

Communiqué de presse pour la Journée mondiale de la santé mentale du 10 octobre 2023

Embargo : 10 octobre 2023, 6h00

Les organisations non gouvernementales demandent des mesures pour renforcer la santé mentale des adolescent*es et des jeunes adultes

*En cette Journée mondiale de la santé mentale, le slogan "mental health is a universal human right" (la santé mentale est un droit humain universel) est au cœur de l'actualité. Les enfants et les jeunes représentent un groupe particulièrement vulnérable dont le développement psychique doit être renforcé, soutenu et protégé. Le droit à une bonne santé mentale fait notamment partie des droits de l'enfant. Or, la santé mentale des adolescent*es et des jeunes adultes est fortement compromise. [Santé publique Suisse](#), [le Conseil suisse des activités de jeunesse \(CSAJ\)](#), [UNICEF Suisse et Liechtenstein](#), [l'Association romande CIAO](#) ainsi que [Pro Juventute](#) demandent des mesures pour améliorer la santé mentale et veulent attirer l'attention sur la situation précaire des adolescent*es et des jeunes adultes en Suisse, en particulier en cette journée internationale de la santé mentale.*

Les ONG et les jeunes s'attaquent à la précarité autour de la santé mentale

37% des jeunes de 14 à 19 ans souffrent de problèmes psychiques et 29% ne parlent à personne de leurs problèmes : ce sont les conclusions alarmantes qui ressortent de l'étude d'UNICEF Suisse et Liechtenstein. Les délais d'attente de plusieurs mois pour les thérapies ambulatoires et stationnaires ainsi que l'augmentation des demandes sont le reflet d'une situation qui s'aggrave.

Un premier pas vers une approche participative concernant l'analyse des causes et la prévention des problèmes et des maladies psychiques a été réalisé lors [de la journée du 24 mai 2023](#). Les organisations faïtières de la jeunesse se sont réunies avec Santé publique Suisse, le Conseil suisse des activités de jeunesse (CSAJ), UNICEF Suisse et Liechtenstein, l'Association romande CIAO ainsi que Pro Juventute pour un colloque sur le thème "Augmentation des problèmes psychiques chez les adolescent*es et les jeunes adultes". Les discussions sur les causes et solutions possibles ont été très engagées. Tou*tes les participant*es ont relevé l'urgence d'entreprendre quelque chose contre cette situation jugée dramatique.

Causes des problèmes de santé mentale chez les jeunes

Les troubles anxieux et les dépressions font partie des problèmes psychiques les plus fréquents. Cela n'a rien d'étonnant au vu de la crise globale à laquelle nous participons quotidiennement par le biais des médias et face à laquelle nous sommes apparemment impuissants. Les jeunes ont perdu confiance en leur avenir au cours des dernières années, comme le montrent différentes études longitudinales et cela doit nous inquiéter.

[Le rapport de la conférence](#) mentionne entre autres les causes suivantes :

- L'absence de facteurs de protection, ou l'accumulation de facteurs de risque, dans la petite enfance peut compromettre le développement bien au-delà de l'adolescence ;
- La stigmatisation des problèmes de santé mentale et celle du recours aux services de santé mentale ;
- La pression et le stress croissants à l'école et en apprentissage, surtout chez les filles et les jeunes femmes ;
- L'intensification du travail provoquée par la numérisation et la disponibilité permanente qui en découle rendent impossible un détachement mental du travail. Les temps de récupération nécessaires font donc défaut ;

- Les médias sociaux ont été cités comme un autre facteur pouvant amener à des problèmes psychiques chez les jeunes. La construction identitaire l'estime de soi peuvent être parfois menacées par la comparaison constante avec des personnalités connues que ce soit au travers de réactions positives ou négatives et par la cyberintimidation ;
- Les jeunes qui vivent une situation familiale difficile sont particulièrement vulnérables, notamment lorsqu'elles*ils doivent s'occuper de parents ayant des problèmes psychiques.

Recommandations issues de la conférence

En se basant sur les causes des problèmes de santé mentale des jeunes et sur l'idée que la santé mentale est un droit de l'enfant, les recommandations suivantes ont vu le jour :

- Promouvoir des programmes de prévention dans l'enfance qui assurent la coopération entre les professionnel*les de la santé, du social et de l'éducation ;
- Promotion de projets visant à déstigmatiser les problèmes psychiques et à encourager le recours aux services psychosociaux, comme ceux de Pro Juventute et de l'Association romande CIAO ;
- Amélioration du financement des services à bas seuil et de leur visibilité auprès des jeunes ;
- Amélioration des bases légales en matière de prévention et de promotion de la santé au niveau national ;
- Amélioration de la situation – actuellement insuffisante – des soins aux adolescent*es et jeunes adultes souffrant de troubles psychiques par des mesures appropriées, des ressources en personnel et des conditions financières adéquates ;
- Amélioration des données relatives à la santé mentale des jeunes ;
- Mise à disposition de ressources financières pour favoriser la participation des jeunes à l'élaboration de solutions.

Comment continuer ?

Bien que les problèmes psychiques des jeunes soient en augmentation depuis plus de 10 ans déjà, le thème de la santé mentale devient objet de préoccupation de l'opinion publique et des spécialistes, surtout depuis la pandémie du COVID19. Il ne faut pas s'attendre à ce que cette tendance s'arrête d'elle-même. Lors de la conférence, l'urgence d'agir a été relevée par les jeunes et les professionnel*les. Les organisations à l'origine de la conférence vont suivre les recommandations et les porter au niveau politique. Nous restons à l'écoute !

Organismes responsables :



PUBLIC HEALTH SCHWEIZ
SANTE PUBLIQUE SUISSE
SALUTE PUBBLICA SVIZZERA

The Swiss Society for Public Health

Santé publique Suisse est une association professionnelle nationale indépendante qui s'engage en faveur de conditions-cadres optimales pour la santé de la population en Suisse.



Schweizerische Arbeitsgemeinschaft der Jugendverbände
Conseil Suisse des Activités de Jeunesse
Federazione Svizzera delle Associazioni Giovanili
Federaziun Svizra da las Unions da Gioventetgno

Fondé dans les années 1930, le **Conseil suisse des activités de jeunesse (CSAJ)** s'impose aujourd'hui comme l'organisation faitière d'une soixantaine d'organisations de jeunesse en Suisse représentant plus de 500'000 jeunes et enfants. Le CSAJ poursuit l'objectif principal de servir les intérêts des jeunes en s'engageant en tant que leur porte-parole au niveau politique et public. Afin d'atteindre cet objectif, le CSAJ initie et développe des projets en lien avec ses thèmes prioritaires : *la jeunesse engagée, notre avenir et l'inclusion de tou*tes.*



L'UNICEF, le Fonds des Nations unies pour l'enfance, a plus de 75 ans d'expérience dans la coopération au développement et l'aide d'urgence. L'UNICEF s'engage pour le respect des droits de l'enfant dans plus de 190 pays et territoires. La mise en œuvre de programmes dans les domaines de la santé, de la nutrition, de l'éducation, de l'eau et de l'hygiène ainsi que de la protection de l'enfant font partie de ses tâches centrales. L'UNICEF est financée exclusivement par des contributions volontaires et est représentée en Suisse et au Liechtenstein par le Comité pour l'UNICEF Suisse et Liechtenstein.



CIAO est une association qui met à disposition les compétences de professionnel·le·s reconnu·e·s dans leur domaine spécifique pour répondre aux besoins d'information et d'orientation des jeunes romands de 11-25 ans dans une multitude de domaines. A travers ses sites ciao.ch et ontécoute.ch, elle offre une aide ponctuelle sans prise en charge thérapeutique et oriente, si nécessaire, vers une démarche plus approfondie auprès d'institutions actives au niveau local.



Depuis plus de 100 ans, **Pro Juventute** soutient les enfants et les jeunes avec leurs parents sur le chemin de l'autodétermination et de la responsabilité. Grâce à des offres variées, la fondation apporte une aide directe et efficace. Plus de 300'000 enfants et jeunes et près de 140'000 parents en profitent chaque année en Suisse.

Contact :

Laura Maggi, Santé publique Suisse

laura.maggi@public-health.ch

+41 31 350 16 00