s'est faite sur le sujet de la santé mentale des adolescents. C'était celui qui nous semblait peut-être le moins documenté dans notre secteur, et le plus préoccupant compte tenu des remontées du terrain.

**Parlez-nous des remontées du terrain.**

Et bien, des directeurs et directrices de séjour nous ont fait part des cas qu'ils rencontraient, par exemple des jeunes qui ne se sentaient pas bien, des jeunes qui faisaient une crise d'angoisse, des jeunes qui s'isolaient ou avaient des comportements agressifs, des jeunes pour lesquels ils devaient gérer un traitement médicamenteux lourd etc.. On se retrouvait avec un amas de questions pour lesquelles nous n'avions pas de réponse très organisée. Et à partir de là, nous avons pris conscience qu'il y avait des sujets que nous devions traiter pour aider nos équipes à adopter les bonnes postures. En outre, la santé mentale avait été définie comme une grande cause nationale pour 2025. En tant qu'organisateur de séjours de jeunes, nous ne pouvions donc pas rester à l'écart d'un fait social d'une telle importance. Pour commencer à travailler en interne, nous avons donc décidé de suivre une formation PSSM<sup>1</sup> car c'est la seule formation accessible au grand public qui existe sur les troubles psychiques et que cela nous semblait une bonne base pour travailler ensuite sur des outils à destination des équipes de terrain.

**Après avoir vécu cette expérience, diriez-vous que ce serait utile qu'un nombre significatif de responsables du secteur jeunesse suivent**

<sup>1</sup> Premiers Secours en Santé Mentale. <https://www.pssmfrance.fr/etre-secouriste/>



UCPA colo sportive de Bombannes. Photo Vincent Colin

**NE PAS EXCLURE NI  
STIGMATISER LES JEUNES  
QUI CONNAISSENT DES  
PROBLÈMES DE SANTÉ  
MENTALE**

### **cette formation de premier secours en santé mentale?**

Oui. C'est une formation très dense, mais qui en deux jours, éclaire la perception qu'on peut avoir de la santé mentale, et dissipe beaucoup des préjugés qui peuvent lui être liés..

### **En particulier sur la question de la déstigmatisation ?**

Tout à fait, on ressort de là en se disant "Bon d'accord, c'est une problématique médicale, une problématique de santé, c'est tout. Il n'y a pas d'autre question." Le formateur avait commencé en posant la question : "Comment parle-t-on aujourd'hui des gens qui ont des troubles de santé mentale?" Il y a des termes qui circulent, qui ne sont pas très agréables souvent. On va dire, il est un peu "fêlé", elle est "bizarre"...Donc des termes qui sont très juteux en fait. Certains jeunes utilisent d'ailleurs certains termes comme des insultes : "t'es complétement schizo !", "il.elle est bipolar" etc.

La formation PSSM participe à dire, on arrête avec ça ! On est sur une problématique médicale et donc on répond à cette problématique médicale avec un comportement adapté. Les personnes qui ont des troubles psychiques n'ont pas choisi de réagir de telle ou telle façon, elles subissent une maladie, tout simplement. La difficulté, c'est qu'il existe encore beaucoup de tabous en ce qui concerne la santé mentale : on en parle

finalement assez peu bien que beaucoup de personnes soient concernées..

### **La question des tabous empêche aussi les gens qui ont des problèmes psychiques à aller consulter un spécialiste, par peur d'être stigmatisé ?**

Exactement. C'est aussi ce qu'on apprend pendant cette formation : on ne peut pas prendre la place du personnel soignant et des spécialistes quand il s'agit de santé mentale, mais on peut orienter la personne malade vers ces spécialistes, à défaut de l'aider directement.

### **Comment abordez-vous la question de la santé mentale dans vos séjours ?**

Oui, on peut se poser la question : pourquoi un organisateur d'accueil collectif de mineurs se mêle-t-il de santé mentale alors que nous recevons les jeunes pour des séjours d'une semaine en moyenne ? Il y a trois axes de réponse. Le premier c'est l'inclusion des jeunes ayant des troubles psychiques Il faut guider les efforts de nos équipes de terrain pour que ces jeunes-là passent un bon séjour et pour que les autres aussi passent un bon séjour à leurs côtés. L'objectif est bien d'offrir de bonnes vacances à tout le monde sans exclure ni stigmatiser les jeunes qui connaissent des problèmes de santé mentale. Si nos équipes ne sont pas assez formées, pas assez fortes pour gérer la problématique d'un jeune, l'expérience risque de se terminer par l'interruption du séjour et le renvoi du jeune chez lui. Notre objectif est d'éviter ce genre d'issue en œuvrant, à notre place, pour que ces jeunes soient intégrés dans la société. Aujourd'hui, si l'on en croit les statistiques, un jeune adolescent sur quatre est concerné par des problèmes de santé mentale. Nous accueillons un grand nombre d'adolescents, donc forcément nous allons être de plus en plus confrontés par cette problématique et il faut nous mettre en capacité de la gérer.

Par ailleurs, et c'est le deuxième axe de réponse, même si nous préparons au mieux l'accueil de ces jeunes, nos équipes peuvent aussi être confrontées à des gestions de crise comme des comportements violents ou des crises d'angoisse. C'est notre rôle de les aider, du mieux qu'on peut, à adopter la bonne posture et les bons réflexes pendant ces crises pour assurer la sécurité du jeune concerné, et du reste du groupe.

Troisièmement, nous devons également être en capacité d'agir en tant qu'acteur éducatif pour que les jeunes sortent de nos séjours avec

un petit plus qui va les aider à atteindre un meilleur équilibre de vie et une santé mentale renforcée. Même s'il ne dure qu'une semaine, un séjour dans nos centres peut avoir un impact impressionnant, parce que notre encadrement agit en très grande proximité avec les jeunes et leur permet de vivre des expériences très fortes et très marquantes qui les déconnectent du quotidien et peuvent déclencher quelque chose de positif pour leur vie future : la découverte d'une nouvelle passion, l'envie de revivre une expérience de bivouac, la volonté de garder des liens d'amitié avec les personnes rencontrées sur le séjour... Autant d'expériences vécues qui sont susceptibles de consolider certaines compétences psychosociales des enfants et des jeunes

**Au niveau de votre clientèle, est-ce que vous vous adressez spécialement, par moment, ou pour certains séjours, à des jeunes qui ont des problèmes psychologiques ou des problèmes de santé mentale ?**

Non, il n'y a pas de séjour dédié. En revanche, nous nous efforçons de déstigmatiser la santé mentale, notamment auprès des parents.

C'est dans cet esprit que nous avons organisé ce colloque sur la santé mentale des adolescents. Nous avons aussi publié des articles à ce sujet.

Aujourd'hui, par exemple, nous allons travailler sur notre fiche sanitaire de liaison pour que les parents dont les enfants présentent des problèmes de santé mentale, de n'importe quel ordre, anorexie mentale, troubles dépressifs, mutilations, nous en informent. Encore à notre époque, ce sont des troubles qui provoquent chez les parents une certaine honte, ils ont peur d'en parler, ils ont tendance à les cacher, ils se disent "c'est juste une semaine de vacances, ça ne va pas se voir, on ne va pas stigmatiser notre enfant, on n'en parle pas". En fait, nous souhaitons que les parents adoptent une démarche inverse, et nous informent des troubles que leur enfant affronte.

Dans nos colonies, nous n'avons pas de remède miracle, quand un jeune arrive avec des troubles, nous n'allons pas chercher à les résoudre. Ce n'est pas notre rôle. Par contre, ce qui est à notre portée c'est de faire en sorte que le jeune passe de belles vacances. Et c'est pour cela que nous invitons les parents à noter, dans la fiche de liaison, les troubles d'ordre psychique du jeune. Cela nous permet de préparer son accueil dans de bonnes conditions. Cela peut nous amener, par



UCPA colo sportive de Cap Breton. Photo Maxence Gallot

exemple, à dire aux parents "Vous avez inscrit votre enfant dans un séjour de 300 jeunes, peut-être que ce n'est pas le meilleur endroit pour lui et qu'il est préférable de l'inscrire dans un séjour un petit peu plus intimiste, avec des locaux moins grands et un encadrement plus adapté". Grâce à la fiche de liaison, nous pouvons donner des conseils de ce type. Et surtout, nous pouvons avertir l'équipe afin qu'elle adapte au mieux son attitude vis-à-vis du jeune.

Par exemple, si un jeune est atteint d'anorexie mentale, on peut prévenir l'équipe et lui dire "Ne le forcez pas à manger, ça ne sert à rien. Par contre veillez à sa sécurité physique..." Le fait d'être en lien avec les parents nous permet d'avoir un certain nombre de conseils à donner aux équipes pour viser le meilleur accueil possible.

**Comment informez-vous et formez-vous vos équipes sur les questions de santé mentale des adolescents ?**

Nous venons juste de réaliser une quinzaine de fiches conseils sur la santé mentale des adolescents pour nos équipes. Nous nous sommes efforcés de leur donner un contenu très simple et synthétique, validé par notre médecin référent, parce que nos animateurs et animatrices ne sont ni psychiatres, ni psychologues, ni éducateurs spécialisés, ce sont pour la plupart des jeunes qui ont le BAFA.

C'est la difficulté, à laquelle on se heurte, concernant un sujet comme la santé mentale. Parfois, quand un animateur observe chez un

**NOUS VENONS JUSTE DE RÉALISER UNE QUINZAINE DE FICHES CONSEILS SUR LA SANTÉ MENTALE DES ADOLESCENTS POUR NOS ÉQUIPES**



UCPA Colo sportive de Bombannes. Photo Vincent Colin

## NOUS AVONS LE PROJET DE DÉVELOPPER UN KIT « SANTÉ MENTALE » À DESTINATION DE NOS ÉQUIPES DE TERRAIN

jeune des comportements qui l'interpellent, il peut vouloir se positionner en "sauveur". Le risque est d'aggraver le problème.

Nos animateurs et animatrices doivent savoir rester à leur juste place, résister à la tentation de rechercher une explication ou une solution en approfondissant le dialogue avec le ou la jeune, parce qu'ils ne sont pas du tout formés pour faire de la psychothérapie et gérer un trouble psychique. Il y a aussi la problématique de l'après-séjour. Si l'animateur se sent investi d'une mission de sauvegarde de l'enfant, il peut vouloir garder des liens avec le jeune après le séjour en essayant, par exemple, d'avoir des nouvelles de l'enfant. Cela risque de poser des problèmes parce que notre rôle, c'est juste de permettre aux jeunes de passer de bonnes vacances. Au-delà, si jamais il y a un souci, notre rôle est de transmettre l'information aux bonnes personnes, à savoir souvent les parents, ou alors s'il y a un problème de violence, contacter le 119<sup>1</sup>.

Mais notre rôle s'arrête à la fin du séjour. Voilà le message que nous essayons de transmettre à nos animateurs.

Concernant la formation à la problématique de la santé mentale, nous organisons un webinaire à destination surtout des assistants sanitaires mais aussi des animateurs et animatrices qui souhaitent en savoir plus. C'est en accès libre. Nous nous efforçons de proposer des outils qu'on souhaite très simples et succincts parce

<sup>1</sup>119 : Service National d'Accueil Téléphonique de l'Enfance en Danger : <https://www.allo119.gouv.fr/>

que nos équipes d'animation n'ont pas beaucoup de temps pour se former, donc nous avons des formats qui n'excèdent pas 5-10 minutes de concentration pour qu'on leur donne au moins quelques messages phares, et qu'ils puissent consulter leur webinaire dans le bus, dans le train, sur un trajet. Notre objectif est de leur donner le "minimum vital" sur ces sujets.

Nous avons aussi le projet de développer un kit pédagogique "Santé mentale" comme nous l'avons déjà fait sur cinq autres thématiques : "apport au corps et sexualité", "consentement", "égalité et mixité", "éducation numérique" et "transition écologique". Nous développons toujours deux versions différentes, adaptées aux tranches d'âge : celle pour les enfants sera plutôt axée sur la gestion des émotions et l'empathie, l'autre, pour les adolescents, travaillera plutôt la pensée créative, la pensée critique ou encore la conscience et la connaissance de soi

Dans ce kit, on trouvera des guides à destination des équipes de terrain, des ouvrages, des affiches, des jeux... La plupart des supports sont conçus en interne. Pourquoi en interne ? Parce qu'on veut que ces outils collent au mieux à la perception que notre organisation a de ces problèmes. Nous avons du mal à trouver des ressources qui collent à notre projet et à notre manière de faire. De manière générale, nous souhaitons que ce soit très ludique, pas moralisateur, avec des messages positifs qui évitent la culpabilisation, particulièrement sur ces thématiques un peu lourdes et pesantes. Et on souhaite surtout, que ces ressources soient très faciles à prendre en main, parce que nos équipes d'animation n'ont pas de formation pour parler de sexualité, de consentement ou de transition écologique.

Il nous faut des ressources immédiatement utilisables par les animateurs et animatrices pour dialoguer avec les jeunes et leur apporter un message juste, bien sourcé, qui ne soit pas seulement le reflet de leur opinion personnelle.

**On sait que l'école n'est pas suffisamment active dans le domaine de l'apprentissage des compétences psychosociales, ou "compétences pour la vie" qui sont pourtant essentielles pour maintenir un bon équilibre personnel et une bonne santé mentale, par exemple la communication interpersonnelle, la coopération au sein d'un groupe, la capacité de négocier et de résoudre des conflits, la capacité de s'affirmer face aux autres et de résister aux pressions, etc. Est-ce que**

## **L'acquisition de ces compétences entrent dans votre projet éducatif ?**

Je pense que les pratiques sportives sont tout à fait propices à l'acquisition des compétences psychosociales. C'est un apprentissage qui se fait naturellement à l'UCPA.

Le fait par exemple d'apprendre de ses erreurs, sans se culpabiliser, c'est quelque chose que l'on travaille beaucoup à l'UCPA. Dans les sports de plein air, on est dans la mise en action rapide. Généralement, le moniteur, ou la monitrice, ne parle pas pendant des heures. On invite les jeunes à entrer en action, à expérimenter un geste, une façon de faire et puis à rectifier en fonction de l'expérience faite. C'est une façon d'apprendre à apprendre.

Dans le domaine de l'animation, on travaille aussi régulièrement sur l'acquisition des compétences psychosociales. Je vous donne un exemple : on essaie de repenser la notion de "jeu libre" parce que dans nos séjours, nous avons tendance à multiplier les activités, à chercher à ce que les jeunes soient en permanence occupés. Si vous consultez des anciens catalogues, les activités se succèdent sans temps mort : une séance d'accrobranche, plus une séance de canoë, plus une séance de cycle, etc. Cela m'avait interrogé quand je suis arrivée à l'UCPA et je m'interrogeais : quel est le sens global du séjour ? Finalement, il n'y en avait pas. Les parents achetaient une succession de prestations, et n'étaient pas contents s'il en manquait une car ils avaient payé pour ça. On était vraiment dans la consommation d'activités.

Aujourd'hui, au contraire, l'idée est de redonner une place au temps libre parce qu'on sait que c'est dans les temps libres, en dehors de toute activité dirigée par l'adulte, que les jeunes construisent leur propre capacité à résoudre des problèmes. Dans une activité dirigée par l'adulte, l'enfant se conforme à ce qu'on lui dit, ou s'y oppose, mais généralement, il se conforme et se laisse guider. Et s'il fait une erreur, il accepte la rectification donnée par l'adulte.

Et bien dans le jeu libre, c'est l'inverse. C'est-à-dire que le jeune lui-même va se confronter à des situations problématiques, plus ou moins difficiles, et va exercer tout seul sa capacité à résoudre les problèmes et les conflits.

Nous redonnons toute sa place au concept de jeu libre, sans intervention directe de l'adulte. L'adulte est présent, mais il se tient un peu en retrait et donne aux jeunes l'opportunité de

faire des expériences et des apprentissages par eux-mêmes, dans la sanctuarisation de ce temps libre.

Cela entraîne des réflexions du type "Comment aménager l'espace pour que les enfants soient amenés à jouer librement de façon intéressante ?" et aussi des interrogations comme par exemple : "Quelle place donner au portable, au smartphone, dans ces temps libres ?"

On va aussi beaucoup travailler sur l'expression, et sur le non-jugement. Nous sommes dans une société où chacun, souvent à travers les réseaux sociaux, exprime ce qu'il pense vite, de façon abrupte, ou même agressive, sur le mode "qui n'est pas avec moi est contre moi". Il n'y a pas de juste milieu.

Nous avons l'objectif d'éduquer les jeunes à savoir écouter les autres, à s'exprimer avec bienveillance et sans jugement, à découvrir qu'on peut participer à un débat sans se fâcher, en retirant quelque chose de positif de ce que pensent les autres. Donc nous avons développé ce qu'on appelle les *Info-Intox*, c'est un jeu où on vient affirmer des choses, qui peuvent être un peu provocantes, peut-être des phrases toutes faites que les jeunes ont l'habitude d'entendre, et on se pose la question, : «*Est-ce que c'est vrai ou est-ce que c'est faux ? Est-ce une "info" ou est-ce une "intox" ?*»

Et l'animateur ou l'animatrice qui est en charge de ce jeu, doit justement créer un cadre bienveillant en amont, c'est-à-dire rappeler que c'est tout à fait bien de dire ce qu'on pense de manière libre, mais toujours dans la bienveillance vis-à-vis des uns et des autres, sans agressivité, sans céder au désir d'avoir toujours raison.

Le but de ce type de petit jeu, c'est d'apprendre à communiquer et à réfléchir ensemble de manière constructive. Voici deux exemples pour illustrer comment on travaille sur les compétences psychosociales à l'UCPA.

### **Quelles ont été pour l'UCPA les retombées du colloque que vous avez organisé ?**

La première retombée, qui est très positive, c'est le fait d'avoir coopéré, à cette occasion, avec une autre association, les Scouts et Guides de France. D'ailleurs, nous préparons déjà un nouveau colloque pour l'année prochaine. Une telle coopération, et le fait de faire appel à des intervenants extérieurs, experts du sujet, nous aide à sortir de notre "entre-soi" et à nous donner de la matière nouvelle pour alimenter notre réflexion



UCPA Embrun. Photo Vincent Colin

**AUJOURD'HUI L'IDÉE EST DE REDONNER UNE PLACE AU TEMPS LIBRE PARCE QUE C'EST LÀ QUE LES JEUNES CONSTRUISENT LEURS PROPRES CAPACITÉS À RÉSOUDRE DES PROBLÈMES.**



UCPA Centre de vacances d'Embrun. Photo Vincent Colin. UCPA colo sportive -de

**NOUS AVONS PRODUIT, UN KIT SUR L'ÉGALITÉ FILLE-GARÇON QUI NOUS A PERMIS DE NOUS RÉ-INTERROGER SUR NOTRE MANIÈRE D'ACCUEILLIR LES JEUNES**

Dans mon service, chargé de la qualité éducative, nous avons besoin de cette matière pour nous remettre en question et envisager régulièrement les choses sous un nouvel angle, surtout sur des sujets sociétaux et surtout lorsque cela concerne la jeunesse qui, par définition, se renouvelle sans cesse.

**Vous êtes-vous sentie percutée par certaines conclusions du colloque ?**

Oui, par exemple, le fait que les problématiques de santé mentale, à l'adolescence, touchent plus les filles que les garçons, et plus particulièrement les élèves de 3ème. C'est un fait qui interroge et qui nous pousse à trouver des solutions que nous pourrions mettre en œuvre car les chiffres sont quand même assez alarmants.

**Est-ce que c'est quelque chose que vous ressentez dans les séjours de vacances et pour lequel vous avez une attention plus particulière ?**

Nous avons produit, il y a deux ans, un kit sur l'égalité fille-garçon qui nous a permis de nous ré-interroger sur notre manière d'accueillir les jeunes, et sur les pratiques internes de nos équipes.

Nous avons ainsi proposé aux équipes de travailler sur la répartition des rôles au sein de l'équipe, mais aussi sur le vocabulaire utilisé pour décrire leurs activités ou sur les personnages créés dans leurs imaginaires de jeu. Les filles étant souvent valorisées dans les activités délicates et artistiques et les garçons

plutôt dans les activités physiques, nous avons décidé de retravailler sur les activités de manière à proposer de la mixité réfléchie.

Prenons l'exemple du match de foot qu'on retrouve assez facilement dans les temps libres, on va commencer par rebaptiser cette activité pour l'appeler "Sport Coop". Cela enlève déjà un premier frein car les filles peuvent s'interdire d'elles-mêmes de participer au jeu en entendant le mot "foot" : moins sollicitées à jouer à la balle au pied, petites, elles ont souvent moins développé leurs habiletés motrices en la matière et peuvent se sentir moins à l'aise.

On cherche donc des solutions pour rééquilibrer les forces : par exemple, on met un ballon beaucoup plus gros ou on le remplace par un foulard, comme ça les garçons sont un peu déstabilisés, ça équilibre les forces. Nous avons également développé un jeu pour débattre des questions de mixité et d'égalité avec les jeunes directement.

C'est là, justement, que se situe le lien avec la santé mentale. Je me rappelle, par exemple, d'une carte d'un jeu info intox sur les troubles de l'alimentation. La question posée était : "Oui ou non, les filles sont-elles plus touchées par les troubles de l'alimentation que les garçons ?"

Oui, c'est le cas vraiment et c'est l'occasion d'expliquer aux jeunes que les filles sont quand même ramenées souvent à leur apparence physique. On va dire à un petit garçon "Tu es fort, tu cours vite", par contre on va plutôt dire à une petite fille "Comme Tu es belle avec ta nouvelle robe".

Les enfants intègrent cela au fur et à mesure de la construction identitaire : "on me dit que je suis belle, c'est ce qui me donne de la valeur." A l'adolescence, au moment où le corps change et où le regard des autres devient primordial, les filles peuvent chercher à maîtriser encore plus leur apparence physique. Comme l'apparence physique et l'alimentation sont très liées, l'alimentation devient pour certaines un enjeu majeur pouvant mener à un contrôle excessif ou à une perte de contrôle, et c'est ce qui peut peut-être en partie expliquer que les filles sont plus touchées par les Troubles du Comportement Alimentaire que les garçons.

[Cliquez ici pour retourner au sommaire](#)

# L'ATTENTION À LA SANTÉ MENTALE DES ADOLESCENTS CHEZ LES SCOUTS ET GUIDES DE FRANCE

ENTRETIEN AVEC ANNE-CLAIRE BELLAY, SCOUTS ET GUIDES DE FRANCE

PAR DOMINIQUE BÉNARD

*Anne-Claire Belley est déléguée générale des Scouts et Guides de France. Après des études d'économie et de gestion, elle s'est orientée vers le secteur associatif. Elle a commencé à travailler dans le domaine éducatif, notamment sur la thématique de la prévention et de la gestion de conflits. De 2010 à 2014, elle a été une première fois salariée chez les Scouts et Guides de France comme responsable nationale de la branche des 11-14 ans (Scouts et Guides). Après plusieurs emplois, dans le privé notamment, comme directrice d'une entreprise d'insertion puis directrice de la logistique dans une PME, en 2021, elle a été rappelée chez les Scouts et Guides de France pour prendre la responsabilité de déléguée générale.*

**Bonjour Anne-Claire, merci d'avoir accepté cette interview. Comment les Scouts et Guides de France se sont-ils intéressés, avec l'UCPA, à la santé mentale des adolescents en partenariat ?**

Comme les autres organisations de jeunesse, nous sommes vite devenus conscients des problèmes de santé mentale qui existent chez les jeunes. La période du Covid a fait vraiment exploser le sujet.

Mais il faut d'abord bien définir de quoi on parle. Certains peuvent se tromper ou du moins faire l'amalgame entre santé mentale, santé psychique, maladie mentale. Ce n'est pas exactement la même chose. Quand on parle de santé mentale, on parle d'un état de bien-être qui permet à chacun, les jeunes comme les adultes, de réaliser tout son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès, d'avancer dans la vie, d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté, de prendre des initiatives dans son quotidien, dans son travail, dans sa famille, etc.

Par conséquent, quand on dit que les jeunes ont des difficultés de santé mentale, on parle de jeunes qui n'arrivent plus à faire face à leur quotidien. Cela se manifeste par des symptômes divers comme le mal-être tout simplement, la dépression, mais aussi les scarifications, les tentatives de suicide. On a bien senti qu'après le Covid ces manifestations de mal-être ont explosé. Toutes les études l'ont montré.

Avec l'UCPA, une organisation qui est aussi en lien avec les jeunes, nous avons décidé d'organiser ce colloque. Nous avons mis plus



Anne-Claire Bellay



Scouts et Guides de France. Photo Elise Roure

d'un an à le préparer, en identifiant des experts capables de nous expliquer ce qu'est vraiment la santé mentale, avec l'objectif de partager des solutions et des outils, applicables aussi bien chez les Scouts et Guides de France qu'à l'UCPA de manière à pouvoir nous enrichir mutuellement.

**Comment le scoutisme peut-il offrir aux jeunes un cadre sécurisant et bienveillant pour les aider à conserver ou rétablir leur bien-être et leur santé mentale ?**

Beaucoup d'études montrent que la vie au plein air, le fait d'être exposé à la nature, aide à avoir une bonne santé mentale. Le Scoutisme prône la vie dans la nature, avec la nature, par la nature.

Tout d'abord, la reconnection avec la nature est indispensable à un bon équilibre psychique. Et

puis, il y a les autres éléments de la méthode scout : participer à la vie collective, vivre en équipe, construire, planifier et réaliser des projets communs, prendre des initiatives et des rôles dans les activités, participer à un débat sur un sujet de société, prendre la parole au cours d'un conseil, prendre conscience que son avis compte et que l'on occupe une place reconnue dans le groupe. Tout cela est essentiel pour aider chaque jeune à développer une meilleure estime de soi et une plus grande confiance en soi. On pourrait dire qu'on enfonce une porte ouverte et que tout cela va de soi. Malheureusement, ce n'est pas le cas dans la société actuelle. Ces opportunités, que nous offrons aux jeunes, contribuent énormément à construire leur état de bien-être et à le consolider. Cela joue énormément sur leur santé mentale.

Un autre point qui me paraît important, voire primordial, c'est la relation avec l'adulte bénévole, qui est en situation d'éducateur ou d'éducatrice. Cette personne est là gratuitement pour le jeune. Elle n'est pas rétribuée pour jouer ce rôle. Cette notion de relation gratuite entre jeunes et adultes est extrêmement importante dans le regard que les jeunes portent sur les adultes. Chacun des jeunes prend conscience du fait que l'adulte est là non pas parce qu'il est rétribué mais pour lui ou elle en tant que personne. C'est quelque chose d'assez fondamental quand on est jeune, de pouvoir se dire : "j'ai de la valeur pour quelqu'un". Les activités et les relations entre pairs - faire équipe, décider ensemble, gérer ses désaccords - sont également très importantes mais cette relation gratuite entre jeunes et adultes joue énormément dans la construction de l'estime de soi, et du bien-être personnel.

**Ce que tu dis est très intéressant parce que les études internationales montrent que les jeunes Français, en comparaison des autres pays européens, sont ceux qui ont le moins d'estime de soi. Et d'autre part, il est également intéressant de constater que les enseignants français, si on les compare aux autres enseignants européens, sont ceux qui ont le moins d'estime d'eux-mêmes et d'assurance vis-à-vis de leurs compétences. Comment expliquer cela à ton avis ?**

Oui, c'est interpellant. En fait, à la différence d'autres cultures, je pense qu'en France, on vit et on éduque dans une perspective où on ne fait jamais assez bien et où il faut toujours prendre en compte ses faiblesses pour

s'améliorer. Cette manière de penser joue énormément sur l'estime de soi. Si on a une bonne santé mentale, cela permet d'aller toujours plus loin en visant la perfection et de réaliser des projets d'envergure et de grande qualité. Mais pour ça, il faut avoir déjà une personnalité très solide. Les jeunes qui manquent d'appui dans leur environnement et qui doutent un peu d'eux-mêmes peuvent sombrer dans le découragement, voire la dépression. D'autres cultures, au contraire, sont attentives à mettre en valeur les réussites, même minimales, pour que les jeunes se sentent encouragés et développent une solide confiance dans leurs capacités.

**Baden-Powell disait : "ne vous attachez pas aux défauts, attachez-vous aux qualités, développez-les et vous étoufferez les défauts". C'est l'approche de la psychologie positive qui n'est pas tellement pratiquée dans l'école française où les élèves sont évalués plus à partir de leurs faiblesses et des fautes qu'ils commettent qu'à partir de leurs efforts et de leurs réussites. Mais dans le même temps, les hommes politiques, les parents, les médias n'arrêtent pas de critiquer l'école et les enseignants en notant toutes leurs erreurs et leurs échecs sans jamais parler de leurs réussites. Beaucoup d'étrangers sont frappés par le maintien d'une espèce de pessimisme ambiant dans la société française.**

Je suis complètement d'accord. On voit bien que la question de la notation à l'école peut avoir un impact extrêmement négatif pour les élèves. Le système de notation met l'accent sur ce qui va mal. A chaque erreur, on enlève un point. Cette approche est beaucoup plus prégnante en France que dans d'autres pays. La tendance du système à appuyer là où ça fait mal existe dès l'enfance, dès le primaire.

Ma fille est en sixième, donc je sais de quoi je parle. Hier soir, je suis rentrée à la maison très tard, vers 21h-22h, et j'ai trouvé ma fille en pleurs parce qu'elle avait 9,75 de moyenne en éducation physique et sportive. Sur l'ensemble des matières, elle a 17 de moyenne, mais là, avec cette note en EPS, elle se sentait vraiment très mal. J'ai tenté de la consoler, je lui ai dit que ce n'était pas si grave et elle m'a répondu : "Mais maman, j'ai envie de garder toutes les portes ouvertes pour choisir mon métier plus tard !". Et elle n'a que 11 ans !

On fait peser une pression très forte sur la réussite scolaire qui angoisse les jeunes. Dans le secondaire, le système d'orientation vers les études supérieures - Parcours Sup - n'est pas



géré humainement puisqu'il impose une attente de plusieurs mois pendant laquelle le seul interlocuteur est une application numérique. C'est absolument déprimant et angoissant. Cela m'inquiète d'autant plus que dernièrement j'ai lu qu'Elisabeth Borne, la ministre de l'Éducation Nationale, affirmait qu'il faudrait commencer à s'occuper de l'orientation des élèves "presque dès la maternelle !"

Si les parents n'ont pas un réseau de relation et un niveau d'information suffisant pour conseiller et rassurer leurs enfants sur ces sujets, le résultat risque d'être catastrophique pour des jeunes livrés à eux-mêmes.

**J'aimerais te poser une autre question, le docteur Godeau, une des intervenantes au colloque que vous avez organisé, nous signale dans son interview que la puberté avec les changements corporels qu'elle entraîne, l'apparition des règles et des pulsions sexuelles, joue un rôle certain dans le fait que les filles connaissent plus que les garçons des problèmes de santé mentale à l'adolescence, qui s'expriment, notamment, par la fréquence des dépressions et des troubles de l'alimentation comme l'anorexie mentale. Chez les Scouts et Guides de France, comment aidez-vous les adolescentes à surmonter ces problèmes ?**

La question de la relation au corps et de la sexualité est une question que nous avons toujours abordée et plus encore, après la fusion entre les Scouts de France et les Guides de France survenue en 2004. Il fallait alors définir



Photo Basrien Boisjot



Service de surveillance contre les incendies de forêt

un projet de coéducation et prendre en compte le sujet de la relation entre filles et garçons.

Ces dix dernières années, nous avons abordé le sujet de plusieurs manières et, notamment, par la publication d'articles réguliers et la production d'outils pédagogiques. Nous avons publié récemment une tribune sur l'éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle<sup>1</sup>, en expliquant que c'était important qu'on puisse la développer dans des associations comme les nôtres, mais aussi à l'école.

Cette année, notre revue annuelle portait sur la place des filles. On y aborde la question du leadership féminin mais aussi la question du corps, la question de l'identité. Nous avons aussi publié un outil qui s'appelle *Non mais Genre*<sup>2</sup>, et qui d'ailleurs a été réactualisé cette année. Il aborde toutes les questions relatives à l'identité de genre et permet d'entrer en dialogue à ce sujet aussi bien avec les jeunes qu'avec les adultes et les parents.

Il ne s'agit pas de s'adresser séparément aux filles. Pour que les filles se sentent bien, il faut aussi que les garçons se sentent bien et qu'il existe, entre filles et garçons, un lien

sécurisant, afin qu'ils et elles puissent vivre ensemble. Ce vivre-ensemble est l'objectif principal.

### Comment se présente cet outil "Non mais genre" ?

C'est un outil que j'ai créé avec d'autres il y a dix ans, quand j'étais responsable de la branche 11-14 ans. Nous l'avons mis à jour pour reprendre davantage les questions d'identité de genre parce qu'on en parlait moins il y a 10 ans.

"Non mais genre" se présente comme un jeu avec des cartes différentes selon les âges parce qu'on ne peut pas aborder toutes les questions à tous les âges ni de la même façon. Sur les cartes, il y a des affirmations qui sont parfois provocatrices et qui permettent d'ouvrir un échange, un espace de dialogue sans tabou. Et par ailleurs, un carnet pour les éducateurs, permet de donner aux adultes des éléments de réponse avec la ligne de l'association sur les différents thèmes.



<sup>1</sup>L'éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle (EVARS) est une éducation à une citoyenneté complète promouvant des relations affectives saines, l'impératif de consentement, la reconnaissance des orientations sexuelles et des minorités de genre et la lutte contre les inégalités. Elle est en particulier un moyen de prévenir et combattre les violences et l'exploitation sexuelles des mineures et des mineurs (Convention de Lanzarote, 2007).

<sup>2</sup>Voir la page Ressources du site Web des Scouts et Guides de France : <https://chefscaadres.sgdf.fr/ressources/#/>

"Non mais genre" a eu un succès conséquent à l'international, il a été traduit en différentes langues et d'autres associations de scoutisme et de guidisme l'utilisent. Nous avons aussi un autre outil qui s'appelle "Total Respect" et qui traite de la bientraitance. En plus des outils nous abordons toutes ces questions dans la formation des responsables.

### On voit tous les jours, dans les médias, des exemples de cas de harcèlement ou de maltraitance, en particulier des cas d'agressions sexuelles de la part de certaines personnes en responsabilité d'animateur. Quelles sont les dispositions que vous avez prises à cet égard ?

Le Conseil d'administration vient de valider une politique "À l'abri de la maltraitance" et l'assemblée générale a adopté l'année dernière une résolution intitulée "Ensemble à tes côtés", traitant des questions de la bientraitance et de santé mentale dans nos groupes locaux et dans nos territoires.

L'objectif est de développer plus d'outils pédagogiques sur la question et de nous organiser solidement, dans tout le réseau de l'association, pour accueillir la parole des jeunes, aider à la prise de décision dans des situations que l'on qualifie de "complexes", etc.

Depuis plus de dix ans maintenant, nous nous sommes vraiment organisés pour répondre à ces situations. Une situation complexe peut survenir entre jeunes (cas de harcèlement), entre adultes et jeunes (maltraitance), ou même entre adultes. Nous avons mis en place tout un panel de personnes, salariées et bénévoles, qui sont experts de ces questions-là et qui les traitent. Nous avons des procédures écrites, que nous améliorons sans cesse, pour aider les responsables à prendre les bonnes décisions sur le plan humain et juridique.

Nous sommes aussi en train de créer un comité éthique en lien avec le Conseil d'administration pour les sujets qui dépassent les questions juridiques, mais exigent une réponse répondant à des critères éthiques.

### Avez-vous mis en place un réseau de personnes de ressources, qui peuvent être contactés en cas d'urgence ?

Oui, tout à fait. Nous appelons cela le "réseau santé". Ce système comporte une adresse mail "bientraitance" avec une salariée spécialement affectée à ce poste pour répondre aux demandes.

Il y a aussi une ligne téléphonique d'urgence pendant l'été au moment des camps, ouverte

sur une durée de 10 semaines, avec deux ou trois salariés disponibles 24 heures sur 24 pour répondre à tout appel. Ils sont appuyés par un réseau d'experts, médecins et psychologues, qui les aide à apporter des réponses correctes aux questions qu'ils reçoivent.

Tout cela est très lourd, c'est une vraie question pour nous parce que le nombre d'appels explose. Dans 80 % des cas, la maltraitance se révèle pendant les camps, elle n'est pas forcément liée à des problèmes internes à l'association. C'est aussi pendant les camps qu'on découvre que des enfants sont soumis à des mauvais traitements à la maison, qu'ils sont victimes d'attouchements, de harcèlements, de viols. Le séjour en camp est un moment où la parole des jeunes se révèle et où nous devons l'accueillir.

Il y a aussi des cas de harcèlement, des situations de violence entre jeunes, que nous devons gérer. Nous échangeons sur tout cela au sein de la Fédération du Scoutisme français. Nous avons créé une commission "A l'abri de la maltraitance" pour partager nos différentes manières de traiter ce problème et nous aider mutuellement. Enfin nous sommes à la recherche d'un plus grand nombre d'experts pour renforcer notre réseau, en particulier dans le domaine juridique.

**Il semble que les Scouts et Guides de France ont pris une position un peu en pointe, dans les milieux catholiques, sur les questions de genre, de maltraitance, et de santé mentale des jeunes. Certains vous accusent même de wokisme...**

Oui, il y a eu une grosse polémique il y a deux ans à l'occasion de la publication du calendrier des Scouts et Guides de France, une publication que les Scouts et les Guides vendent autour d'eux pour contribuer au financement de l'association.

La revue Valeurs Actuelles avait réagi à certains passages du calendrier en nous accusant de gauchisme et de wokisme<sup>1</sup>. Bien sûr, il y a des gens au sein des Scouts et Guides de France qui aimeraient que notre position, notamment sur les questions de genre, aille encore plus loin. Mais notre position ne varie pas au gré des avis des uns ou des autres. Ce qui nous guide c'est l'épanouissement du jeune.

<sup>1</sup>Wokisme : Apparu en français en 2015, le mot wokisme désigne de manière péjorative un courant de pensée d'origine américaine, qui lutte pour une certaine conception de la justice sociale, à travers la défense de diverses causes et dénonce, parfois de manière intransigente, les injustices et discriminations subies par les minorités (ethniques, sexuelles, etc.).



Notre démarche est participative, nous ne répondons pas à la place des jeunes, nous voulons favoriser l'émancipation des jeunes par les jeunes. C'est notre façon de penser et nous la partageons avec d'autres organisations catholiques, notamment les Apprentis d'Auteuil. Par exemple sur les questions de transgenre<sup>1</sup> nous n'allons pas dire à une ado :

*"Si tu es une fille, tu es une fille et tu ne te poses pas de questions",*

mais plutôt : *"Si tu te sens mal et si tu penses que tu es un garçon, la question c'est : comment vas-tu travailler sur toi-même pour être bien avec toi-même".*

Notre responsabilité c'est d'offrir un cadre sécurisant aux jeunes en lien avec la famille, les chefs et cheftaines, le groupe des jeunes.

Nous faisons de l'éducation, nous ne cherchons pas à endoctriner. Il nous arrive d'échanger sur ces questions avec les Scouts Unitaires de France ou les Scouts et Guides d'Europe<sup>2</sup> et ils nous disent *"Mais ces questions-là ne se posent pas chez nous !"*. Et je les crois ; en effet, ces questions ne peuvent pas "sortir" chez eux. Le

jeune qui les porte, ne les exprime pas, il reste seul avec son mal-être.

Donc, on peut nous accuser de wokisme, peu importe ! Quand un jeune vit des difficultés (ça peut être des questions de genre mais ça peut-être aussi le fait de se sentir mal parce qu'on a l'impression d'être trop petit ou trop gros) la première chose que nous souhaitons faire c'est de le sécuriser, là où il est, pour qu'il puisse vivre avec les autres ce qu'il a envie de vivre et trouver petit à petit les réponses à ses propres questions.

**Cliquez ici pour retourner au sommaire**

<sup>1</sup>Pour la plupart des personnes, il n'existe que deux genres préétablis : l'homme et la femme, dont la constitution et le comportement sont particulièrement liés au sexe biologique. Or, les personnes transgenres sont celles qui ne s'identifient pas avec le genre qu'on leur a assigné à la naissance. <https://www.psychologue.net/articles/que-signifie-etre-transgenre>

<sup>2</sup>Les Scouts Unitaires de France et les Scouts et Guides d'Europe sont deux associations catholiques de scoutisme plus traditionnelles, qui ne font pas partie de la Fédération du Scoutisme Français et ne sont pas reconnues par les instances internationales du Scoutisme et du Guidisme, l'Organisation Mondiale du Mouvement Scout et l'Association Mondiale des Guides et Eclaireuses



# MINISTÈRE DES SPORTS, DE LA JEUNESSE ET DE LA VIE ASSOCIATIVE

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



## LA SANTÉ MENTALE, GRANDE CAUSE NATIONALE 2025

**ENTRETIEN AVEC M. THIBAUT DE SAINT-POL, DIRECTEUR DE LA JEUNESSE ET DE LA VIE ASSOCIATIVE, DÉLÉGUÉ INTERMINISTÉRIEL DE LA JEUNESSE, MINISTÈRE DES SPORTS, DE LA JEUNESSE ET DE LA VIE ASSOCIATIVE**

**PAR ROLAND DAVAL**



**Thibault de Saint-Pol**

**Bonjour Monsieur de Saint-Pol, merci d'avoir accepté cet entretien. Pouvez-vous vous présenter à nos lecteurs ?**

Je suis sociologue de formation. J'ai dirigé pendant cinq ans l'Institut National de la Jeunesse et de l'Éducation Populaire (INJEP). Nous y avons mené de nombreux travaux qui, au-delà des analyses scientifiques et statistiques, s'appuyaient sur les réalités du terrain. L'objectif était d'évaluer ces expériences, de les valoriser et de les faire connaître. C'est par exemple ce que nous avons développé au travers du Fonds d'Expérimentation pour la Jeunesse, avec la conviction que les acteurs associatifs et les professionnels de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport détiennent un savoir précieux, très complémentaire des études menées par les sociologues.

Par la suite, j'ai été directeur de cabinet de la Secrétaire d'État chargée de la Jeunesse et de la Vie associative. Ce parcours m'a conduit à exercer aujourd'hui les fonctions de Directeur de la Jeunesse, de

l'Éducation Populaire et de la Vie Associative (DJEPVA) ainsi que de Délégué Interministériel à la Jeunesse, au sein du Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie Associative.

**Quelles sont les missions de la DJEPVA ?**

Notre mission est d'accompagner les jeunes dans leur diversité vers l'émancipation et l'engagement, avec une priorité forte : soutenir l'égalité des chances. Cette ambition s'inscrit dans les pratiques de l'éducation populaire et repose sur un travail collectif avec les associations.

La DJEPVA fonctionne sur un modèle de co-construction : nos politiques publiques sont fortement partenariales avec les associations et les collectivités.

Notre administration a aussi une vocation interministérielle.

La Délégation Interministérielle à la Jeunesse, auparavant rattachée au Premier Ministre, est aujourd'hui pleinement efficace au sein de notre

ministère car mieux articulée à nos actions.

Nous coordonnons les politiques jeunesse entre ministères : santé, logement, insertion, éducation supérieure, etc. Ce travail de mise en cohérence est essentiel. Un exemple concret : en 2024, nous avons réuni un comité inter-services composé de vingt directions d'administrations centrales pour travailler ensemble sur l'engagement des jeunes. Nous partageons études, données et dispositifs, avec des objectifs concrets à court et moyen termes. Nous sommes convaincus que ces politiques permettent aux jeunes d'acquérir des compétences essentielles. Les jeunes s'engagent de plus en plus, notamment depuis le COVID, mais prennent moins de responsabilités. Et les plus défavorisés restent souvent en marge. Autant de défis auxquels nous devons répondre ensemble. A ce titre, l'éducation populaire joue un rôle fondamental en dehors de l'école, en apportant aussi aux jeunes des compétences utiles à leur parcours.

**En termes de santé mentale, quels sont les principaux constats faits par votre ministère ?**

Les données dont nous disposons sont préoccupantes. Le rapport OCDE 2022 montre que 49 % des jeunes ont des besoins non satisfaits en santé mentale, contre 23 % des adultes.

Les signes de détresse sont nombreux : décrochage scolaire, addictions, violences... L'éco-anxiété et d'autres sources de stress s'ajoutent à cette réalité complexe.

Les syndromes anxieux et dépressifs ont fortement augmenté depuis le COVID. Le confinement a entraîné une perte de liens sociaux préjudiciable au bien-être. Mais cette tendance était déjà présente.

Notre baromètre annuel DJEPVA réalisé chaque année par l'INJEP avec le Crédoc montre un regain d'optimisme chez les jeunes, mais les troubles mentaux graves restent nombreux. Le sujet est encore tabou dans notre société. Il est souvent



perçu comme honteux, ce qui empêche la prise en charge.

Ceci me fait d'ailleurs penser au témoignage récent d'une jeune femme. En effet, la semaine passée, nous étions avec le Premier Ministre et la Ministre Marie BARSACQ<sup>1</sup> chez l'association Nightline - un service d'écoute téléphonique tenu par des étudiants. Cette jeune femme, très engagée dans le sport et qui voulait devenir une sportive de haut niveau, a eu des blessures et a donc vu son rêve s'effacer. Avec ce rêve qui s'efface, elle entre alors dans une spirale de dépression, de dévalorisation d'elle-même dont elle n'ose pas parler à ses parents et se referme sur elle-même. C'est grâce à l'écoute des bénévoles de l'association qu'elle a pris conscience de son besoin d'accompagnement et qu'elle a pu amorcer une reconstruction. Cela témoigne de la nécessité d'un accompagnement adapté, bienveillant et accessible.

C'est un long chemin pour les jeunes dans un contexte culturel qui donne moins de visibilité aux pathologies mentales et qui les rend honteuses et c'est donc une vraie difficulté pour traiter de ce sujet avec les jeunes et les accompagner.

<sup>1</sup> Ministre des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative.



Maison des adolescents à Strasbourg

D'où le choix de faire en 2025, de la santé mentale la grande cause nationale concernant toute la population mais en particulier les jeunes. Tout au long de l'année, il s'agit de mobiliser l'ensemble de la société, les administrations, les associations, la société civile dans sa globalité autour d'un plan d'action visant à changer le regard porté sur la santé mentale.

### Quelles sont les principales priorités du plan d'action en direction de la jeunesse ?

Trois priorités ont été retenues :

1. **Prévention et repérage** sont à mettre en œuvre le plus tôt possible et c'est absolument crucial. Les premiers signes du mal-être apparaissent souvent à l'adolescence et au début de l'âge adulte, inscrivant les jeunes hommes et les jeunes femmes dans des parcours de dépression, de disqualification sociale, dans des spirales dangereuses et mauvaises pour eux.
2. **La lutte contre la stigmatisation**, le fait de changer le regard sur la santé mentale sont aussi des priorités. Les jeunes sont particulièrement sensibles au regard d'autrui et c'est particulièrement important dans une

période où l'on se construit. L'influence des réseaux sociaux sur l'image de soi comparée à celle des autres est une réalité supplémentaire à gérer.

3. **Agir sur les déterminants sociaux** est la 3ème priorité. L'âge de la jeunesse, c'est bien entendu l'âge où se construisent les parcours pour l'avenir et où se créent les inégalités sociales. L'isolement, les difficultés d'orientation, d'insertion professionnelle, la situation financière sont autant de facteurs qui peuvent avoir un impact sur la santé mentale.

Pour agir, il est indispensable d'associer les familles, le milieu éducatif, le milieu associatif et plus largement tout ce qui est l'environnement des jeunes. Ces sont les réseaux de soutien pour un jeune qui serait en souffrance.

### Quels sont les principaux axes du plan d'action en direction de la jeunesse ?

Dans le cadre du plan d'action en construction dans une approche interministérielle, trois axes sont privilégiés.

#### **Le premier axe, c'est d'aborder le sujet de manière positive avec le développement des compétences psychosociales.**

Les compétences psychosociales englobent des habiletés relationnelles, émotionnelles et cognitives : gestion du stress, communication bienveillante, empathie, confiance en soi. Elles doivent être intégrées à tous les temps éducatifs, de l'école aux activités extrascolaires.

À la DJEPVA, nous pensons qu'agir sur ces compétences est fondamental. L'éducation populaire, les vacances, le scoutisme, l'engagement sont autant de leviers efficaces. Depuis août 2022, une stratégie nationale encadre cette action dans les écoles, l'enseignement supérieur, les centres de vacances, etc.

Cela suppose aussi de former les professionnels et bénévoles, et de faire reconnaître ces compétences comme essentielles, au même titre que la lecture ou les mathématiques.

Nous travaillons en étroite collaboration avec l'Éducation nationale : les référentiels évoluent, les compétences psychosociales sont désormais prises en compte. Il faut aussi que les recruteurs sachent les valoriser.

Des formations sont proposées dans les diplômes Jeunesse et Sports (ex. : BPJEPS<sup>1</sup>) et aux agents des services déconcentrés pour leur permettre de mieux reconnaître, mieux soutenir, mieux financer des projets locaux consacrés aux compétences psychosociales. Les associations d'éducation populaire, les structures de scoutisme et les dispositifs comme le service civique sont pleinement mobilisés.

Des campagnes de sensibilisation accompagnent cette dynamique : guides, fiches pratiques, outils pédagogiques qui ont été créés par la DJEPVA.

**Le deuxième axe, c'est l'information du grand public et la lutte contre la stigmatisation.**

Nous nous appuyons sur le réseau Information Jeunesse (plus de 1 000 structures labellisées par l'État) pour orienter les jeunes de façon anonyme et gratuite. Ce réseau, non stigmatisant, informe sur l'orientation, l'emploi, le logement, la santé, etc. Ce réseau est particulièrement intéressant parce qu'il est généraliste, qu'il accueille les jeunes de manière anonyme et n'est donc pas stigmatisant mais aussi parce que son accès est gratuit. Avec les Points Accueil Ecoute Jeunes (PAEJ), ce peut être l'occasion lors d'une rencontre avec un jeune d'aborder les questions de santé mentale et, si besoin, pouvoir organiser une prise en charge rapide en cas de souffrances psychiques en le mettant en relation avec un spécialiste qui va pouvoir l'accompagner.

En Ile de France, le Centre de Ressources et d'Information Jeunesse<sup>2</sup> (CRIJ) dispose d'un site qui est visité par plusieurs millions de jeunes. Le site propose des ressources concrètes : comment gérer le stress, comment faire face au harcèlement, comment lutter contre la phobie scolaire, ..., qui sont très consultées par les jeunes. Elles sont très consultées parce qu'elles sont rédigées dans un langage pour les jeunes et donc plus facilement appropriables.

Sur les questions d'addiction, sujet très en lien avec la santé mentale, nous disposons d'un site spécifique «*Non aux addictions,*



Info-truck CRIJ du Loiret

*oui à ma santé*<sup>1</sup>, site spécialement conçu pour les jeunes afin de leur permettre de s'informer sur les risques liés aux addictions.

**Le troisième axe concerne le renforcement des Maisons Des Adolescents (MDA).**

Il existe actuellement 125 MDA. Le Premier ministre souhaite tripler ce chiffre en trois ans pour couvrir plus largement les besoins territoriaux.

Ces maisons offrent un accueil, une écoute, une orientation et un accompagnement pluridisciplinaire (médecins, psychologues, travailleurs sociaux, juristes), en lien avec les PAEJ, les CMP et les acteurs de terrain.

Leur nom n'est pas stigmatisant, ce qui facilite leur accès.

**Un enjeu : comment mieux articuler le travail entre tous les acteurs ?**

Mobiliser les associations de jeunesse, plus largement les acteurs associatifs et de l'éducation populaire qui agissent dans les temps péri et extrascolaires est essentiel. En effet, pour un enfant qui participe régulièrement aux activités mises en œuvre, c'est plus de temps passé que devant un enseignant, c'est 30% du temps de l'enfant.

Ce sont des temps de vie moins cadrés et dans lesquels, par la pédagogie active mise en œuvre et avec plus de proximité, les jeunes sont confrontés à

un autre positionnement de ceux qui les accompagnent et, c'est notre conviction, ont un impact sur la santé mentale en développant la confiance en soi des jeunes et leur autonomie.

Les exemples sont nombreux et le colloque organisé par l'UCPA et les Scouts et Guides de France est une occasion de partager les bonnes pratiques pour accompagner les jeunes, de contribuer à améliorer la formation des animateurs qui se sentent parfois démunis face à des problèmes d'addiction par exemple qui se sont accrus.

La formation des encadrants, la co-construction de modules de formation sur les compétences psychosociales avec les partenaires associatifs, l'intégration des questions de santé mentale dans l'animation sont autant de sujets pour lesquels on se mobilise.

Il est crucial que l'action de l'Éducation nationale soit bien coordonnée avec le périscolaire et les familles, comme on le fait à travers les cités éducatives et territoires éducatifs. La santé mentale se joue aussi au sein du cercle familial. Les parents doivent pouvoir être écoutés et soutenus, notamment pour accompagner un enfant en difficultés psychiques.

<sup>1</sup> Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport.

<sup>2</sup> <https://www.cidj.com/>

<sup>1</sup> <https://www.santeaddictions.fr/>



### **Quels sont les moyens mobilisés ?**

S'agissant des moyens et des financements mobilisés, c'est aussi un des axes importants dans le cadre de la Grande Cause Nationale 2025 en essayant de les coordonner et de les mettre en place de manière efficace pour avoir des effets de levier.

Des appels à projets spécifiques seront lancés mais nous avons déjà mis en relief dans tous les appels à projets destinés aux associations de jeunesse et d'éducation populaire la thématique de la santé mentale et nous souhaitons lui donner toute sa place dans les conventions pluriannuelles de financement.

Des financements sont aussi mobilisés pour la prise en charge des formations des professionnels et des bénévoles.

Ce doit être aussi l'occasion de pousser à des partenariats institutionnels entre nos services déconcentrés et des acteurs locaux pour avancer sur ces questions de santé mentale des jeunes.

### **Quels sont les principaux résultats attendus de cette année consacrée à la santé mentale des jeunes ?**

De manière synthétique, en termes de résultats attendus de cette année

consacrée à la santé mentale, on veut avancer sur quatre objectifs.

**Le premier objectif est l'amélioration de l'accessibilité aux soins.** On veut essayer de réduire drastiquement le taux de non recours aux soins psychiques chez les jeunes, de faire en sorte que des réflexes soient créés en cas de besoin, que les jeunes disposent de dispositifs de proximité et qu'ils les connaissent. On veut faciliter l'orientation grâce à un maillage plus dense des structures telles que les Maisons Des Adolescents et une meilleure information via le réseau information jeunesse.

**Le second objectif est de renforcer la prévention et la résilience.** Il faut donc développer les compétences psychosociales dès le plus jeune âge pour limiter les comportements à risques et le décrochage scolaire. Il faut créer un environnement bienveillant et sécurisant dans les écoles, les centres de vacances et de loisirs, les associations, ce qui renvoie aux questions de formation des professionnels et des bénévoles pour permettre de libérer la parole et d'encourager la confiance en soi.

**Le troisième objectif est de changer le regard sur la santé mentale des jeunes et de faire reculer la stigmatisation.** Il faut sensibiliser l'ensemble de la communauté éducative, du secteur associatif ; faire que la santé mentale soit un sujet dont on s'empare ; valoriser les initiatives citoyennes et associatives qui existent sur le terrain ; partager les bonnes pratiques.

**Le quatrième objectif est d'inscrire la démarche dans la durée.** Il faut s'assurer que la santé mentale reste une priorité transversale, interministérielle dans toutes nos politiques publiques de jeunesse au-delà de l'année de la Grande cause. Cela demande de garantir un suivi et une évaluation de ce qui va être mis en place. Les statisticiens et chercheurs seront mobilisés pour mieux étudier, mieux mesurer la santé mentale des jeunes et permettre d'ajuster en continu les actions mises en œuvre pour avancer concrètement sur ces questions de santé mentale.

[Cliquez ici pour retourner au sommaire](#)

## ÉTUDIER À UN ÂGE DE RÉBELLION

MARIA HELENA ALMEIDA CARVALHO

MATHEUS BATALHA MOREIRA NERY

### L'APPRENTISSAGE ET LES DILEMMES SOCIO- ÉMOTIONNELS

L'idée que l'école peut-être un havre à l'abri des problèmes et des émotions de la vie est une illusion.

Dans le film «*Le cercle des poètes disparus*» (1989), l'intrigue commence par l'arrivée d'un nouveau professeur, qui encourage ses élèves à se libérer des oppressions de la vie. L'un des personnages, Neil Perry, découvre sa passion pour les arts. Cependant, pour poursuivre sa vocation, il doit se confronter aux attentes de sa propre famille qui lui interdisent tout choix personnel. Dans son école, il ne trouve pas d'occasion de dialogue pour en parler, à l'exception des cours inspirants du professeur John Keating, mentor des élèves qui forment la société des poètes disparus. Neil Perry ne parvient plus à accepter le poids insupportable de sa propre famille et met fin à ses jours..

Dans un autre film «*Le destin de Will Hunting*» (1997), un jeune homme pauvre du sud de Boston, né dans une famille dysfonctionnelle et violente, a pour hobby l'étude des mathématiques avancées. Il se fait embaucher comme concierge et nettoie chaque jour les couloirs du MIT, l'une des universités les plus prestigieuses du monde. Sur des tableaux affichés dans les couloirs, qu'il nettoie tous les jours, les professeurs ont affiché des équations

mathématiques. Will ne tarde pas à les résoudre. Lorsqu'il est découvert, il est déjà en prison, pour avoir été impliqué dans une bagarre de rue.

Le professeur du MIT conclut un accord avec le juge pour que Will soit libéré, à condition qu'il suive une thérapie. Commence alors un long voyage psychologique qui donnera un nouveau sens à la vie de Will Hunting.

Ces deux films aident à réfléchir aux relations entre les états émotionnels, leur développement et les apprentissages qui y sont associés.

De l'autre côté de la planète, dans le monde français, trois auteurs se distinguent pour avoir essayé de mieux comprendre les frontières entre les obstacles à l'apprentissage et les dilemmes socio-émotionnels

Bernard Charlot, professeur à l'université Paris 8, chercheur invité à l'Université fédérale du Sergipe, s'est engagé dans des recherches en lien avec le rapport au savoir, le rapport à l'école et le sens que les élèves des milieux populaires attribuent aux études et à l'école qu'ils fréquentent. L'élément principal de la théorie de Charlot (2000) est précisément le sens que les élèves des classes populaires attribuent aux études et à l'école qu'ils fréquentent. Nous, êtres humains, donnons de l'importance à ce que nous voulons apprendre et à travers la



## CES ŒUVRES AIDENT À RÉFLÉCHIR AUX RELATIONS ENTRE LES ÉTATS ÉMOTIONNELS ET LES APPRENTISSAGES

relation que nous établissons avec ce savoir.

D'un point de vue psychologique, l'idée qu'il est nécessaire d'établir un rapport au savoir pour progresser dans l'apprentissage s'inspire également de la théorie de Vygotsky (1978), puisque le désir d'apprendre, aussi profond soit-il, est ancré dans un contexte social et historique mondial, formé des millénaires avant la naissance des étudiants contemporains. La critique ici est que, bien que nous, en tant qu'éducateurs, voulions rendre saine la relation que nos étudiants entretiennent avec le savoir, souvent, malgré ce que nous pensons, nos étudiants sont beaucoup plus émotionnellement intéressés par la reconstruction du monde souvent brisé dans lequel ils vivent.

Alain Coulon est un sociologue français, professeur à l'Université Paris 8 Vincennes Saint-Denis en sciences de l'éducation. Il a travaillé sur la transition entre l'école secondaire et l'université. Les étudiants quittent un monde où les choses sont organisées pour eux, comme les horaires de cours, le matériel, le processus d'enseignement-apprentissage et la récréation, puisque les enseignants agissent en tant qu'organiseurs du travail pédagogique. Ils entrent dans l'enseignement supérieur, où règne l'autonomie, et cette transition ne se fait pas sans heurts : les étudiants sont souvent incapables de déchiffrer les règles implicites qui régissent ce monde, tout en étant soumis à une pression psychologique pour lire une avalanche de livres et développer une pensée critique à travers l'écriture et le débat d'idées.

Le point central de cette théorie sociologique est que ceux qui ne forment pas d'affiliation institutionnelle, c'est-à-dire qui n'apprennent pas certaines des règles cachées du monde universitaire, abandonnent souvent leurs études. Il s'agit d'un processus vécu émotionnellement, au-delà des rationalités imposées par le modèle académique.

C'est précisément sur les blessures émotionnelles que se concentre Boris Cyrulnik. Survivant de l'Holocauste, il a travaillé pendant des années avec des enfants qui avaient également survécu aux atrocités nazies, les aidant à surmonter

les traumatismes découlant de cette terrible expérience.

Le concept central de son travail est précisément la résilience, que l'on peut définir, en termes simples, comme une capacité à s'adapter aux multiples adversités auxquelles nous sommes confrontés tout au long de notre parcours de vie. Il ne s'agit pas d'une caractéristique innée, car elle est le produit de notre réalité sociale. La résilience est, fondamentalement, une compétence sociale. L'humour joue un rôle central à cet égard, car il permet de cultiver et d'attacher d'autres significations à nos tristes expériences. Les étiquettes négatives, telles que les brimades et autres formes d'agression, sont, pour des raisons évidentes, extrêmement préjudiciables à la résilience. Enfin, la résilience exige des enfants et des adolescents qu'ils aient un objet ou un but significatif dans la vie.

Les recherches sur l'apprentissage se concentrent souvent sur la mise en place de meilleures méthodologies d'enseignement en négligeant les multiples traumatismes scolaires provoqués par un monde divisé et fracturé. Il est nécessaire de reconnaître que la remise en question de la réalité dans laquelle on vit fait partie du parcours émotionnel de l'adolescence. Il s'agit ici d'aider les élèves à passer de leurs traumatismes à un nouveau sens assumé de leur propre être. Les étiqueter comme des rebelles ou les faire entrer dans une certaine règle de conformité produit l'effet inverse, alors qu'au fond, nous avons besoin d'élargir les possibilités de compréhension et de faire de l'école un espace où le dialogue et le débat sur les émotions sont possibles.

## LES IMPACTS DE LA RÉALITÉ SOCIALE SUR L'APPRENTISSAGE

Imaginons maintenant une petite ville nichée au milieu du nord-est brésilien. Son climat est chaud et, en fait, marcher dans la rue à midi, pendant la majeure partie de l'année, est presque un acte de foi. Baptisée Itabaiana, elle ne compte aucun bâtiment de plus de quatre étages. Le commerce est florissant. Les boulangeries et le marché sont parmi les meilleurs de Sergipe, le plus petit État du Brésil. Quiconque vient visiter cette ville

remarque immédiatement la chaîne de montagnes qui entoure ses quartiers et imagine facilement que cette ville était un important comptoir commercial pendant les années coloniales, où à des kilomètres à l'est, il y avait de nombreuses exploitations de canne à sucre, responsables alors d'une part importante de la production nationale, et à l'ouest, au loin, du coton a été planté pendant de nombreuses décennies.

Les écoles de cette petite ville ne disposent pas de beaucoup d'infrastructures. Ainsi, la chaleur se transmet facilement à ses salles de classe, occupées en grande partie par des enfants et des adolescents qui vivent dans de petits villages autour de cette ville. Lors de la pandémie de Covid-19, les cours ont été suspendus. Les élèves, qui avaient accès à la télévision, regardaient chaque fois qu'ils le pouvaient des programmes éducatifs destinés à leur apprendre un peu de tout ce que l'école offre. À la reprise des cours, alors que l'on pensait que les besoins des élèves seraient d'ordre académique, les enseignants ont ressenti une anxiété et une dépression accrues chez leurs élèves.

Les défis découlant de ce scénario sont nombreux. Dans l'État de Sergipe, entre 2020 et 2022, des recherches menées avec le soutien du Secrétariat d'État à l'éducation et à la culture de Sergipe ont montré que les demandes psychologiques lors du retour en classe après la pandémie comprennent, outre les difficultés d'apprentissage, des cas de violence, d'idées suicidaires et de violation des droits (ALVES et al., 2022 ; SOUZA et al., 2022). Ainsi, dans cette étude de cas, nous avons cherché à comprendre comment les enseignants d'une école publique construisent leurs pratiques éducatives en classe après la pandémie, ainsi que la relation entre ces pratiques et leurs perceptions du développement socio-émotionnel des élèves. La formation en psychologie du développement joue ici un rôle prépondérant, car elle permet aux enseignants de mieux percevoir les différentes nuances qui composent la réalité sociale brésilienne, ses impacts sur l'apprentissage socio-émotionnel, ainsi que les besoins qu'ils présentent dans le processus d'enseignement et d'apprentissage.

En résumé, la recherche pour cette étude de cas a été développée en deux parties,



*Itabaiana, Sergipe. Brésil*

avec une approche qualitative et longitudinale, ce qui a permis de réaliser des activités de groupe.

Des entretiens semi-structurés avec des professeurs pour mieux comprendre leurs perspectives sur le développement socio-émotionnel et les multiples problèmes psychologiques qui affectent les écoles. Un groupe de 10 enseignants du primaire, dont 7 ont participé jusqu'au bout, a été constitué.

Ce groupe a vécu deux moments. Dans un premier temps, les ateliers d'éducation artistique ont été développés en suivant les trois étapes structurées par Sommer (2014) pour par la méthodologie des Pré-Textes, une méthodologie d'enseignement centrée sur l'éducation artistique, qui fonctionne sur la base de trois piliers fondamentaux:

1. les chercheurs choisissent un texte exigeant et stimulant ;
2. les participants l'utilisent comme base pour créer du matériel d'éducation artistique dans des ateliers de groupe ;
3. tout le monde réfléchit ensemble sur le processus.

Pre-Textes s'appuie essentiellement sur des chercheurs brésiliens, notamment Freire (1974) et Boal (1988 ; 2009). Contrairement

**CEUX QUI NE FORMENT PAS  
D’AFFILIATION  
INSTITUTIONNELLE, C’EST-À-  
DIRE QUI N’APPRENNENT PAS  
CERTAINES RÈGLES CACHÉES  
DU MONDE UNIVERSITAIRE,  
ABANDONNENT SOUVENT  
LEURS ÉTUDES**



*Université de, Sergipe. Brésil*

à l'approche conventionnelle de l'enseignement et de la recherche, courante dans de nombreux pays, l'invitation à «jouer» avec un texte complexe et à apprécier une variété de reconstructions du sens s'est avérée efficace pour analyser les multiples éléments qui composent la vie quotidienne à l'école.

En tant qu'action profondément liée à la réflexion pédagogique, cette méthodologie est configurée comme un véhicule important pour analyser les pratiques pédagogiques et pour débattre de la perception qu'ont les enseignants du développement socio-émotionnel des élèves.

Deux passages de textes complexes ont été choisis pour être travaillés dans les ateliers, à savoir : le roman «Charrue Tordue», écrit par le romancier brésilien Itamar Vieira (2019), et la nouvelle «La Troisième Rive du Fleuve», écrite par l'écrivain brésilien de renommée mondiale Guimarães Rosa (1994). Ces textes ont été utilisés comme inducteurs afin que les enseignants puissent présenter au groupe les exigences émotionnelles des élèves qu'ils ont vécues à l'école.

Trois réunions de 90 minutes chacune ont été organisées. Ensuite, des entretiens individuels ont été menés avec les enseignants. Une série de trois questions directrices a été présentée au cours de l'entretien :

1. Comment votre pratique d'enseignement a-t-elle changé depuis la pandémie de COVID-19, et quels sont les défis à relever dans votre enseignement en cette période post-pandémique ?
2. Comment les connaissances en psychologie, en particulier celles relatives au développement humain acquises lors de votre formation initiale, vous aident-elles dans votre pratique d'enseignement ?
3. Comment se portent vos élèves dans ce moment post-pandémique et quels sont leurs principaux besoins au cours de la journée scolaire ?

Les entretiens ont suivi une logique permettant une comparaison contextualisée, c'est-à-dire une analyse qui englobe également les caractéristiques culturelles, historiques et subjectives partagées par les participants.

Deux séries de résultats se sont imposées d'emblée au cours des ateliers. La première a montré que la lecture, qu'il s'agisse de sujets psychologiques ou d'autres domaines de connaissance, tels que la littérature ou l'éducation, ne fait pas partie de la vie quotidienne des enseignants, des professionnels qui sont souvent débordés par les exigences de l'école et d'autres activités professionnelles.

Cela met également en évidence l'épuisement des enseignants qui, pour survivre, doivent avoir deux ou trois emplois, un phénomène connu dans la littérature scientifique sous le nom de travail au noir. Il va sans dire que le fait de ne pas lire empêche pratiquement les enseignants d'acquérir des connaissances théoriques et de nouveaux outils et stratégies pédagogiques pour faire face aux phénomènes auxquels ils sont confrontés dans les écoles brésiliennes.

D'autre part, paradoxalement, les ateliers ont également montré qu'il existe un fort désir de lecture de psychologie et de nouvelles méthodologies d'enseignement et d'apprentissage. Cependant, ces connaissances échappent à la réalité professionnelle des enseignants, car le réseau de l'État éducatif n'offre aucune incitation au développement continu de ces compétences.

Les entretiens individuels semi-structurés nous ont montré que ce problème est encore plus profond. Trois catégories analytiques se sont révélées extrêmement pertinentes. Dans la première, les enseignants ont souligné les changements nécessaires dans les pratiques d'enseignement dans le monde post-pandémique. Il était nécessaire de réadapter le champ éducatif de l'école pour faire face aux difficultés d'apprentissage constantes des élèves qui n'ont pas eu cours pendant près de deux ans.

Le sentiment qu'ils ont décrit est que, même s'ils étaient motivés pour faire le travail maintenant, ils avaient fait l'expérience d'une sorte de progression académique sans connaissance. Toutefois, cela ne fait qu'effleurer le problème. Lorsqu'on les interroge sur les défis psychologiques, les enseignants relient la psychologie à ce qu'ils ont appris au cours de leur expérience de vie, et non aux concepts et théories qu'ils ont appris dans le cadre de leurs programmes de formation d'enseignants de premier cycle. Il existe un fossé évident entre ce qu'ils ont appris, de manière superficielle, dans leurs programmes de licence, et la réalité à laquelle ils sont confrontés lorsqu'ils travaillent chaque jour dans les écoles.



*Matheus Batalha et ses étudiants*

Enfin, paradoxalement, ils ont également mis en évidence des épisodes constants d'anxiété et de dépression chez leurs élèves. Selon eux, il s'agit là du principal défi actuel en matière d'enseignement et d'apprentissage.

Bien qu'ils soient capables d'identifier ces épisodes comme étant le résultat de conflits psychologiques profonds, les stratégies pour traiter ces questions sont en dehors de la routine quotidienne de l'école, puisque l'inclusion de psychologues dans les écoles de Sergipe n'a commencé qu'après la pandémie, en raison d'une loi qui n'est pas encore devenue une réalité dans l'ensemble du Brésil. Les psychologues de l'État de Sergipe travaillent cependant dans des bâtiments administratifs, loin des écoles, et apportent leur aide quand et comme ils le peuvent. Ils ne soutiennent pas suffisamment les enseignants.

## CONCLUSIONS

De multiples traumatismes affectent les écoles et, dans de nombreuses régions du monde, ils se sont intensifiés avec la pandémie de Covid-19. Le cinéma et bien d'autres sources littéraires nous ont

**LES ENSEIGNANTS RELIENT LA PSYCHOLOGIE À CE QU'ILS ONT APPRIS AU COURS DE LEUR EXPÉRIENCE DE VIE, ET NON AUX CONCEPTS ET THÉORIES QU'ILS ONT ACQUIS DANS LE CADRE DE LEUR FORMATION.**



Maria Helena Almeida Carvalho



Matheus Batalha Moreira Nery

montré à maintes reprises à quel point le passage de l'adolescence à l'âge adulte peut être difficile. Cependant, les écoles restent apparemment inconscientes des possibilités qu'offre la psychologie. Dans l'étude de cas présentée dans cet article, qui porte sur l'expérience brésilienne à Itabaiana, on s'attend à ce que les débats et le dialogue sur les questions relatives à la santé mentale des élèves soient élargis. Les écoles doivent créer une atmosphère permettant de débattre des émotions en toute sécurité en donnant aux adolescents la possibilité de s'exprimer et de recevoir un soutien adéquat chaque fois qu'ils en ont besoin.

À cette fin, il est également nécessaire d'élargir les possibilités de formation professionnelle des enseignants, afin qu'ils puissent recevoir une formation adéquate en psychologie. Au Brésil, il s'agit encore d'un scénario lointain, car les gestionnaires publics brésiliens ne s'intéressent guère à cette question. Mais ce mouvement est d'une importance considérable tant pour les enseignants qui travaillent déjà dans les écoles que pour les enseignants en formation initiale. Il est donc nécessaire de débattre des éléments fondamentaux qui constituent la psychologie en tant que science humaine pertinente pour l'enseignement et l'apprentissage.

Nous tenons à remercier la Fondation pour le soutien à la recherche et à l'innovation technologique de l'État de Sergipe (Fapitec/SE) et la revue française *Approches Coopératives* pour leur soutien.

## RÉFÉRENCES

- Le film de 1989 «Le cercle des poètes disparus», réalisé par Peter Weir.
- Le film de 1997 « Le destin de Will Hunting », réalisé par Gus Van Sant ;
- Bernard Charlot, *Du rapport au savoir*. 2000.
- Alain Coulon, *Le métier d'étudiant : l'entrée dans la vie universitaire* ». 2008.
- Boris Cyrulnik, *La résilience*. 2009.
- Lev Vygotsky, *L'esprit dans la société : Le développement des processus psychologiques supérieurs*. 1978
- ALVES, E. ; ALVES, T. O. ; BRITO, R. S. ; LIMA, P. A. L. ; SOUZA, E. C. M. ; NERY, M. B. M. ; SOMMER, D., *Pre-texts : uma estratégia educacional para o*

*enfrentamento da covid-19 no contexto da saúde pública*. 2022.

- SOUZA, E. C. M. ; CORREIA, E. S. ; NERY, M. B. M. ; CHARLOT, V. A. C. S. *Psychologie scolaire : un carrefour brésilien*. 2022

## LES AUTEURS

- **Maria Helena Almeida Carvalho** est étudiante en licence au département de langue portugaise de l'Université fédérale de Sergipe (UFS). En 2024, elle a fait des recherches sur le scénario éducatif du Brésil profond, en se concentrant sur les aspects socio-émotionnels de la vie quotidienne dans les écoles. Elle est passionnée de cinéma et a l'intention d'étudier la littérature et l'audiovisuel dans sa carrière académique. Courriel : [helenaalmeida@academico.ufs.br](mailto:helenaalmeida@academico.ufs.br); Instagram : [@helena\\_valmont](https://www.instagram.com/helena_valmont)
- **Matheus Batalha Moreira Nery** est professeur à l'Université fédérale de Sergipe (UFS). Il est titulaire d'un doctorat en psychologie de l'Université fédérale de Bahia (2010), a étudié le droit international à l'Académie de droit international de La Haye (2013), basé au Palais de la Paix (ONU), et a été chercheur invité au département RLL de l'Université de Harvard (2020). Ses recherches portent sur la psychologie, la littérature et l'enseignement supérieur. Ces dernières années, il a participé à plusieurs programmes internationaux, notamment Erasmus, Mundus et 100 000 Strong in the Americas, et a reçu un fonds de la Maison Blanche pour l'innovation dans l'éducation internationale (États-Unis), en plus de diriger les efforts qui ont abouti à la création de l'Institut Tiradentes à l'Université du Massachusetts, Boston. Courriel : [matheusbatalha@academico.ufs.br](mailto:matheusbatalha@academico.ufs.br); Instagram : [@matheusbatalha](https://www.instagram.com/matheusbatalha)

[Cliquez ici pour retourner au sommaire](#)

**EN GUISE DE  
CONCLUSION**

## **L'ARCHIPEL DES ADOLESCENCES**

**PAR MICHEL SEYRAT**

Même si le mot, venu du latin, est attesté depuis plusieurs siècles, l'adolescence est une idée neuve au XX<sup>e</sup> siècle. Ce numéro d'Approches Coopératives le développe en réfléchissant sur la santé mentale à cet âge. Cette période entre l'enfant et l'adulte s'allonge, le temps consacré à la formation s'accroît, le concept mondial de protection des Droits de l'Enfant va jusqu'à 18 ans, et même à cet âge, interrompre les mesures de protection peut être parfois néfaste.

Progressivement les adolescences ont créé des cultures et instauré un « monde à part », séparé du « monde des adultes » en attendant de le rejoindre tant bien que mal.

### **PÉNINSULE, PRESQU'ÎLE OU ARCHIPEL**

Pour filer la métaphore, on pourrait dire que l'enfance et l'adolescence furent longtemps une péninsule largement accostée au monde adulte. La frontière était franchie par des rites de passage reconnus. Au cours du XX<sup>e</sup> siècle, la culture populaire a identifié le « monde des jeunes » représenté dans des livres, des films, des comportements, un langage, etc.

La péninsule s'est alors transformée, vers la fin du siècle, en presqu'île reliée au monde adulte par un isthme de plus en plus étroit, mais permettant toujours les échanges et transferts avec le continent adulte. Au XXI<sup>e</sup> siècle, on dirait que la presqu'île se sépare du continent, provoquant, pour reprendre le terme de Jérôme Fourquet, une archipélisation des adolescences, processus par lequel des communautés, partageant un lien commun, gagnent en autonomie.

### **CHARMES ET ÉCUEILS DES ARCHIPELS**

Au temps de la presqu'île, le continent des adultes contribuait à satisfaire le double besoin des solitude et de société des adolescent-e-s. L'habitat prévoyait leur chambre, la société multipliait les lieux de vie et de rencontre animés plus ou moins discrètement par des adultes pour organiser, convoquer, assurer : mouvements de jeunesse religieux ou politiques, scoutisme, colos, patros, maisons des jeunes, clubs sportifs et divers, etc. Grosso modo le continent adulte tentait de prévoir progressivement les besoins : écoles, facs, cités universitaires, etc.



*Michel Seyrat*



Aujourd'hui en quelques clics de portables les groupes se retrouvent à cinq ou à cinq mille sans plus d'organisation que « venez » ! En quelques instants un rodéo sauvage se lance en périphérie aussi vite que s'organise une marche blanche pour soutenir un camarade. Et comme les lieux officiels se raréfient ou se gentrifient, des îlots de rencontre imprévus s'installent. Et comme le continent adulte peine à suivre l'extension du temps de la jeunesse, les ados et jeunes adultes se débrouillent pour gagner un peu d'argent, pour se loger, se nourrir, se distraire, voyager... Il faut bien s'organiser entre soi, se soutenir, se sentir en relative sécurité dans son îlot ou sur son île ! Au risque de la précarité, voire de l'épuisement. Les formes de regroupements par îlots multiplient les diversités, mais aussi les échanges, les îles restent en archipel solidaire.

## **NAVETTES, PASSERELLES ET PONTS**

Nul ne sait si cela est bien ou mal, bon ou mauvais, un peu des deux ou ni l'un ni l'autre, mais ce tissu nouveau du monde des jeunes a ses forces et ses faiblesses, inévitablement. Comme toujours ! En revanche le continent adulte peine à relier l'archipel à ses rives.

Soit les viaducs sont interminables, Parcoursup en est un exemple parfait. Soit les passerelles sont ténues : éducateurs peu nombreux, tiers lieux rares, moyens chiches. Soit les navettes sont en panne parce que l'évolution en arriériste des sociétés de ce

quart de siècle ramène la vieille idée que toute bonne éducation est un dressage et de préférence à la dure, ce qui est peu adéquat aux vrais besoins des ados. Ainsi voit-on ces temps-ci, qu'on condamne les pervers fautifs, mais pas le système de pensée soi-disant éducative qui a permis ces perversions et brisé des vies dans divers lieux éducatifs.

## **DÉRIVE DES CONTINENTS**

Pour compenser cette archipelisation et éviter que ces mondes se séparent, il est nécessaire que le continent adulte joue son rôle de mentor auprès des arrivants. Pour cela, nos sociétés ont un impérieux besoin de nouveaux explorateurs reliant inlassablement les îles et la terre ferme. Les JO, les matches grands ou petits, les clubs innombrables montrent que le sport joue souvent ce rôle fédérateur. Mais les lieux d'écoute respectueux et encourageants sont encore rares, sous employés et peu entendus. Les échanges intergénérationnels sont peu soutenus, pourtant des lieux nouveaux de partage pourraient se multiplier sans grands frais autour de jardins partagés, d'ateliers technologiques ou artistiques, et même le mélange des générations n'est pas très abondant dans l'immense tissu associatif...

Par ailleurs, des attitudes intolérantes, peu compréhensives, peu respectueuses de ce que vivent les jeunes concrètement font encore trop souvent obstacle aux échanges formateurs. Certains projets peuvent même inverser finalement l'ordre des choses, comme quand on demande à l'armée de former des citoyens, alors que ce serait aux citoyens de se former en armée si nécessaire !

Les malaises juvéniles d'une génération rendront-ils l'avenir malaisé ? Pas forcément, mais autant l'éviter en menant des politiques qui trouvent un équilibre entre les besoins des différentes générations, soutiennent les initiatives qui vont dans ce sens et accueillent la vitalité des jeunes.

[Cliquez ici pour retourner au sommaire](#)



## SUR LE SITE WEB DE L'APAC

<https://www.approchescooperatives.org/>

Vous pouvez :

- Consulter à l'écran et télécharger gratuitement toutes nos publications en format numérique : la revue périodique trimestrielle « Approches Coopératives », les numéros hors-série, les outils de formation (présentations audio-visuelles).
- Commander en format papier les numéros de la revue qui vous intéressent particulièrement contre la somme de 10 euros plus le port.
- Souscrire un abonnement de soutien (60 euros port compris) à la revue « Approches Coopératives » en format papier pour la recevoir à domicile quatre fois par an..
- Adhérer à l'APAC et participer à l'orientation, la production et l'évaluation de nos publications.
- Faire un don pour nous permettre de poursuivre l'aventure d'Approches Coopératives au bénéfice du plus grand nombre.



### **TOUTES LES PUBLICATIONS DE L'APAC SONT SOUS LICENCE CREATIVE COMMONS**

Sous réserve de la mention d'Approches Coopératives, l'APAC autorise l'utilisation de l'œuvre originale en dehors de toute exploitation commerciale.

