Comment agir pour améliorer la santé mentale des jeunes ?

SÉANCES PUBLIQUES PUBLIÉE LE 10/10/2025

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

Présentation du projet d'avis "Santé mentale et bien-être des enfants et des jeunes : un enjeu de société"

La santé mentale est la Grande cause nationale de l'année 2025, cette reconnaissance fait suite à la mobilisation de nombreux acteurs de la prévention, du soin et de l'accompagnement qui alertent depuis des années sur les coûts sociaux considérables et les conséquences d'une prise en charge insuffisante. Les plus jeunes ne sont pas épargnés comme en témoignent les indicateurs de santé mentale qui se dégradent. Le CESE propose un état des lieux de la situation et identifie les facteurs qui impactent la santé mentale des jeunes.

L'avis sur "la santé mentale des jeunes" a été adopté en séance publique le 14 octobre 2025 avec 111 voix pour et 2 abstentions.

Lire l'avis

Lire l'essentiel de l'avis (2 pages)

Une vision globale de la santé mentale

La santé mentale ne se résume pas à l'absence de maladie.

? **La santé mentale ?** Selon l'Organisation mondiale de la santé, elle constitue « un état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et d'apporter une contribution à la communauté ».

Elle résulte d'une **multitude de facteurs** : les conditions de vie familiale, l'environnement scolaire, la situation socio-économique, l'accès à la culture, au sport, à la nature et aux loisirs. Tous ces déterminants interagissent pour **favoriser ou fragiliser l'équilibre psychique** de chacun.

Une situation préoccupante chez les 5-25 ans

Les indicateurs de santé mentale se dégradent chez les enfants et les adolescents :

13 % des enfants de 6-11 ans présentent au moins un trouble probable de santé mentale

14 % des collégiens et 15 % des lycéens sont exposés à un risque de dépression

20,8 % des 18-24 ans étaient concernés par la dépression en 2021, contre 11,7 % en 2017

Au-delà des troubles avérés, **un pessimisme grandissant touche les jeunes**, alimenté par l'éco anxiété, la précarité croissante et un sentiment de solitude en augmentation.

L'enfance, l'adolescence et l'entrée dans la vie adulte représentent des périodes décisives où tout reste possible. C'est pourquoi la santé mentale des jeunes doit devenir une priorité qui mobilise l'ensemble des acteurs : État, collectivités territoriales, établissements scolaires, entreprises, associations sportives et culturelles.

Une démarche inédite : la parole donnée aux jeunes

Pour la première fois, **le CESE a associé 20 mineurs de 12 à 18 ans, tirés au sort**, à l'élaboration de cet avis. Ce dispositif novateur, mis en place en partenariat avec la Dynamique pour les droits des enfants (qui réunit notamment l'Unicef France, SOS Villages d'Enfants, ANAMAAF, APF France Handicap, ANACEJ), a permis aux jeunes participants de dresser leur propre diagnostic et de formuler leurs propositions lors de deux sessions de travail. Après une phase d'appropriation de quatre jours, une seconde session leur a permis d'identifier et d'approfondir leurs priorités.

Les jeunes du panel ont exprimé le manque de prise en compte de leur parole par les adultes. Leurs expériences, leurs besoins réels et leurs propositions concrètes sont trop souvent minimisés, déformés ou ignorés, ce qui contribue à accentuer leur mal-être. **Trois thématiques prioritaires ont émergé de leurs travaux et structurent l'avis du CESE** : l'impact de l'environnement personnel (entourage, conditions de vie), la protection contre les jugements et les discriminations, et la nécessité de transformer le système scolaire pour qu'il soit au service de leur santé mentale.

En lire plus sur le rapport du panel de jeunes

Comment améliorer la santé mentale des jeunes ?

Pour le CESE une approche systémique s'impose autour de deux priorités complémentaires :

1. Agir sur les déterminants de la santé mentale

Il s'agit d'intégrer le bien-être dans toutes les politiques publiques : réformer l'école pour en faire un lieu d'épanouissement et de confiance, améliorer les conditions de logement, garantir l'accès aux services publics, à la culture et au sport, et préserver la qualité de l'environnement.

2. Renforcer le repérage et l'accompagnement

La santé mentale des jeunes n'est pas figée. Une détérioration n'est pas irréversible. L'enjeu est d'apporter « la bonne réponse, au bon moment » : écoute, soutien psychologique, consultation ou prise en charge médicale si nécessaire. Le repérage précoce, le diagnostic et l'orientation coordonnée constituent les clés d'une intervention efficace.

Helno Eyriey (groupe des Organisations étudiantes et des mouvements de jeunesse), rapporteur du texte, a présenté les constats et préconisations du CESE.

Au programme de cette séance publique

Expressions libres de membres sur l'actualité ;

Introduction par Thierry Beaudet, président du CESE ;

Intervention de Danièle Jourdain-Menninger, présidente de la commission Affaires sociales et santé ;

Présentation du projet d'avis par Helno Eyriey, rapporteur ;

Présentation par le panel de jeune de leur travail ;

Temps d'échange avec les conseillères et les conseillers ;

Déclarations des groupes sur le projet d'avis ;

Vote.

L'avis sur "la santé mentale des jeunes" a été adopté en séance publique le 14 octobre 2025 avec 111 voix pour et 2 abstentions.

Lire l'avis

Lire l'essentiel de l'avis (2 pages)

© - copyright CESE - Novembre 2026