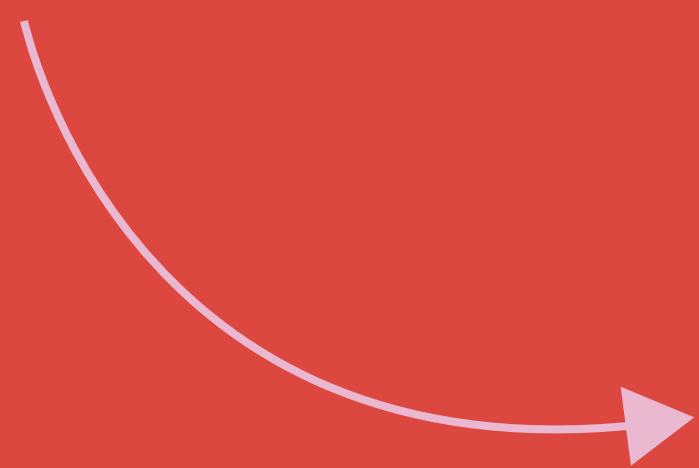


Santé mentale des jeunes

Un rapport produit
par des jeunes





20 jeunes de 12 à 18 ans

se sont réunis pour 6 jours de délibérations organisés par le Conseil économique, social et environnemental.



L'objectif ? Identifier des facteurs qui peuvent influencer la santé mentale des jeunes, définir leurs besoins réels en matière de santé mentale et faire émerger des pistes de solutions qui dépassent la dimension médicale.

« Votre parole est précieuse pour nous. Elle interroge nos priorités, elle propose des pistes sur un sujet majeur : la santé mentale des jeunes »

Thierry Beaudet, Président du CESE.

Thierry BEAUDET

Président du Conseil économique,
social et environnemental



Trois questions prioritaires identifiées par les jeunes

- ☞ Comment transformer le système scolaire pour qu'il soit au service de la santé mentale des enfants et des jeunes ?
- 💬 Comment l'environnement personnel des enfants et des jeunes peut-il soutenir leur santé mentale ?
- ✋ Comment protéger la santé mentale des enfants et des jeunes face aux discriminations et au jugement ?

Système scolaire

☞ Le système scolaire est vécu comme source de stress et d'anxiété. La pression liée aux notes, aux devoirs et à l'orientation pèse lourdement sur le bien-être des jeunes et la performance est valorisée au détriment de la santé mentale.

« Tout à l'école met la pression sur les élèves »

Les propositions des jeunes :

- ✓ Associer les élèves, via leurs représentants, aux choix des adaptations de l'emploi du temps
- ✓ Réduire la durée des cours en transformant les cours de 1 heure en cours de 45 minutes et pour finir plus tôt.



Environnement personnel

💬 Parmi les jeunes ayant déclaré se sentir mal, 7 jeunes sur 10 disent n'en avoir parlé à personne

« L'écoute, la considération et la valorisation que l'on reçoit a un impact significatif sur la santé mentale »

Une proposition des jeunes :

✓ Réguler les contenus présents sur les réseaux sociaux et limiter l'accès à certains contenus en fonction de l'âge des utilisateurs.

(Source : Ipsos – Baromètre du moral des adolescents de Notre avenir à tous – Mars 2025)



Discriminations et jugement

👉 Les jeunes observent une banalisation des discriminations dans tous les espaces qu'ils fréquentent

« *La comparaison et les normes sociales sont une pression constante* »

Une proposition des jeunes :

✓ Créer et diffuser des « outils pédagogiques » sous des formes variées (nouvelle matière scolaire, journée banalisée dans les programmes scolaires) pour lutter contre les discriminations et le jugement.

des jeunes face aux discriminations et au jugement ?



Découvrir le rapport des jeunes

ADOPTÉ LE 23 MAI 2025



Découvrez leurs
propositions sur
la santé mentale.

→ Rendez-vous
sur lecese.fr