

Communiqué de presse  
Saint-Maurice, mardi 9 avril 2024

## Santé mentale et bien-être des adolescents : publication d'une enquête menée auprès de collégiens et lycéens en France hexagonale

L'adolescence est une période durant laquelle les jeunes sont confrontés à de nombreux changements, pressions et défis, susceptibles de les rendre plus vulnérables sur le plan de la santé mentale. C'est à cette période que peuvent apparaître les premières manifestations de l'anxiété, de la dépression ou des conduites suicidaires.

Santé publique France publie aujourd'hui les résultats sur la santé mentale de l'enquête nationale en collèges et en lycées chez les adolescents sur la santé et les substances (EnCLASS), menée par l'École des hautes études en santé publique (EHESP) et l'Observatoire français des drogues et des tendances addictives (OFDT), en partenariat avec l'Education nationale. Les données, recueillies en 2022 auprès de 9 337 élèves du secondaire, montrent des résultats contrastés. Si la grande majorité des élèves interrogés expriment une satisfaction vis-à-vis de leur vie actuelle et se perçoivent en bonne santé, seule la moitié présentent un bon niveau de bien-être mental. On observe une part non négligeable de jeunes présentant un risque de dépression et déclarant un sentiment de solitude, des plaintes psychologiques et/ou somatiques ou des pensées suicidaires.

### 8 ados sur 10 ont le sentiment d'être en bonne santé

La grande majorité des élèves de collège et de lycée **se perçoivent en bonne santé** (86% des collégiens et 84% des lycéens). Un tiers des élèves interrogés se sont déclarés en excellente santé.

De même, une large majorité des jeunes scolarisés expriment **une perception positive vis-à-vis de leur vie actuelle**, avec une proportion plus importante chez les collégiens que chez les lycéens (respectivement 82% et 77%).

A noter que, quel que soit le niveau de scolarité, **les garçons sont plus nombreux que les filles à penser être en bonne santé et à être satisfait de leur vie actuelle**.

Cependant, ces résultats sont à nuancer car, selon l'indice de bien-être mental de l'OMS<sup>1</sup>, **seulement la moitié des élèves interrogés présentent un bon niveau de bien-être mental** (59% chez les collégiens et 51% chez les lycéens).

### Sentiment de solitude, plaintes psychologiques et/ou somatiques, risque de dépression, pensées suicidaires... la santé mentale des ados se dégrade au cours du secondaire

Environ **un quart des élèves interrogés ont éprouvé un sentiment de solitude** au cours des 12 derniers mois ; ce sentiment étant davantage présent chez les lycéens que chez les collégiens (27% vs 21%).

Plus de la moitié des jeunes interrogés (51% des collégiens et 58% des lycéens) présentent des **plaintes psychologiques ou somatiques récurrentes** (c'est-à-dire au moins 2 plaintes plus d'une fois par semaine durant les six derniers mois). Les plaintes les plus fréquemment rapportées sont la difficulté à s'endormir, la nervosité, l'irritabilité et le mal de dos.

<sup>1</sup> BECH, P. Clinical psychometrics. Oxford: Wiley Blackwell. 2012, 202 p.

De plus, 14% des collégiens et 15% des lycéens présentent **un risque important de dépression**<sup>2</sup>. Le fait de manquer d'énergie, de se sentir découragé et d'avoir du mal à réfléchir sont les trois principaux symptômes dépressifs déclarés par les adolescents.

Les comportements suicidaires ont également été mesurés, mais uniquement parmi les lycéens. Un quart d'entre eux (24%) a déclaré avoir eu **des pensées suicidaires** au cours des 12 derniers mois. Les filles sont nettement plus concernées que les garçons (31% vs 17%), et ce quelle que soit la classe. Environ un lycéen sur dix a déclaré avoir fait **une tentative de suicide** au cours de sa vie.

Pour conclure, l'étude montre que **les collégiens et les lycéens ont connu une nette dégradation de leur santé mentale entre 2018 et 2022**. Cette dégradation est plus marquée chez les jeunes filles et creuse l'écart garçons-filles déjà observé auparavant.

*« Les études convergent : la santé mentale des adolescents s'est dégradée, en France comme à l'international. Restons mobilisés pour le bien-être des jeunes ! Il est essentiel de poursuivre la mise en œuvre d'actions pour libérer la parole autour du mal-être, informer et orienter les jeunes vers les ressources et aides existantes. Nous rappelons également que chacun peut prendre soin de sa santé mentale en adoptant des comportements bénéfiques pour son bien-être, comme pratiquer une activité physique, prendre du temps pour des loisirs, dormir suffisamment, aider les autres... Promouvoir la santé mentale, prévenir l'apparition de troubles psychiques et lutter contre la stigmatisation sont des enjeux de santé publique sur lesquels nous nous engageons pleinement pour accompagner les adultes de demain. »*

**Dr Caroline Semaille, Directrice générale de Santé publique France**

### Un dispositif d'aide à distance dédié aux jeunes

Soutenu par Santé publique France et destiné aux jeunes de 12 à 25 ans, **le Fil Santé Jeunes** propose une ligne d'écoute (0 800 235 236) accessible 7 jours sur 7 de 9h à 23h (service et appel anonyme et gratuit). Les jeunes peuvent également consulter le **site internet** mettant à disposition de l'information, un forum, un tchat, des orientations vers des structures d'aide (lieux d'accueil et d'écoute, maisons des adolescents, structures associatives, professionnels et structures de soins). Ces services sont dispensés par des professionnels (psychologues, éducateurs, conseillers familiaux, médecins).

### Un outil d'aide à disposition de tous

Le **3114, numéro national de prévention du suicide**, est accessible 24h/24 et 7j/7. Cette ligne s'adresse aux personnes en détresse, mais aussi à leur entourage, aux professionnels et aux personnes endeuillées par suicide. Les appels, gratuits et confidentiels, sont pris en charge par des professionnels du soin, psychologues ou infirmiers, formés à la prévention du suicide. Ce dispositif comporte également un **site internet** qui met à disposition des ressources pour mieux comprendre la crise suicidaire et des conseils pour la surmonter.

### Pour consulter les résultats de l'enquête EnCLASS 2022 :

<https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/sante-mentale/depression-et-anxiete/documents/enquetes-etudes/la-sante-mentale-et-le-bien-etre-des-collegiens-et-lyceens-en-france-hexagonale-resultats-de-l-enquete-enclass-2022>

Pour accéder au site dédié de l'enquête EnCLASS : <http://www.enclass.fr/>

#### CONTACTS PRESSE

Santé publique France : [presse@santepubliquefrance.fr](mailto:presse@santepubliquefrance.fr)

Stéphanie Champion : 01 41 79 67 48 - Camille Le Hyaric : 01 41 79 68 64

<sup>2</sup> Le risque important de dépression est estimé à l'aide de l'échelle Adolescent Depression Rating Scale (ADRS ; REVAH-LEVY A. et al., 2007)