

« Transformer le Négatif en Positif »

Prévention du mal-être, de l'anxiété, et du suicide chez les jeunes

SYNTHESE & ANALYSE

Actions 2020-2021

L'expertise statistique de la saison 2020-21 se base sur l'analyse des questionnaires distribués aux élèves lors des interventions.

1137 questionnaires pour **1137** élèves rencontrés.

TRANSFORMER LE NEGATIF EN POSITIF

R e n c o n t r e M u s i c a l e

Prévention du mal-être chez les jeunes



www.transformerlenegatifenpositif.fr

Nous avons effectué **28 actions** sur l'exercice annuel. Ce score est très positif compte tenu des contraintes sanitaires dans lesquels nous devons tous et toutes évoluer avec nos partenaires les chefs d'établissements, les infirmières, les professeurs, et bien évidemment leurs élèves. Le confinement d'avril 2021 et les conséquences sanitaires et sociales qui en découlaient nous ont fait annuler 6 actions, qui auraient pu porter le nombre à 34. Ces actions seront faites sur l'année scolaire 2021-2022 et leurs résultats statistiques incorporeront la synthèse prochaine.

Il est à noter que ces actions devaient se dérouler également sur le territoire d'Occitanie-Est (ex-Languedoc-Roussillon) grâce à la volonté et au travail conjoint des équipes locales (IDCT, professeurs motivés, chez d'établissements) et de l'ARS.

Lors de toutes ces interventions, actions, les protocoles sanitaires ont à chaque fois été respectés, avec port du masque pour les intervenants et les élèves présents, gel hydro-alcoolique, et sans partage du microphone. Les contingents d'élèves sont un peu plus faibles que les années pré-Covid en raison du non-brassage des classes.

En préambule de cette analyse, nous attirons l'attention sur la Tribune rédigée par l'ensemble de la communauté pédopsychiatrique française, parue dans le journal « Le Monde » le 23 avril 2021. On peut y lire que :

« La majorité des problèmes de santé mentale débute avant l'âge de 14 ans. Ils sont d'autant plus susceptibles d'impacter l'avenir de l'enfant qu'ils ne sont pas détectés, ni traités, ce qui est actuellement le cas d'une large proportion d'entre eux, comme le souligne un récent rapport de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). »

(https://www.lemonde.fr/idees/article/2021/04/23/la-majorite-des-problemes-de-sante-mentale-debute-avant-l-age-de-14-ans_6077727_3232.html)

La détection de ces problèmes de santé mentale chez l'adolescent semble ne jamais être autant justifiée que cette année, à l'écoute des chiffres rapportés par Stéphanie Lafont-Rapnouil lors de la 25ème Journée Nationale de Prévention du Suicide en région Occitanie, psychiatre aux Urgences de Toulouse et membre du Réseau Vigilance :

« Un chiffre record aux Urgences de Toulouse entre les deux confinements de 2020, chez les 15-18 ans... »

(<https://youtu.be/CGJi3c3cRck>)

PSMP
Diffusion en live et en différé sur la page Facebook de PSMP

25^e JOURNÉE NATIONALE DE PRÉVENTION DU SUICIDE EN RÉGION OCCITANIE

Le jeudi 4 février de 14h00 à 16h30
Webinaire en direct depuis l'Hotel de région Occitanie

ÉCOUTER - FAIRE ENTENDRE - AGIR ENSEMBLE

SUICIDE:
L'AUTRE VAGUE À VENIR DU CORONAVIRUS ?

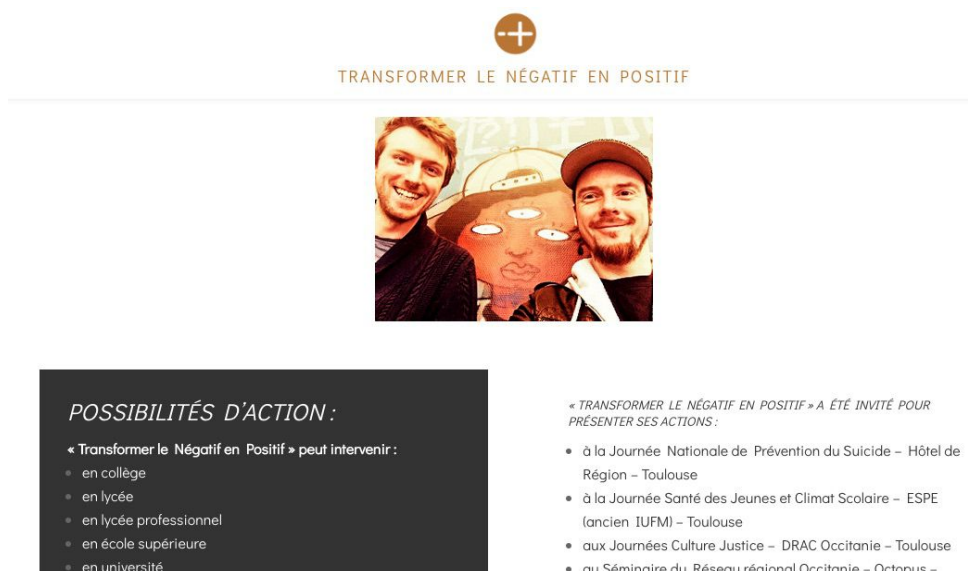
Lien de la réunion : <https://meet.starleaf.com/4769855360/app> - Depuis tout terminal StarLeaf : 4769855360 - En utilisant un autre appareil vidéo : 4769855360@laregion.call.st
Voir la diffusion en direct : <https://live.starleaf.com/OTMwNTQwODg6MDA2ODcy>
Mais aussi depuis la page Facebook de PSMP en direct ou en différé : www.facebook.com/preventionsuicide.mg/

Avec le soutien de :
Agence Régionale de Santé
Conseil régional Occitanie
Mairie de Toulouse

ars
Le réseau Occitanie
MAIRIE DE TOULOUSE

Des nouveautés pour l'action « Transformer le Négatif en Positif »

- Un nouveau site internet pour une meilleure communication ! Un seul leitmotiv, qui devient le seul référentiel : <http://www.transformerlenegatifenpositif.fr/>
On évite toute confusion entre le nom de l'action, de l'asso, du site, du groupe, etc.



- Une nouvelle adresse mail de contact, qui devient : contact@transformerlenegatifenpositif.fr
(les anciennes adresses fonctionnent toujours, toutefois, pour éviter les messages perdus!)
- Une nouvelle chaîne YouTube, toujours autour du simple nom de l'action.

Enfin, nous avons mis en place lors de l'exercice annuel un nouveau questionnaire. L'ARS nous a en effet demandé le 23 mars 2021 d'ajouter une question supplémentaire, à base d'émoticones, pour recueillir des données statistiques sur le ressenti des jeunes par rapport à la crise sanitaire liée au Covid. Le travail a été fait en collaboration avec l'IREPS en moins d'une semaine. Le 29 mars, nous avons pu tester ce nouveau questionnaire ci-dessous à l'action de Lauzerte. Ce questionnaire sera étendu à toutes les actions 2021-2022.

Tous les résultats et toutes les synthèses d'analyses ont été envoyés aux infirmières, avec qui nous travaillons en collaboration positive, afin qu'elles gèrent en tant que professionnelles de santé sur le terrain les particularités de leur territoire en terme de santé psychologique.

QUESTIONNAIRE / RENCONTRE

« Transformer le négatif en positif »

Tu viens d'assister à une intervention de prévention du mal-être chez les jeunes. Merci de prendre quelques minutes pour nous indiquer ton sentiment sur cette action et sur ta situation personnelle.

Tu recevras ensuite un flyer de présentation de quelques associations d'aide aux adolescents.

Sur une échelle de 1 à 5, dirais-tu que tu es à l'aise avec les autres, dans ton établissement ?

1 = pas du tout / 5 = tout à fait

| | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Sur une échelle de 1 à 5, dirais-tu que tu es à l'aise dans ton environnement familial ?

1 = pas du tout / 5 = tout à fait

| | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Sur une échelle de 1 à 5, indique s'il t'arrive des fois de te sentir mal dans ta vie. *1 = pas du tout / 2 = un peu / ... / 5 = profondément mal.*

| | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Dans ces périodes difficiles,

en parles-tu ... ?

À un(e) ami(e)

À ma famille

À personne

À un professionnel de santé

Connais-tu des associations d'aide / écoute ?

OUI

NON

Si mon vécu sur le contexte sanitaire (masques, distanciation sociale...) était une émotion / un sentiment, ce serait :



(frustré)



(content)



(stressé)



(en colère)



(inquiet)



(neutre)



(rassuré)

autre :

Ta vision de cette période Covid en un mot (ou 2...) : -----

Sur une échelle de 1 à 5, dis nous comment tu as trouvé l'intervention du groupe ?

1 = ennuyeux / 5 = passionnant

| | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

As-tu appris quelque chose lors de cette intervention, qui pourrait t'être utile. plus tard ?

Non

Oui, pour moi

Oui, pour aider quelqu'un de mon entourage

Oui, pour les deux

Ton âge :

HOMME

FEMME

Indique nous ce que tu penses pouvoir mettre en place, pour changer quelque chose en positif dans ta vie : -----

Observations personnelles sur cette action : -----

Listes des Etablissements 2020-2021

1137 élèves concernés

| Commune | Dpt | Type Etablissement | Nom Etablissement | Nbre Elèves | Age moyen |
|---------------------|-----|---------------------|--------------------|-------------|-----------|
| LACAPELLE-MARIVAL | 46 | Collège | Jean Monnet | 21 | 13,19 |
| ALBI | 81 | Collège | Honoré de Balzac | 48 | 14,23 |
| ALBI | 81 | Collège | Honoré de Balzac | 50 | 14,14 |
| ALBI | 81 | Collège | Honoré de Balzac | 45 | 14,18 |
| L'ISLE JOURDAIN | 32 | Collège | Françoise Héritier | 72 | 13,07 |
| L'ISLE JOURDAIN | 32 | Collège | Françoise Héritier | 50 | 13,34 |
| AUREILHAN | 65 | Lycée Professionnel | Sixte Vignon | 28 | 15,25 |
| AUREILHAN | 65 | Lycée Professionnel | Sixte Vignon | 28 | 15,29 |
| LAUZERTE | 82 | Collège | Pays de Serres | 56 | 13,38 |
| LAUZERTE | 82 | Collège | Pays de Serres | 53 | 12,32 |
| VALENCE D'AGEN | 81 | Lycée | Jean Baylet | 25 | 15,76 |
| VALENCE D'AGEN | 81 | Lycée | Jean Baylet | 35 | 15,43 |
| FERRIERES | 09 | Lycée Professionnel | Durroux | 19 | 14,37 |
| FERRIERES | 09 | Lycée Professionnel | Durroux | 20 | 16,2 |
| SAVERDUN | 09 | Lycée Professionnel | Philippe Tissié | 30 | 16,47 |
| SAVERDUN | 09 | Lycée Professionnel | Philippe Tissié | 26 | 16,46 |
| PAMIERS | 09 | Collège | Pierre Bayle | 49 | 13,12 |
| PAMIERS | 09 | Collège | Pierre Bayle | 45 | 13,82 |
| DECAZEVILLE | 12 | Collège | Paul Ramadier | 39 | 14,15 |
| DECAZEVILLE | 12 | Collège | Paul Ramadier | 45 | 14,29 |
| ASPET | 31 | Collège | Armand Latour | 17 | 15,06 |
| ASPET | 31 | Collège | Armand Latour | 24 | 14,63 |
| GRAMAT | 46 | Collège | La Garenne | 84 | 13,37 |
| BRETENOUX | 46 | Collège | Orlinda | 76 | 13,32 |
| SAINT-CÉRÉ | 46 | Collège | Jean Lurcat | 57 | 13,46 |
| LATRONQUIÈRE | 46 | Collège | La Chataîgneraie | 49 | 13,37 |
| LACAPELLE – MIRAVAL | 46 | Collège | Jean Monnet | 21 | 13,33 |
| MONTECH | 82 | Collège | Vercingétorix | 25 | 13,12 |

TRANSFORMER LE NÉGATIF EN POSITIF – STATISTIQUES 2020-2021

| | Total | Pourcentage |
|---|-------|-------------|
| Femmes | 525 | 46,17% |
| Hommes | 612 | 53,83% |
| Nombre d'élèves | 1137 | |
| Âge moyen | 13,94 | |
| Dirais-tu que tu es à l'aise avec les autres, dans ton établissement ? | | |
| pas du tout (1) | 24 | 2,11% |
| très peu (2) | 63 | 5,54% |
| moyennement (3) | 233 | 20,49% |
| plutôt (4) | 455 | 40,02% |
| tout à fait (5) | 362 | 31,84% |
| <i>moyenne sur 5</i> | 3,94 | |
| Dirais-tu que tu es à l'aise dans ton environnement familial ? | | |
| pas du tout (1) | 45 | 3,96% |
| très peu (2) | 58 | 5,10% |
| moyennement (3) | 148 | 13,02% |
| plutôt (4) | 261 | 22,96% |
| tout à fait (5) | 625 | 0,55% |
| <i>moyenne sur 5</i> | 4,20 | |
| T'arrive-t-il des fois de te sentir mal dans ta vie ? | | |
| non, as du tout (1) | 139 | 12,23% |
| oui, un peu mal (2) | 379 | 33,33% |
| oui, plutôt mal (3) | 302 | 26,56% |
| oui, très mal (4) | 219 | 19,26% |
| oui, profondément mal (4) | 98 | 8,62% |
| <i>moyenne sur 5</i> | 2,79 | |
| <i>Score moyen chez les femmes</i> | 3,02 | |
| <i>Score moyen chez les hommes</i> | 2,57 | |
| Dans ces périodes difficiles, en parles-tu ? | | |
| à un(e) ami(e) | 443 | 38,96% |
| à ma famille | 227,5 | 20,01% |
| à un professionnel (asso, médecin) | 29,5 | 2,59% |
| à personne | 437 | 38,43% |
| Connais-tu des associations d'écoute ? | | |
| oui | 352 | 30,96% |
| non | 785 | 69,04% |
| Comment as-tu trouvé l'intervention du groupe ? | | |
| ennuyeuse (1) | 28 | 2,46% |
| passable (2) | 40 | 3,52% |
| pas mal (3) | 151 | 13,28% |
| intéressante (4) | 461 | 40,55% |
| passionnante (5) | 457 | 40,19% |
| <i>moyenne sur 5</i> | 4,12 | |
| As-tu trouvé l'intervention instructive ? | | |
| non | 107 | 9,41% |
| oui, pour ma propre vie | 142 | 12,49% |
| oui, pour la vie de certain(e)s autour de moi | 281 | 24,71% |
| oui, pour les deux | 607 | 53,39% |

1. La crise sanitaire du Covid : un accélérateur des souffrances mentales

Michel Debout, Professeur de Médecine à Saint Étienne, membre de L'observatoire du Suicide, a étudié les effets de la crise sanitaire. Il explique qu'on sait depuis 1929 que chaque crise économique et sociale amène une augmentation pendant deux ans des morts par suicide (ex de 2008). Ce dernier avait alerté les pouvoirs publics dès mars 2020 sur ce problème. Les statistiques lui donnent raison car on constate une souffrance psychologique accru lors du déconfinement et du second confinement de novembre 2020.

« Le premier confinement génère, certes une ambiance mortifère avec le nombre de morts égrainés chaque soir à la télé, mais aussi un sentiment paradoxal de solidarité car l'ennemi était simple à identifier. C'est le virus, l'ennemi est extérieur. La possible souffrance psychologique est alors comme "partagée", donc potentiellement moins lourde. »



Une enquête IFOP réalisée entre mars et novembre 2020 va dans ce sens. À la question : « Est-ce que vous avez déjà pensé sérieusement à vous suicider ? ». 11% répondent oui pendant le confinement, alors qu'après le confinement, le score remonte à 18%, puis 20%. Un chiffre – qui concerne l'ensemble de la population, pas que les jeunes – toujours impressionnant.

(<https://fr.scribd.com/document/482992364/Enquete-Ifop-FJJ-Risque-Suicide>)

Mais dans les populations les plus « en danger », le Professeur note 3 groupes hautement à risques face à la détresse psychologique pouvant mener à des gestes suicidaires :

- En 1, les commerçants dans l'hôtellerie, la restauration, les artisans et les acteurs de la culture. 35% de réponses positives à la question.
- En 2, les jeunes. 25% de réponses à l'étude chez les 18- 24 ans.
- En 3, les sans emplois.

Les statistiques nationales sont aussi relevées par Fabrice Jolland, professeur en psychiatrie, dans un article du journal « Le Point » du 25 mai 2021 :

« Les tentatives de suicide chez les 12-24 ans sont en hausse depuis septembre 2020. Un phénomène « très nouveau » et « inquiétant » indique le professeur Jolland. [Pendant le premier confinement, on a paradoxalement constaté] une baisse générale « pour partie justifiée par un effet de sidération »« Cela nous est tombé dessus et il y a eu une forme de souffrance collective. Il s'agissait avant tout de lutter ensemble, ce qui protège généralement du passage au suicide. » précise-t-il. « On a observé la même chose après l'attentat du 11 septembre 2001 ou après l'épidémie de Sras en 2002. »

(https://www.lepoint.fr/societe/jeunes-et-gestes-suicidaires-un-phenomene-tres-nouveau-et-inquietant-25-05-2021-2427923_23.php)



À partir du mois de septembre 2020, la tendance s'inverse : « Les appels aux centres antipoison pour tentative de suicide se multipliaient on a donc commencé à suivre cela de près raconte le docteur Vodovar. Les CAP recevaient entre trente et quarante appels par jour avant l'épidémie (...). Aujourd'hui ils recensent jusqu'à soixante à quatre-vingts appels par jour particulièrement pour des adolescents et de jeunes adultes » Florence Sordes Maître de conférence en psychologie de la santé parle aussi lors de la Journée Nationale du Suicide en février 2021 dernier de la problématique des cours à distance. La scolarité devient encore plus dure car les jeunes « manquent de relations sociales » certains disent être « à bout »... 6/7h de cours seul devant leur écran et à la fin de la journée : rien n'est possible. La spécialiste parle d'une « tonalité émotionnelle morose ». Elle pointe ce que nous relayent nos partenaires infirmières / professeurs : les jeunes ont de plus en plus de problèmes de « concentration » et de « motivation » : certains.e.s sont proches du « burn-out ».

Notre retour d'expérience sur le terrain corrobore les dires de ces spécialistes. Les jeunes sont fatigués mentalement de la charge psychologique induite par le masque, la distanciation sociale, les confinements, les cours à distance, l'impossibilité de se retrouver, de jouer ensemble comme avant, voire comme nous l'ont confié certains : de s'embrasser. Des petits couples de collégiens bravaient ainsi les interdits en enjambant les « parquages » de classe dans la cour du collège pour tenter de s'embrasser, sans masque, cachés dans un recoin du collège. Les équipes encadrantes étaient partagés entre le respect des lois à leur rappeler et une tolérance par rapport à tous ces traumatismes sociaux et mentaux vécus par notre jeunesse.

De nombreuses infirmières nous ont fait part d'une augmentation sévère du nombre de cas préoccupants dans leurs établissements. Elles notent jusqu'à 3 fois plus de visites à l'infirmerie depuis la crise sanitaire pour des problèmes psychologiques dans certains établissements.

Dans les paroles rapportées par les élèves,
nous notons plusieurs phrases fortes :

Je veux « brûler ce masque »

Je souhaite qu'il n'y ait « plus le coronavirus pour qu'on puisse ressortir normalement avec nos amis »

Pour reprendre leurs termes exacts de collégiens / lycéens,
en un mot, la crise du covid, c'est :

« **chiant** »

« **trop long** »

« **nul** »,

« **triste** »,

« **dur** »,

« **injuste** »,

« **ridicule** »,

« **casse-tête** »,

« **bizarre** »,

« **de la merde** »,

« **relou** »,

« **oppresant** »,

« **un éloignement affectif** »,

« **ça saoule** »...

Avec nos questionnaires, sur notre panel récent, concerné par les questions sur le Covid :

- **25,2% expriment en premier lieu une « frustration » pour décrire leur sentiment face à cette crise sanitaire,**
- puis une « colère » à 16,6%,
- ou une « inquiétude » à 10,8%.

Paroles d'Élèves

(extraits des questionnaires)

Ce qu'ils pensent mettre en place suite à l'intervention : (1/2)

*« Me préoccuper plus de ce que je ressens et de moi-même
et apprendre à dire ce que je ressens »*

*« Arrêter de complexer sur mon corps
à cause de femmes au corps parfait sur les réseaux. »*

« Être plus attentionné et à l'écoute. »

*« Je vais dessiner pour exprimer mes problèmes,
et dessiner pour me sentir mieux et réfléchir à deux fois avant de critiquer. »*

« Apprendre à aimer ce que je vois et à aider ceux qui en ont besoin.

« Ignorer ceux qui me critique ou me jugent mal. »

« Je pourrais m'intéresser aux autres au lieu de penser à moi. »

*« Je pense me battre et ne pas donner raison
à ceux qui me rabaissent pour avancer. »*

« Faire plus de sport et arrêter de fumer.

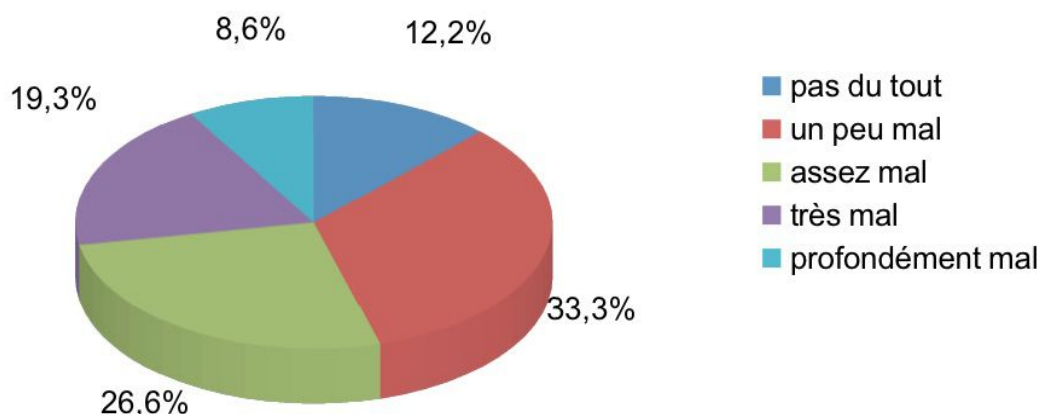
*« Se dire que les échecs font avancer,
que personne n'est parfait, tout le monde veut être ce qu'il n'est pas. »*

*« Je trouve que cela a permis de se rendre compte
que l'on n'est pas seul à se sentir mal dans sa peau. »*

2. Le mal-être adolescent

Une stabilité statistique sur le mal-être « profond » mais une amélioration progressive des cas moins graves

T'arrive-t-il des fois de te sentir mal dans ta vie?



Les statistiques données par les questionnaires de cette année peuvent donner une image positive en trompe-l'oeil. Ainsi, on peut se féliciter d'un recul lent mais progressif d'une certaine catégorie de mal-être. En effet, en cumulant les réponses 3, 4, et 5 à la question « T'es-tu déjà senti mal » (soit dit : « assez mal », « très mal », « profondément mal »), nous obtenons un score de 54,4%. Ce score est en baisse depuis 2016. On est passé de 62% à 58%, puis à 56,8%, jusqu'à ces 54,4%. La tendance est significative car cohérente sur le long terme. Il y a donc du positif à tirer de cette donnée. On peut imaginer plusieurs facteurs pour expliquer ce phénomène. On peut mentionner l'effort constant et renouvelé des équipes pédagogiques et encadrantes au niveau de la santé mentale des élèves. Les discours sur la prévention du harcèlement, par exemple, se sont accrus et les dispositifs d'aide se mettent en place depuis longtemps maintenant, avec heureusement des motifs de satisfaction dans beaucoup de cas.

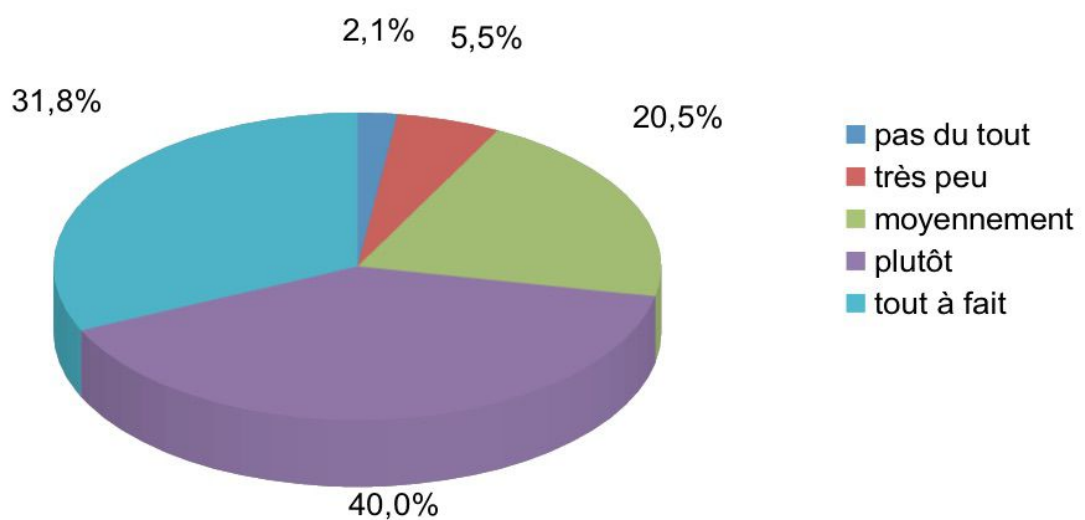
Cependant cette donnée est à mettre en balance avec le cumul des réponses les plus inquiétantes, les 4 et 5 uniquement (« très mal » et « profondément mal »), car ces dernières n'évoluent pas positivement en revanche. Elles stagnent. **27,9% des enfants expriment toujours ce mal-être profond.**

Ainsi on peut en déduire qu'une certaine forme de mal-être recule, un mal-être qu'on pourra définir comme « moyen ». Si cela peut-être positif, il faut garder en tête que les gestes suicidaires ou comportements dangereux des jeunes envers eux-mêmes s'inscriraient plutôt dans un mal-être profond qu'on retrouverait dans les réponses 4 et 5.

C'est le cap que pointe Stéphanie Lafont-Rapnouil du Réseau Vigilance : « la prévention est nécessaire, mais certains cas de mal-être avancé dépassent ce stade et nécessitent une vraie prise en charge » avec des moyens donnés aux équipes de santé autour des jeunes, des infirmiers / infirmières et à l'ensemble de la pédopsychiatrie en général.



Dirais-tu que tu es à l'aise avec les autres, dans ton établissement ?



Paroles d'élèves

Extraits des questionnaires

Comment as-tu trouvé l'intervention ? (1/2)

« Très instructive

et le fait de transformer ses faiblesses en forces est passionnant.

*« C'est génial, accessible à tous publics,
on a l'impression d'être compris et proche. »*

*« Je me suis beaucoup reconnu à certains moments,
j'ai été aussi harcelé, et je n'en ai pas parlé j'aurais dû. Merci. »*

*« Cela peut être utile pour les personnes
qui ne se sentent pas bien dans leur vie. »*

*« J'ai beaucoup apprécié le mélange d'histoire qui est lié au musique.
J'ai particulièrement aimé la chanson « Red »,
dans laquelle je me suis identifié. Chapeau à Matthieu et Eddy »*

« Après ce moment, je me sens mieux personnellement. »

*« C'est très bien, cela peut apporter de l'aide à de nombreuses personnes
qui sont en dépression, de très jolie chansons. »*

« C'est cool, surtout en plein covid... »

*« Je trouve que cela a permis de se rendre compte
que l'on n'est pas seul à se sentir mal dans sa peau. »*

*« J'ai trouvé cette intervention très intéressante j'ai beaucoup aimé les
musiques et j'ai beaucoup aimé que ce soit des expériences personnelles. »*

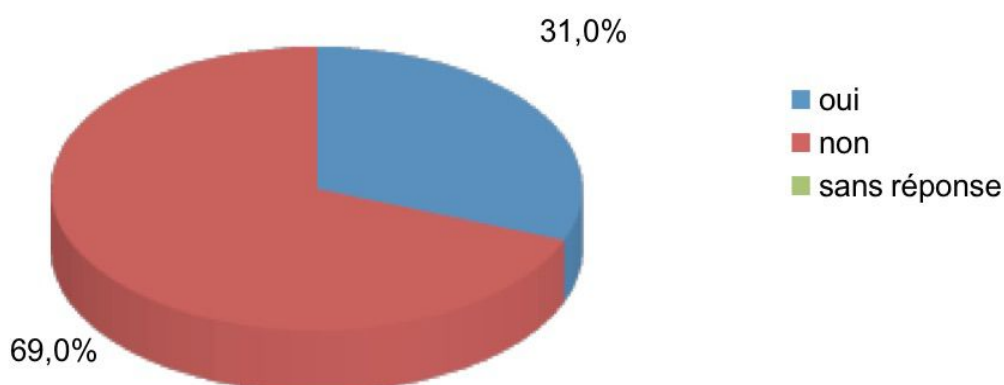
3. La popularité des associations d'écoute : premier recul depuis 2016

Un phénomène insoupçonné s'est produit cette année. Contrairement au mouvement clair et ample enclenché depuis plus de 5 ans, la connaissance des associations d'écoute diminue. Nous constatons depuis 2016 une hausse régulière et conséquente, et c'est la première fois que ce chiffre est en recul. C'est un arrêt brutal qui doit questionner.

- 15% en 2016-2017
- 24% en 2017-2018
- 30,3% en 2018-2019
- 31,9% en 2019-2020.
- **31% aujourd'hui.**

On peut relier ce phénomène à la problématique du « distanciel », induit par la crise sanitaire. Avec les divers confinements, cette dernière année a été l'année où les élèves ont mathématiquement passé physiquement le moins de temps dans leur établissement. Cela a éloigné les enfants de leurs amis mais aussi de leurs infirmières et du personnel de santé disponible dans leur collège ou lycée. Le discours passe du coup beaucoup plus difficilement en numérique.

Connais-tu des associations d'écoute ?



Toute la France a dû faire des progrès rapides en informatique pour mettre les enfants au travail « numérique » et faire la classe en « télétravail ». « Pronote », « ENT », sont des nouveaux termes habituels pour les parents et pour les enfants. Les équipes pédagogiques se sont emparées de ces outils avec eux pour tenter de relever ce défi de l'école à distance. Il convient maintenant d'ajouter la notion « santé mentale » / « accompagnement psychologique » à ces problématiques pédagogiques quotidiennes dans le numérique.

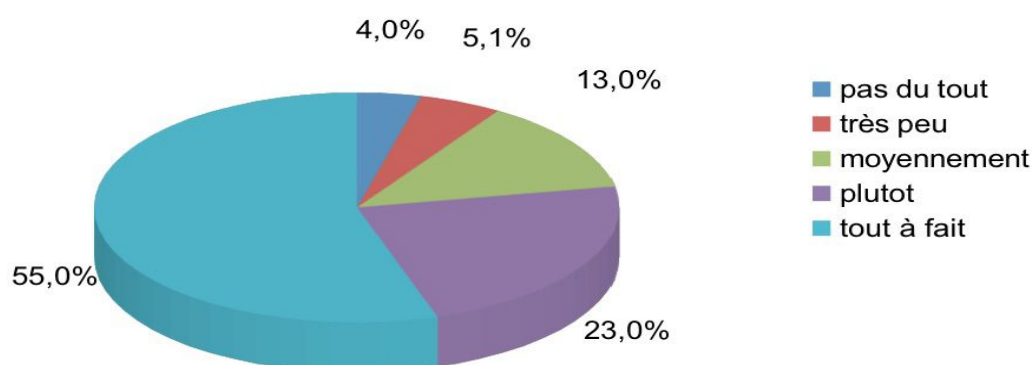
On peut imaginer certains messages des infirmières relayés par ces moyens numériques qui sont devenus coutumiers des jeunes. Soit par les professeurs principaux, soit par l'administration, soit par elle-même dans la mesure du possible, afin de sensibiliser directement les élèves à des problématiques, même à distance.

4. La « valeur » famille : un des points positifs de la crise sanitaire

Les chiffres sont stables entre l'ancien exercice et celui-ci. En additionnant les deux réponses les plus basses sur le bien-être familial, on obtenait 10,2% il y a 2 ans, 8,8% l'année dernière, et 9,1% cette année. Le recul amorcé n'est pas significatif mais on peut déduire éventuellement un effet positif des confinements chez certains foyers. Le cumul des réponses positives 4 et 5 (« je me sens plutôt bien dans mon environnement familial » / « je me sens tout à fait bien dans mon environnement familial ») augmente de 0,5%.

C'est ce que démontrait le professeur Raynaud en sortie de confinement : de mars à mai 2020, avec des activités familiales partagées et une communication plus prégnante au sein de la famille. Même si le temps consacré aux écrans reste le même, comme le souligne le Professeur Raynaud, « les adolescents ont alors passé des soirées AVEC leur famille, devant la télé, là où ils les passaient SANS leur famille, dans leur chambre avec leur smartphone. » Il y a toujours un écran, on n'est pas dans un partage optimum des états d'âmes et des réflexions, mais il y a un partage, là où il n'y en avait souvent aucun.

Dirais-tu que tu te sens à l'aise dans ton environnement familial ?



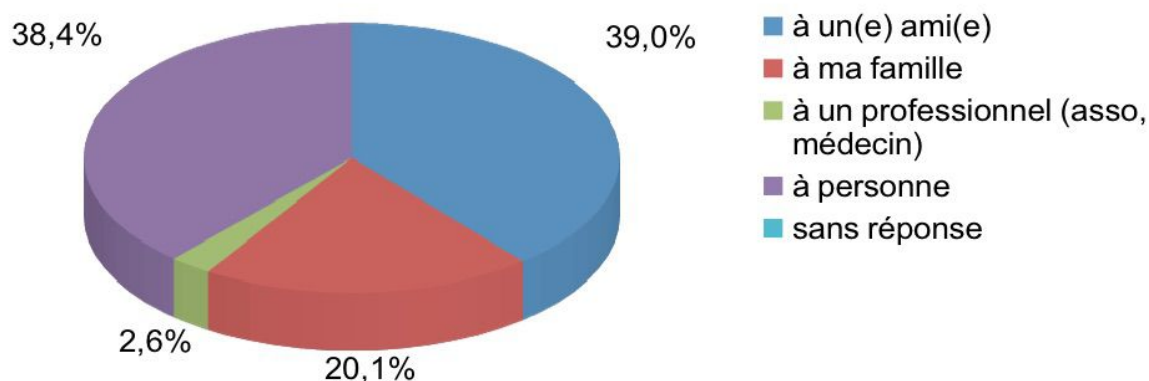
Des chiffres à mesurer, comme chaque année, car avec une vision plus large, **1 enfant sur 4 vit une situation problématique voire difficile dans son foyer**. La crise sanitaire n'a fait qu'accentuer les différences de vécu entre les jeunes entourés de parents disponibles, à l'abri du besoin, et ceux vivant dans un environnement social difficile avec des problèmes divers.

Certaines infirmières nous ont fait part du fait qu'elles se sentaient « désemparées » face à certaines souffrances vécues par des élèves qu'elles connaissaient, à distance dans leur foyer. « L'école », pour reprendre leurs termes, « ne peut plus alléger ou aider l'enfant qui subit les problèmes d'alcoolisme, de violence, ou de toxicomanie de ses parents ».

5. Les jeunes toujours secrets sur leur mal-être

C'est une donnée-clé de la lutte contre le suicide des jeunes. Le fait de taire son mal-être est souvent l'élément le plus alarmant pour le personnel de santé spécialisé. C'est pourquoi il est primordial de pousser les enfants à exprimer leur souffrance.

Dans ces périodes, en parles-tu :



- Dans le meilleur des cas : **à un professionnel** qui pourra l'écouter sans jugement pour l'orienter et accueillir sa souffrance sans a priori. C'est là où l'on voit que ce dialogue reste toujours extrêmement compliqué. Seuls 2,59% des jeunes disent envisager de parler à un professionnel s'ils venaient à se sentir mal.
- Sinon, **à leur famille**, en espérant que leurs parents pourront les écouter avec compréhension et bienveillance. Le score est stable par rapport à l'année dernière :
1 jeune sur 5 seulement dit pouvoir parler à sa famille.

Les parents qui liront cette statistique pourront avoir un nœud au ventre en se disant que 4 enfants sur 5, peut-être le leur, ne leur parleraient pas de leurs problèmes le moment venu. Nous relierons cette statistique à plusieurs confessions racontées par les jeunes à l'écrit, notamment ce garçon se questionnant sur son orientation sexuelle : « je sais que je suis bi, gay, mais que j'ai peur du regard des autres. Certains de ma famille ne m'accepteront pas... Des « potes » aussi... »

- **À un.e ami.e.** Cette donnée progresse. 39% des jeunes partagent leurs souffrances ainsi. Une augmentation de 3,5%. C'est une bonne chose, que l'on peut éventuellement imputer à leur joie de retrouver un semblant de vie sociale suite aux divers confinements qui les ont vus se couper de leur cercle amical.
- Enfin, la donnée la plus inquiétante est toujours que **38,4% des adolescent.e.s ne parlent de leur mal-être à personne**. C'est ce silence qui peut être le plus grave aux yeux des spécialistes de la crise suicidaire. On note cependant un recul de cette donnée, qui était à 41,5% l'année dernière. C'est encourageant mais la réalité reste là : + d'un enfant sur trois ne parle de son mal-être à personne.

Paroles d'élèves

Extraits des questionnaires

Comment as-tu trouvé l'intervention ? (2/2)

« Cette action m'a permis de trouver des solutions pour éventuellement être mieux dans ma vie ou dans ma peau . »

« Je me suis sentie plutôt concerné pour plein de raisons qu'on a pu entendre dans les musiques et aussi ce que vous avez dit.

« Je suis déjà très positive, mais si il m'arrive un problème je penserai à ce qu'on a dit. »

« J'ai trouvé cette action très intéressante et je pense que si un jour j'ai un problème j'oserai plus en parler. »

« Mes points de vue ont changé grâce à cette intervention, j'ai beaucoup aimé le discours et les chansons qui ont été chantées. »

« Trop bien avec des moments drôles et d'autres touchants... »

« Ça me fait penser que je sais que je suis bi, gay, mais que j'ai peur du regard des autres, certains, dont ma famille ne m'accepteront pas, des « potes » aussi. »

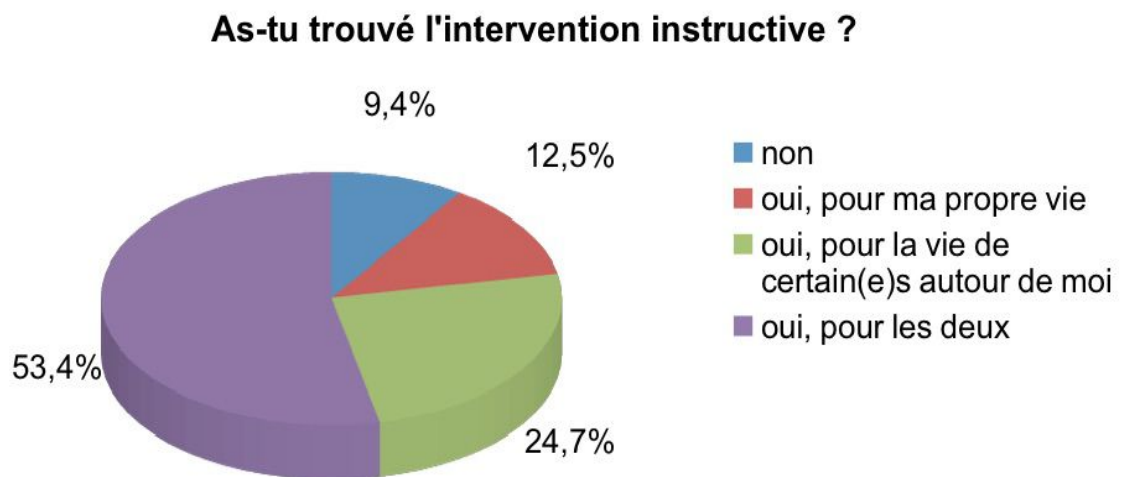
« J'ai trouvé cette action très captivante et intéressante. Elle m'a fait réaliser des choses. »

« Je trouve cela très généreux de votre part et je me suis reconnu dans le point de vue de Norbert sur le harcèlement.

6. Les très bons retours sur l'intervention de la part des jeunes

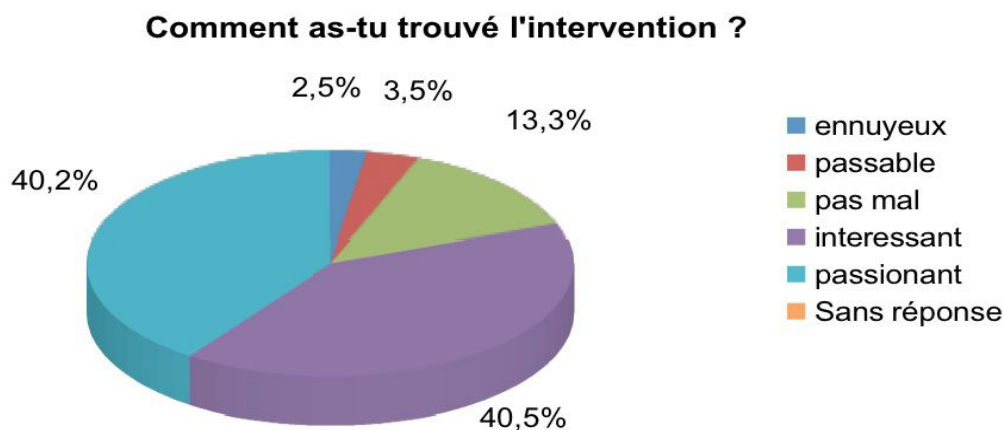
L'intervention est très bien perçue par les jeunes. Les deux dernières questions portent sur leurs ressentis sur le discours porté et sa forme.

Quand on leur demande si l'action a été instructive pour eux, ou pour certain.e.s de leurs proches, 90,6% répondent oui. Soit pour leur propre vie, soit pour autrui, soit pour les deux. C'est un score à la fois très positif et très élevé.



Dans le détail, on note une légère progression depuis 2018 sur la question précise : « l'action est-elle instructive pour ta propre vie ? ». C'est à nos yeux un signe très encourageant de l'acceptation possible des jeunes de leur propre mal-être. Les adolescents écoutent l'intervention et ne se sentent pas « extérieurs » à celle-ci en disant, même positivement : « c'est peut-être utile pour ceux / celles qui en ont besoin » (sous-entendu, pas pour moi). Le fait de s'inclure à cette possibilité de réaction au mal-être est positif.

Nous nous félicitons de voir progresser l'indice de satisfaction des élèves envers notre action. **80,7% des jeunes trouvent l'action « intéressante » voire « passionnante »**. Cette donnée statistique est confirmée par les infirmières présentes qui nous font à chaque fois remonter la pertinence de la forme choisie par le discours de « Transformer le Négatif en Positif ». Nous ne sommes jamais sur le terrain de la morale, ni dans une position didactique. Nous arrivons avec un message d'espoir sur un partage d'expérience avec un discours positif porté sur la résilience, l'estime de soi, l'acceptation de l'échec, et la force de nos particularismes à toutes et à tous.



Cette année était plus difficile en terme de mise en place technique. De l'intérieur, nous vivons la même problématique que les professeurs durant cette crise sanitaire : il est en effet factuellement moins évident de devoir parler / chanter / convaincre un auditoire avec un masque sur le nez. En effet, les émotions passant en grande partie par les expressions du visage, autant que par les mots eux-mêmes, nous ressentons comme les professeurs un défi plus grand pour parvenir à impliquer et passionner tou.te.s les élèves à chaque seconde.

Le retour d'expérience des équipes pédagogiques va dans le même sens : le challenge est beaucoup moins facile pour elles aussi. Inversement, elles sont comme nous confrontées à un auditoire masqué également. On ne voit pas les réactions physiques des élèves. Ils parlent mais on ne sait pas qui parle. Il faut faire répéter, toujours avec bienveillance pour ne jamais laisser une parole sans réaction, mais les conditions sont évidemment plus compliquées.

Un retour à la normale au niveau conditions sanitaires sera bénéfique à la fois pour les adultes encadrants (professeurs, intervenant.e.s) et pour les jeunes.

**TRANSFORMER
LE NEGATIF
EN POSITIF**

2020-2021