Quelles priorités pour améliorer la santé mentale des jeunes ?

PARTICIPATION CITOYENNE PUBLIÉE LE 17/04/2025

Saisine liée : LA SANTÉ MENTALE ET BIEN ÊTRE DES ENFANTS ET DES JEUNES : UN ENJEU DE SOCIÉTÉ

Formation de travail liée : COMMISSION AFFAIRES SOCIALES ET SANTÉ

Le Conseil économique, social et environnemental a mis en place un dispositif de participation citoyenne associant 20 jeunes à ses travaux sur le sujet de la santé mentale des jeunes.

« Il faut s'en remettre à ceux qui seront impactés par les politiques publiques. Il nous paraît important de conduire un travail sur la santé mentale des jeunes et de recueillir vos avis, vos points de vue, pour que l'on puisse formuler des propositions de qualité et adaptées », a insisté Thierry Beaudet, Président du CESE, en accueillant les 20 jeunes.

20 jeunes pour donner leur avis sur la santé mentale

Ce sont 20 jeunes âgés de 12 à 18 ans, venant de tous les types de territoires (urbain, péri-urbain, rural) qui se réuniront pour deux séquences de travail au Conseil économique social et environnemental. La première séquence s'est tenue les 14, 15, 16 et 17 avril 2025. La seconde se tiendra les 22 et 23 mai 2025.

L'objectif ? Identifier des facteurs qui peuvent influencer la santé mentale des jeunes et proposer des solutions.

Le CESE a noué un partenariat avec un collectif d'associations, la « Dynamique pour les droits de l'enfant », afin de constituer le panel de jeunes et d'assurer la co-animation du dispositif.



En savoir plus sur le dispositif de participation citoyenne

Qu'est-ce que la santé mentale ?

Pour construire une vision commune de la santé mentale, les jeunes ont réalisé différents ateliers. L'une des séquences a été animée par Psycom, un centre d'information qui informe, oriente et sensibilise sur la santé mentale. C'est autour de l'outil pédagogique du Cosmos Mental®, que les jeunes ont pu appréhender différentes notions de la santé mentale (ressources, obstacles…).

Quelques chiffres :
? 13 millions de personnes sont touchées par des troubles psychiques en France : 1 personne sur 5 sera confrontée à un trouble psychique au cours de sa vie.
?75 % des troubles psychiques se développent avant 25 ans.
Données de l'Organisation Mondiale de la Santé, 2024

Pour les jeunes, un constat s'est rapidement imposé : la bonne santé globale dépend de la santé mentale.



En savoir plus sur la santé mentale des jeunes

Les facteurs qui influencent la santé mentale des jeunes

Ces éléments ont fait l'objet de discussions lors de la première séquence de travail et peuvent évoluer d'ici la seconde séquence en mai 2025 où le rapport final des jeunes sera présenté.

Les jeunes ont identifié plusieurs facteurs qui peuvent influencer la santé mentale, ils en ont retenu trois prioritaires :

Le système scolaire ;

L'environnement personnel ;

Les discriminations et le jugement.



Sur le **système scolaire**, les jeunes ayant choisi cette thématique ont relevé que de nombreuses inégalités persistent et impactent leur santé mentale. Pour eux, l'école est le lieu où l'on apprend à vivre en société, elle joue donc un rôle fondamental. Le manque de soutien de la part des adultes et la question des formations des professeurs ont été abordés. Les rythmes et temps scolaires ont fait l'objet de nombreuses discussions (Quelle place pour les loisirs ? Comment concilier devoirs, sommeil et longs temps de trajet ?).

Sur la thématique **discrimination et jugement**, les jeunes ont mis en avant plusieurs chiffres : 1 jeune sur 3 est victime d'harcèlement scolaire. 24% des Français sont touchés par des discriminations. Pour eux, les discriminations et le jugement concernent tous les espaces de la vie et impactent la santé mentale.

Sur l'**environnement extérieur**, c'est la pression entre l'environnement que l'on ne choisi pas (famille, catégorie sociale) et celui que l'on choisit (amis, couple, orientation professionnelle) qui a été souligné par les jeunes.
Pour eux, les enfants et les jeunes sont énormément stressés par les attentes de leurs parents mais aussi par la pression du choix de l'insertion professionnelle. Cet environnement extérieur pèse sur la santé mentale.

Une seconde séquence de travail pour identifier des solutions

Les 22 et 23 mai, les 20 jeunes se réuniront à nouveau pour continuer leur travail et développer des pistes de solutions pour contribuer à l'amélioration de la santé mentale des jeunes.



Suivre les travaux du CESE sur la santé mentale des jeunes

Crédits photos : Katrin Baumann / CESE

© - copyright CESE - Octobre 2026