Un livre et aujourd'hui un film pour briser les tabous autour de la question essentielle de la santé mentale des enfants et des adolescents

Adaptation du roman « Les Rêveurs » paru chez Grasset

Grand Prix RTL - Lire en 2018

Le Prix des Lecteurs - L'Express-BFMTV

Grand prix de l'héroïne - Madame Figaro

AU CINÉMA LE 12 NOVEMBRE 2025

PAN DISTRIBUTION

SYNOPSIS

Élisabeth, comédienne, anime des ateliers d'écriture à l'hôpital Necker avec des adolescents en grande détresse psychologique. À leur contact, elle replonge dans sa propre histoire : son internement à 14 ans. Peu à peu, les souvenirs refont surface. Et avec eux, la découverte du théâtre, qui un jour l'a sauvée.

Mode d'emploi pour organiser une pour organiser une projection pour vos élèves :

Vous pouvez organiser une projection, pour vos élèves, du film LES RÊVEURS d'Isabelle Carré en AVANT-PREMIÈRE à compter du 08 octobre 2025.

Nous vous rappelons que tous les cinémas sont en capacité d'accueillir des projections avec un tarif réduit de groupe scolaire. Il vous suffit de contacter le cinéma le plus proche de votre établissement pour organiser cette projection.

Pour toute information complémentaire n'hésitez pas à contacter sandrine@approches.net

TEMPS FORTS :

- Lundi 22 septembre, **projection suivie d'un échange avec Isabelle Carré** à 14h30 au cinéma le Club de l'étoile.
- 8 octobre, **des séances en avant-première, suivies d'un débat avec Isabelle Carré**, seront organisées et retransmises dans de nombreuses salles de cinéma. Pour obtenir la liste des cinémas participants, nous vous invitons à contacter le distributeur à l'adresse suivante : **distribution@pan-groupe.com**
- **La 36ème édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM)** aura lieu du 06 au 19 octobre 2025, autour de la thématique "pour notre santé mentale, réparons le lien social" des rencontres et débats peuvent être organisés dans votre établissement https://www.semaines-sante-mentale.fr/
- Placée sous le haut patronage du Ministère du Travail, de la Santé, des Solidarités et des Familles, **la santé mentale** a été désignée **Grande Cause nationale** en 2025.
- Partenaire du film : Fondation Sisley-d'Ornano

SOMMAIRE

- **Interview d'Isabelle Carré, réalisatrice**
- **La pair-aidance**
- **La souffrance psychique des adolescents - une urgence collective**
- **Regard sur le film**
- **Éléments pédagogiques pour la série Sciences et Technologies de la Santé et du Social (ST2S) – Lycée technologique**

1. Les conséquences du mal-être sur la santé des adolescents:
Reconnaître les signes d'alerte d'une souffrance psychologique chez un jeune

Exercice 1 : En lien avec le film, les conséquences du mal-être de l'héroïne sur les 3 dimensions de la santé

Question de baccalauréat liée à la santé mentale
-> question support pour le Grand Oral

2. Les déterminants de la santé mentale des individus
Repérer pour mieux combattre les facteurs de risque de la dégradation de la santé mentale

Exercice 2 : En lien avec le film, les éventuels éléments déclencheurs du mal-être adolescent

Exercice 3 : Les déterminants et facteurs de risques d'un trouble de santé mentale

Questions de baccalauréat liées à la santé mentale

3. Repérer et prévenir les actes suicidaires des adolescents
La surveillance de la santé mentale : veille sanitaire et actions de prévention

Exercice 4 : Travail de recherche l'étude EnCLASS
-> Question support pour le Grand Oral

Exercice 5 : Les actions de prévention
Questions de baccalauréat liées à la santé mentale
-> Question support pour le Grand Oral

4. Faire de la santé mentale une Grande cause nationale

Exercice 6 : L'augmentation des indicateurs liés à la santé mentale

Exercice 7 : Les actions collectives mises en place par la Santé Publique ou les associations liées à la santé mentale

Questions de baccalauréat liées à la santé mentale
-> Question support pour le Grand Oral

Pour aller plus loin

INTERVIEW D'ISABELLE CARRÉ réalisatice

Avant de devenir un film, LES RÊVEURS a d'abord été un roman, dont l'étendue narrative était plus vaste. Allait-il de soi de porter à l'écran sa séquence hospitalière ?

Lorsque j'ai écrit *LES RÊVEURS*, j'ai tenu à rester dans une subjectivité, y compris dans l'évocation de mes souvenirs. Je les perçois comme des points de réalité lumineux sur lesquels je m'appuie et, entre ces points, je laisse libre cours à mon imagination. Ce que je n'invente pas, c'est ma propre expérience. Cette époque d'internement reste extrêmement précise pour moi. C'est la part la plus réaliste et véridique de mon roman.
À la sortie du roman, Philippe Godeau m'a dit qu'il souhaitait travailler avec moi pour écrire et réaliser. Porter LES RÊVEURS au cinéma était une manière de mettre en perspective et en lumière mon expérience, soit la partie la plus autobiographique de mon livre, et de montrer combien cet épisode faisait écho à ce que traversaient beaucoup de jeunes. J'avais à cœur, par exemple, de raconter le déclic qui fut le mien lorsque j'ai découvert Une femme à sa fenêtre à l'hôpital, l'émotion de Romy Schneider et cette phrase : « préférer les risques de la vie aux fausses certitudes de la mort ». Mon vœu est que LES RÊVEURS puisse produire ce même déclic à des jeunes en souffrance aujourd'hui.

Comment avez-vous travaillé à son adaptation ?

J'ai écrit seule, sous le regard bienveillant d'Agnès de Sacy, qui m'a fait de nombreux retours précieux. Il m'importait surtout de raccrocher l'épisode de mon internement dans les années quatre-vingt à aujourd'hui. Tant de jeunes ont vécu difficilement ce confinement, et avant cela les attentats, ils évoluent dans un monde complexe, une société clivée... Même si mon expérience est singulière - à leur âge, mon père cachait son homosexualité et ses amis vivaient les ravages du sida, tout cela dans une époque de crise économique - je reste persuadée néanmoins que ce qui se passe aujourd'hui est bien plus grave, et je suis vraiment soucieuse de la santé mentale des jeunes aujourd'hui.
Je me suis aussi demandée pourquoi j'avais attendu tout ce temps pour adapter mon livre. Les femmes de ma génération ont un sacré chemin à faire pour se sentir légitimes dans ce qu'elles entreprennent. J'ai toujours pensé que j'étais bien à ma place au service d'un auteur, d'une langue, d'une vision, que ce soit au théâtre ou au cinéma, et je le suis toujours, mais il a fallu que j'aille dans un atelier d'écriture et que j'entende Philippe Djian me dire que j'avais des facilités pour que je m'autorise à écrire.

Avez-vous appréhendé vos personnages comme des êtres de fiction ?

Pour écrire Élisabeth, je me suis connectée avec mes souvenirs. Je ne sais pas si c'est grâce au théâtre que ma mémoire est si bien entraînée, mais je suis hyper mnésique. Dans la vie courante, je regarde souvent dans le rétroviseur, mon passé avance avec moi. J'ai donc laissé ma mémoire parler lors de l'écriture et du tournage.
Dans la partie qui se déroule à l'hôpital dans les années quatre-vingt, j'ai inventé deux personnages, mais tous les autres sont reliés à mes souvenirs. Je voulais rendre hommage à ces enfants, à leur courage et à leur manière de se soigner eux-mêmes. Leur chaleur, leur amitié sont pour moi bien plus efficaces que les médicaments. La pédopsychiatre Marie-Rose Moro m'en a beaucoup parlé : se sentir moins seul dans sa souffrance aide beaucoup.

Comment avez-vous bâti cette mise en perspective dans le temps entre l'adolescente en souffrance qu'est Élisabeth, l'actrice qu'elle est devenue, et l'institution psychiatrique qui a évolué ?

Ce film, c'est le mariage du passé et du présent. Nous sommes comme des poupées russes. L'adulte que nous devenons ne chasse pas l'enfant que nous étions. C'est pourquoi, dans certaines situations, nous faisons tant preuve d'immaturité : l'enfant en nous prend le dessus. Le fait que j'apparaisse à l'écran dans l'hôpital psychiatrique n'était pas prévu au scénario. C'est une idée qui s'est imposée sur le tournage, et que je suis heureuse d'avoir écoutée, afin de garder ce lien entre l'enfance, l'adolescence et l'âge adulte.

Quant à l'institution, oui, elle a évolué, on sait mieux faire aujourd'hui, mais pas partout. Certaines régions sont totalement dépourvues de pédopsychiatres (il n'en existe que cinq cents en France !), des régions entières sont même dépourvues de lieux de soins. Comment expliquer l'abandon d'une société qui laisse des jeunes en détresse, sans aucun recours possible ? J'ai aussi conçu ce film comme un outil pour dénoncer cet état de fait. Qu'est-ce qu'une société qui néglige l'enfance à ce point ? Il me semble que la fiction a le pouvoir de créer une identification, et de dessiner un chemin plus doux pour partager des choses intimes, et faciliter le débat autour.

Les adultes - parents, soignants – sont tous de passage. Les jeunes ados semblent ainsi former une petite communauté sous cloche, livrée à elle-même…

C'est aussi la peinture d'une époque. Les enfants étaient en périphérie et suivaient le mouvement. L'écoute, se placer à hauteur d'enfant, la réciprocité, tout cela est assez récent. J'ai eu la chance de rencontrer Marie Rose Moro, qui m'a ouvert les portes de La Maison de Solenn et permis d'y animer un atelier d'écriture. Je m'en suis inspirée pour mon film. J'ai aussi été nourrie par l'éthique du Care dont parle la philosophe Cynthia Fleury. Aujourd'hui, on sait à quel point la créativité, l'art thérapie portent leurs fruits. Les adultes de passage, qui se pointent juste pour distribuer des médicaments, cela ne marche pas, tout comme l'enfermement, l'isolement bien verrouillé avec des clés…

À mesure du récit les adultes progressent : le médecin en chef se révèle plus humain, la professeure de théâtre et le frère d'Élisabeth à l'époque contemporaine font preuve d'empathie…

Quand on découvre ce médecin en chef, il est dans sa fonction. Mais lorsqu'Élisabeth lui présente la pétition, on sent qu'il s'ouvre, et lors de la boum, en voyant le jeune homme au bras immobile danser, il est même ému. Le film est dur dans son constat, mais il ne juge pas, ni les patients ni les soignants. Le récit donne à comprendre que la créativité, le théâtre en ce qui concerne Élisabeth, mais aussi la musique (pour le frère et les enfants de l'atelier), l'art en général est ce qui sauve en permettant de transformer les douleurs en les partageant avec les autres.

Teniez-vous à conserver le titre de votre roman, LES RÊVEURS ?

Même si l'épisode que je relate dans ce film ne correspond qu'à une courte partie du roman, je tenais à conserver le titre. Cet internement est le cœur du livre, c'est ce qui m'a fondée. La rêverie peut avoir mauvaise presse, on peut estimer qu'une personne qui rêve trop ne saura pas s'adapter à la réalité, je ne suis pas d'accord et pense, au contraire, que cultiver ses rêves permet d'en réaliser quelques-uns ! La fiction, le rêve nous protègent de l'âpreté du réel, parfois. C'est un refuge précieux.

LA PAIR-AIDANCE

« Ce que vous avez fait en donnant des ateliers d'écriture à la Maison de Solenn, et plus globalement ce que raconte votre film, c'est de la pair-aidance ! » m'assure le professeur Frank Bellivier qui dirige le service de pédopsychiatrie de l'hôpital St-Louis.

« De la quoi ?... » Je lui demande embarrassée, reconnaissant n'avoir jamais entendu ce terme auparavant.

C'est son tour d'être étonné : « Mais vous dites avoir été dans de nombreux services psychiatriques de la région parisienne, et personne ne vous a parlé de ce concept ? Concept dont la pertinence est maintenant clairement avérée ! »
Je confirme par la négative.

Alors il poursuit : « C'est la philosophe Cynthia Fleury qui l'a évoqué pour la première fois.
Dans le langage courant, les personnes qui partagent la même expérience que vous sont appelés « pairs », et lorsque ces pairs sont prêts à écouter autant qu'à transmettre leur parcours de guérison alors ils deviennent des « pairs-aidants ».

Ils peuvent comprendre mieux que personne les obstacles rencontrés, la solitude, la stigmatisation, reconnaître les difficultés affrontées, donner l'espoir d'un avenir possible et meilleur, permettre d'entrevoir une vie satisfaisante. Oui, vous êtes un film pair-aidant ! »
Ce chargé de la santé mentale auprès du ministère m'expliquera ensuite que ce concept est actuellement en plein développement, après avoir fait ses preuves dans de nombreux services psychiatriques, ou des associations comme la Maison Perchée qui en a fait son ADN pour accompagner les jeunes en rémission, notamment.

Cette approche empathique fait toute la différence, elle permet de se sentir moins seul et de trouver des réponses en dehors du contexte médical ou en interaction avec celui-ci... elle génère l'espoir qui, bien souvent, manquait jusque-là.

Isabelle Carré, réalisatrice

FOCUS : La pair-aidance incarne une forme de solidarité humaine puissante.

La pair-aidance désigne un mode de soutien fondé sur l'échange d'expériences entre personnes ayant traversé des situations similaires. Elle repose sur une relation d'égal à égal, où l'écoute, la compréhension et le respect mutuel sont au cœur de l'accompagnement.
Contrairement à une relation traditionnelle entre un aidant professionnel (soignant, membre de la famille, etc.) et un aidé, la pair-aidance valorise le vécu personnel comme une véritable compétence. Elle permet à chacun de se sentir compris sans jugement, de retrouver confiance en soi et de construire ensemble des pistes pour avancer.

Dans de nombreux domaines – santé mentale, handicap, addictions, précarité ou encore milieu scolaire – la pair-aidance joue un rôle complémentaire aux services professionnels. Elle favorise l'autonomie, brise l'isolement et crée un espace d'empathie unique, souvent difficile à trouver ailleurs.
Les personnes engagées dans la pair-aidance ne sont pas des thérapeutes, mais des individus formés ou sensibilisés à l'écoute active. Leur rôle est d'accompagner, de partager leur parcours et de soutenir sans imposer.

Ainsi, la pair-aidance nous rappelle que chacun, malgré ses fragilités, peut devenir une ressource précieuse pour les autres.

LA SOUFFRANCE PSYCHIQUE DES ADOLESCENTS - UNE URGENCE COLLECTIVE

Je me souviens de ma rencontre avec Isabelle Carré, à France Inter, alors que je dénonçais le manque de moyens — et surtout le manque de considération — pour la souffrance des adolescents. Très vite, j'ai senti que ce sujet lui tenait à cœur. Son parcours, marqué par une douleur personnelle transformée en démarche artistique, m'a profondément touchée. Cette capacité à faire naître du partage à partir de la douleur est rare et précieuse.
À la Maison de Solenn à Paris, que je dirige, nous accueillons régulièrement des artistes, des penseurs, des sportifs. Leur présence transmet aux adolescents un élan vital. Ces jeunes sont souvent à l'arrêt, sans horizon. Parfois, une simple rencontre, une attention sincère, peut tout changer. La souffrance ne disparaît pas, mais lorsqu'elle est accompagnée, elle devient structurante. Elle apporte lucidité, empathie, et parfois une force insoupçonnée.
Un adolescent en crise ne sera plus jamais le même. L'enjeu n'est pas de nier sa douleur, mais d'éviter qu'elle ne le referme sur lui-même. Même sans hospitalisation, beaucoup traversent des moments de rupture. Il est urgent d'apprendre à repérer les signaux faibles.

Des progrès ont été réalisés — sur les structures adaptées, les approches intégrées. Mais les médicaments ne suffisent pas. L'écoute, les liens humains, la capacité de transformation restent essentiels. Trop souvent, on affirme que les enfants sont notre avenir… tout en négligeant leurs besoins fondamentaux.

L'art a un rôle majeur à jouer. Au-delà des professionnels, les pairs-aidants — ces jeunes devenus adultes, revenus pour accompagner — sont puissants dans la relation. Dans LES RÊVEURS, ce sont les liens humains, plus que les traitements, qui réparent. Je pense à Alma, une jeune fille accueillie chez nous. Elle a trouvé du sens et de l'apaisement dans la poésie, la musique, la création. C'est aussi cela, le soin.

L'important n'est pas que les lieux soient ouverts ou fermés, mais la qualité du lien humain qui s'y tisse, et la posture du soignant. Être là, sans être un parent, mais en occupant pleinement une place relationnelle juste et soutenante.
Les causes de cette souffrance sont multiples : incertitudes mondiales, anxiété écologique, pression scolaire, isolement croissant. La société française banalise encore trop souvent les signaux précoces, confondus avec une simple « crise d'ado ». Pourtant, un simple « j'en ai marre » peut être un cri d'alerte. Il faut apprendre à décoder le langage propre à l'adolescence, souvent non verbal.

Notre système est devenu très individualisant. Dès la Seconde, les jeunes suivent des parcours isolés. Parcoursup, la pression constante, la solitude, les enjeux de genre : tout cela fragilise. L'entraide diminue. Le pessimisme est palpable : beaucoup pensent qu'ils vivront moins bien que leurs parents.

L'école devrait jouer un rôle central, mais elle est elle aussi sous-dotée. Les pays nordiques disposent d'équipes de santé dans chaque établissement. En France, il faut encore justifier cette évidence.

Le genre est également un facteur. Les filles expriment davantage leur souffrance, mais sont moins prises au sérieux. Une fille doit souvent parler à cinq personnes avant d'être orientée ; un garçon est pris en charge plus vite. Les discriminations, notamment celles subies par les jeunes filles noires, aggravent cette injustice.

Les réseaux sociaux amplifient la pression, notamment sur l'image et la performance. C'est un miroir impitoyable. Face à cela, il ne suffit pas d'écouter : il faut être réceptif, comprendre leur manière d'être au monde. On ne peut pas attendre qu'un adolescent montre les signes typiques d'une dépression adulte. Il peut être drôle en ligne, et vide à l'intérieur.

La crise de la pédopsychiatrie est ancienne : manque de moyens, de formations, de professionnels. La France est en retard. Certaines régions n'ont plus aucun pédopsychiatre ; bientôt, 40 % partiront à la retraite. Il manque aussi des psychologues, éducateurs, infirmiers, nutritionnistes… Le soin est nécessairement pluriel, collectif.

Depuis les années 1990, la pédopsychiatrie a connu deux grandes phases : une première crise, suivie d'un renouveau avec l'ouverture des Maisons des Adolescents. Mais depuis 2015, on observe une nouvelle dégradation, aggravée par la pandémie de 2020. Les chiffres sont alarmants : jusqu'à 20 % des jeunes expriment des idées suicidaires. À cela s'ajoutent troubles du sommeil, de l'alimentation, l'isolement, les scarifications… Un adolescent qui dit vouloir mourir pose souvent une autre question évidente : ai-je envie de vivre ce monde-là ?
Nous devons aussi renforcer la recherche, améliorer la formation, et garantir l'accès aux soins pour les plus vulnérables : enfants de l'ASE, de la PJJ, mineurs isolés. Les parcours sont chaotiques, les délais trop longs. Or, chez l'adolescent, le temps est vital.

La création artistique, notamment le cinéma, peut être un levier puissant. Elle transforme la douleur en récit, en partage, et aide les jeunes à comprendre qu'ils ne sont pas seuls. Elle permet aussi à la société de mieux percevoir la complexité de leur souffrance.

Je reste optimiste. Nous vivons une époque décisive. Il est temps que la santé mentale ne soit plus reléguée au second plan. Les outils existent. Ce qui manque désormais, c'est la volonté collective de les mobiliser.

Marie Rose Moro
Pédopsychiatre, psychanalyste,
Professeure Université Paris Cité
Auteure de 50 questions sur les bébés, les enfants et les adolescents, Pensée sauvage
Lien de visionnage de l'Entretien croisé Isabelle Carré / Marie-Rose Moro lien :
https://vimeo.com/1107103311?ts=0&share=copy

REGARD SUR LE FILM

Adolescence et cinéma, un compagnonnage ancien et récurrent, renouvelé à chaque époque car le cinéma est l'espace de projection de chaque génération, comme l'adolescence, période de mutation et de remaniement reflète une société dans ses formes mouvantes aussi bien émancipatrices qu'aliénantes.
De l'adolescent de Comencini à la série anglaise Adolescence vue il y a peu sur Netflix, il y a apparemment peu de choses en commun et pourtant on voit dans les deux œuvres comment la narration filmique se prête à l'imaginaire de cette période.

L'écran permet de saisir les différents temps narratifs, régressifs, jubilatoires, extatiques, dissociatifs, catastrophiques, les premiers émois sexuels comme la rencontre avec la mort.
Le cinéma peut figurer les crises, les transitions et les ruptures car comme dans le rêve, il utilise la condensation et le déplacement.

C'est ainsi que dans le film LES RÊVEURS, l'héroïne jouée par Isabelle Carré à la fois protagoniste, actrice et réalisatrice, dans un mouvement réflexif est à la fois spectatrice et sujet de cette crise adolescente particulièrement douloureuse. Et ce, comme dans le film de Noémie Lvovsky : « Camille redouble » qui permet à la fois l'abréaction et la reviviscence de sentiments douloureux sous le regard amusé et ému du spectateur invité à accompagner l'auteur et aussi actrice dans ce processus comme une analyse qui transforme un vécu en une narration et permet de devenir sujet de son histoire.

L'adolescence c'est le deuil des premiers objets libidinaux et la nécessité de traverser des désenchantements maturatifs. Le cinéma, par la pluralité des formes et des images, sollicite les capacités identificatoires du spectateur qui reconnaît ses ressentis de l'adolescence.

C'est une pensée imageante hors champ et hors temps avec un cadre symboligène qui fait contenant qui nous permet de voir et de comprendre comment Elisabeth dans ce film, confrontée à une situation extrême découvre, se fraie un chemin vers son désir qui est désir de jouer, de se figurer, de se transcender en occupant la place de personnages.

C'est aussi grâce au cinéma dans le cinéma qu'elle accède à ce désir puisque c'est en s'identifiant à ses héros de cinéma, en se répétant les répliques des films qu'elle reprend goût à la vie alors qu'elle est enfermée dans un service psychiatrique pour enfants à l'hôpital Necker.

Le cadre psychiatrique dans lequel s'opère ce processus devient secondaire et on assiste à la reconstruction de cette jeune fille confrontée à un événement, une déception amoureuse vécue comme une catastrophe, un effondrement narcissique sur fond de chaos familial. Reconstruction qui comme le montage d'un film se fait ou ne se fait pas au fil des rencontres et des possibilités identificatoires.

On pense alors à un autre film de référence sur l'adolescence et l'entrée dans l'âge adulte « Mina Tannenbaum » de martine Dugowsonn qui permet de suivre le parcours de deux adolescentes juives dans les années 70 dont l'une dépassera les multiples traumatismes traversés de la petite comme de la grande histoire et pas l'autre sur fond, là encore, de trahison vécue comme un effondrement pour la plus fragile et comme nécessité pour l'autre de rompre les attachements de l'adolescence pour accéder à l'autonomie adulte.

Ce qui me paraît particulièrement percutant dans ce film, même si cela va à l'opposé de ce que l'on croit ou que l'on a envie de croire, c'est que le soin, la réparation, la reconstruction se font toujours à l'insu et à l'indu de l'institution et ce, même si l'institution est nécessaire car elle fait contenant comme le cadre permet de construire l'image donc le film.

Elisabeth va trouver sa voix à l'issu d'un mois passé enfermée dans un service où, apparemment, les soignants s'occupent peu et mal des enfants mais où se nouent d'intenses relations entre les enfants. Elisabeth rencontre notamment une jeune fille suicidaire comme elle mais leur lien va lui redonner vie. Jeune fille qu'elle cherche à retrouver trente ans après car elle a dû l'abandonner pour vivre sa vie.

Dans cet univers clos et artificiel, elle est débarrassée de l'envahissement par les désirs de son entourage : le frère passionné de musique, le père pris dans son désir homosexuel réprimé ou au moins tu, la mère dans son désir contrarié de vivre, l'immaturité de ses parents trop occupés d'eux même pour être à son écoute ou du moins incarner les balises d'orientation nécessaires pour se construire. Ainsi, elle peut totalement se consacrer à elle-même et développer avec ses compagnons d'infortune des liens atypiques et /mais structurants. C'est ainsi aussi que le chef de service, distant et apparemment incapable d'entendre les enfants, incarne une présence lointaine et bienveillante, une loi paternelle structurante, non pas collée aux besoins des enfants mais protégeant un lieu à l'intérieur duquel ils peuvent se redéployer

Que ce soit grâce à Michel Foucault dans « Surveiller et punir » ou à Erving Goffman dans « Asiles », on sait que la fonction de ce qu'on appelait asiles et qui est nommé maintenant hôpital psychiatrique est une fonction de protection sociale, protection contre le désordre des âmes et des corps, désordre contagieux ou reconnu comme dangereux. L'idée du soin est venue s'ajouter au fil de l'histoire de ces lieux et de l'évolution de la société avec des aléas divers qu'ils soient idéologiques ou financiers.

Mais de quel soin s'agit-il ? Où commence la maladie ? Où finit le désordre adolescent normal ? Eternelle question qui interpelle chaque époque dans la définition même qu'elle se donne de l'équilibre psychique et des nécessités sociétales.

Sans entrer dans la polémique et la critique des conditions actuelles du soin et notamment du manque de moyens alloués aux soins psychiques des adolescents, je retiens de ce film une acuité rare, un regard intense sur la détresse adolescente et sur le processus que traverse un sujet pour accéder à l'âge adulte.

Mais aussi un regard sur les conditions actuelles dans lesquelles les jeunes vivent leur adolescence : des adultes plus à l'écoute mais dont les besoins affectifs débordent sur ceux de leurs enfants et où les barrières intergénérationnelles deviennent floues rendant la vie psychique de l'adolescent trop « poreuse » aux aléas de vie de son entourage et de ses pairs.

Plus près de nous et actuellement, mais qui ne peuvent pas être dans le film (et pour cause), on retiendra la responsabilité des réseaux sociaux qui apparemment facilitent les échanges entre adolescents mais amplifient les phénomènes de haine collective, la diffusion de théories complotistes délétères et la fermeture du monde adolescent qui ne communique plus avec les autres générations.

On est loin de « Family Life » film qui a bercé mon adolescence qui a fait date et scandale tant la jeune fille y était maltraitée et mal traitée et qui montre le chemin parcouru depuis par la société dans l'écoute de la souffrance adolescente. On est loin aussi de « Mommy » de Xavier Dolan qui montre, à l'instar de ce film, l'impossibilité pour le personnage de s'arracher à la fusion avec la mère et qui ne pourra pas bénéficier d'une autre forme de relation que la passion destructrice avec la mère qui se déploie dans ce film qui a aussi fait date.

Ce film permet de réquisitionner la figuration de l'adolescence au cinéma sous une forme très réaliste qui permet de suivre au plus près les étapes de la reconstruction d'Elisabeth, alias Isabelle Carré qui grâce/malgré/à cause d'une hospitalisation en psychiatrie a pu surmonter un traumatisme adolescent qui venait ponctuer un malaise ancien et profond sur fond de milieu familial insécure.

Lysiane Lamantowicz, Psychiatre, psychanalyste, thérapeute familiale

ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES - SÉRIE ST2S
SCIENCES ET TECHNOLOGIES DE LA SANTÉ ET DU SOCIAL

Le baccalauréat Sciences et Technologies de la Santé et du Social (ST2S) est un baccalauréat technologique scientifique qui a pour objectif la poursuite d'études, notamment dans les domaines de la santé et du social.

Dans le cadre des enseignements de spécialité, les élèves de la série ST2S suivent l'enseignement de sciences et techniques sanitaires et sociales leur permettant d'analyser, dans leur complexité, des situations d'actualité sanitaire ou sociale et d'en comprendre les enjeux. A ce titre, ils sont amenés à identifier et analyser les besoins de santé et les besoins des individus et des groupes sociaux et examinent les réponses apportées par les politiques publiques, les dispositifs et les institutions sanitaires et sociales.

Le film LES RÊVEURS permet à ce titre d'illustrer avec sensibilité le mal-être adolescent conduisant certains d'entre eux ayant des pensées suicidaires à passer à l'acte. Il permet aussi d'évoquer l'évolution de la prise en charge médicale de ces jeunes par les services de psychiatrie.

LIENS AVEC LES PROGRAMMES :

Liens avec le programme de seconde, option santé-social :

- Hôpital : images et réalité

Questionnements : Quelles représentations et quelles réalités de l'hôpital ?

Liens avec le programme de 1ère ST2S :

- **Pôle thématique :**

« Santé, bien-être et cohésion sociale »
Capacités exigibles : Montrer la relativité des notions de santé, Identifier les préoccupations en santé publique.
« Modes d'intervention sociale et en santé »
Capacités exigibles : Caractériser les modes d'intervention en santé, Mettre en relation une action de santé avec la question de santé qui en est à l'origine, Présenter le rôle des différents acteurs dans une intervention en santé.

- **Pôle méthodologique :**

« Comment les études scientifiques en santé-social contribuent-elles à la connaissance d'une population ? »
Capacités exigibles : Argumenter l'intérêt d'une étude à la connaissance de l'état de santé ou d'un fait social, Mettre en relation un objet d'étude avec la demande ou le besoin

Liens avec le programme de Terminale ST2S :

- **Pôle thématique :**

« Politique de santé et gouvernance du système de santé »
Capacités exigibles : Montrer que la politique de santé vise à agir sur les déterminants de santé, Analyser une intervention en promotion ou en prévention de santé, Montrer la complémentarité des différentes composantes du système de soins sur un territoire.

1. Les conséquences du mal-être sur la santé des adolescents

L'adolescence est une période de grande vulnérabilité compte tenu des modifications physiques, psychiques et sociales qui s'y opèrent. Ce long processus de transition est parsemé de challenges que le jeune doit affronter pour se construire. Il s'opère, chez la majorité d'entre eux, avec des périodes de crises passagères.

Lorsque des facteurs déstabilisateurs (un deuil, une absence, un traumatisme ou encore un déménagement ou la précarité) viennent perturber cette période, ce moment essentiel de construction peut facilement créer une souffrance morale. Lorsque celle-ci est manifeste, il est important de demander de l'aide.

Or, il est des situations dans lesquelles l'adolescent ou l'adulte jeune n'a pas vraiment conscience de sa propre souffrance. Certains signes peuvent aider à sonner l'alarme.
Certains signes permettent d'alerter le jeune ou son l'entourage sur une possible souffrance psychique. Celle-ci se traduit par des interrogations qui sont sources d'angoisse, des comportements, des actes ou des dires.

Quels symptômes doivent alerter ?

L'incapacité à faire face aux tâches de la vie quotidienne

Le jeune ne se sent pas capable de se rendre à l'école, à l'université, sur le lieu où il suit une formation, un stage ou sur son lieu de travail. Cette incapacité peut se traduire par un absentéisme important.

Des difficultés à entrer en contact avec les autres.

Ce handicap le pousse à l'isolement, au rejet des réunions de groupe, au refus d'avoir des relations sexuelles.

La répétition des plaintes somatiques

Les adolescents ont souvent du mal à trouver les mots pour exprimer ce qu'ils ressentent, et le corps sert alors de médiateur. Des somatisations tels que des douleurs multiples peuvent interpeler par leur répétition et l'absence d'anomalie physique associée.

Un sommeil perturbé

Chez les jeunes, le processus d'endormissement est plus tardif en raison d'une sécrétion décalée de mélatonine (hormone du sommeil) au niveau du cerveau. Il s'ensuit un coucher plus tardif, y compris les jours de collège et de lycée et un réveil spontanément plus tardif.
Lorsqu'ils sont contraints à se lever tôt, les jeunes ne dorment pas assez par rapport à leurs besoins. Ils tentent de compenser ce manque par un lever plus tardif pendant les week-ends et les vacances, mais ils sont souvent victimes d'épisodes de somnolences dans la journée.
Les insomnies répétées, l'enfermement dans un « sommeil refuge » et tous les troubles du sommeil (cauchemars, etc.) durables peuvent être en relation avec une souffrance psychologique en cette période de la vie souvent perturbée.

La répétition des situations d'échec

L'adolescent souffre de ses échecs, notamment aux examens.

Des actes agressifs fréquents contre soi-même

Ils se traduisent par une consommation excessive d'alcool, de cannabis, de médicaments ou autre.
Ils peuvent aussi être des scarifications (griffures vécues comme des actes de soulagement), des attitudes alimentaires restrictives (anorexie) ou excessives (boulimie) ou encore, une conduite automobile ou la pratique d'un sport risquée.
Ils peuvent aussi aboutir à des tentatives de suicide (vécues comme le souhait de partir et de fuir une situation insoutenable).

Des actes agressifs fréquents contre les autres

Il peut s'agir de vol, agressions, harcèlement, etc.

Une souffrance morale

Elle peut être liée à des traumatismes anciens comme la maltraitance physique ou morale, des agressions physiques ou sexuelles, un harcèlement subi (brimades ou maltraitance à l'école, par téléphone, sur internet, dans le quartier).

***Source** : Reconnaître les signes d'alerte d'une souffrance psychologique chez un jeune, dossier de l'Assurance Maladie, mis en ligne le 26 février 2025, disponible sur : https://www.ameli.fr*

Exercice 1 :

Dans le film LES RÊVEURS, l'entourage de l'héroïne ne semble pas avoir détecté les signes du mal-être de l'adolescente. Une fois installé, ce mal-être va avoir des conséquences importantes sur les trois dimensions de la santé des jeunes qui en souffre.
A partir de vos connaissances et de ce que vous avez vu et compris des personnages adolescents du film LES RÊVEURS, complétez le tableau ci-joint.

	Manifestations du mal-être sur la santé physique des adolescents	Manifestations du mal-être sur la santé mentale des adolescents	Manifestations du mal-être sur la santé sociale des adolescents
Quelques éléments de réponse	*Conséquences des restrictions alimentaires excessives (troubles anorexiques) ou excès alimentaires boulimiques (accompagnés ou non de vomissements provoqués) telles que la perte ou la prise de poids importants ; les blessures volontaires (scarification par ex) ou issues des prises de risques variées (sur la route ou dans des sports extrêmes) ; l'accumulation de douleurs physiques, d'accidents ou de maladies ; les tentions musculaires intenses ; les palpitations ; les tentatives de suicide ; etc…*	*La tristesse ; la violence tournée vers soi-même ou sur les autres ; l'épuisement; le manque de concentration et de difficultés de mémorisation ; la perte d'intérêt et de plaisir ; l'insomnie ; les consommations excessives ou à risque ou les addictions à l'alcool, le cannabis ou les autres drogues illégales, au tabac, aux médicaments ou bien aux jeux vidéo, aux jeux d'argent, au sexe ; etc…*	*L'isolement social avec espacement ou arrêt des contacts avec les parents, la famille, les amis ; l'absentéisme scolaire ; la succession d'échecs (par exemple aux examens) ; l'impossibilité de se rendre au collège, au lycée ; les difficultés à entrer en contact avec les autres ; les conduites délinquantes (vols, agressions physiques ou harcèlements infligés à autrui, etc.) ; etc…*

Questions de baccalauréat liées à la santé mentale :

- Montrer que le mal-être des adolescents impacte leur santé.

Exemple de question support pour le Grand Oral :

- Quelles conséquences sur la santé des adolescents peuvent avoir les troubles mentaux ?

2. Les déterminants de la santé mentale des individus

Selon l'OMS, la santé mentale est 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 de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».
Les troubles mentaux présentent un très large spectre, allant des troubles légers et ponctuels à des troubles sévères, chroniques et invalidants. Les troubles mentaux représentent l'un des principaux fardeaux en matière d'années de vie perdues en bonne santé et environ la moitié des troubles mentaux se manifestent avant l'âge de 14 ans selon Santé Publique France (1).

Exercice 2 :

Dans le film LES RÊVEURS différents éléments déclencheurs d'un trouble de la santé mentale pourraient être à l'origine de la tentative de suicide de l'héroïne. Listez-les.

Quelques éléments de réponse :

La jeunesse de l'héroïne, sa relative solitude dans sa vie quotidienne (parents souvent absents, pris dans leur propre vie, peu voire pas d'amis et de lien avec les camarades de classe), le silence familial entourant les difficultés du couple parental et possiblement des secrets de famille, le début de sa sexualité, l'absence de paroles réconfortantes et d'amour de la part de son petit copain, le désintérêt du petit copain pour l'héroïne au profit de son frère, la révélation du pari dont elle a fait l'objet, etc.

(...) La santé mentale est influencée non seulement par les caractéristiques individuelles (psychiques : capacité de maîtriser ses propres émotions, ses comportements et capacité d'interagir de façon positive avec les autres ; génétiques, etc.), mais aussi par les facteurs sociaux, culturels, économiques, politiques et environnementaux. Ainsi, plus l'individu est en situation précaire, moins il est riche matériellement dans sa communauté, et plus il a de risques de présenter des troubles psychiques.

Plus particulièrement, trois catégories de déterminants influent sur la santé mentale :
• les ressources psychiques et les comportements individuels correspondent aux aptitudes innées et acquises permettant à un individu de se prendre en charge dans sa vie quotidienne, à sa capacité de prendre part à la société, ainsi qu'à des facteurs génétiques et biologiques. Parmi les facteurs favorables se trouvent l'estime et la confiance en soi ou une bonne forme physique. Les facteurs négatifs incluent la difficulté à communiquer ou la consommation de substances psychoactives ;
• les facteurs déterminés par le contexte social et économique d'une personne : l'isolement social, la pauvreté, le chômage ou l'échec scolaire influent négativement sur la santé mentale ; à l'inverse le soutien social, de bonnes relations familiales, la sécurité économique ou la réussite professionnelle représentent des facteurs protecteurs. La capacité à se développer et à s'épanouir est fortement influencée par son environnement social immédiat (famille, amis et collègues) et par le contexte socio-économique ;
• l'environnement socioculturel et politique tel que les pratiques culturelles prédominantes et les politiques sociales et économiques mises en place au niveau national. La discrimination, les inégalités entre les sexes ou les inégalités sociales sont des exemples de déterminants préjudiciables au bien-être mental.

Il est donc évident que certains groupes sociaux risquent plus particulièrement d'être atteints de troubles mentaux : c'est le cas notamment des ménages vivant dans la pauvreté, des individus souffrant d'affections chroniques, des groupes minoritaires, ainsi que des personnes se trouvant dans un état de conflit et/ou déplacées en raison de guerres.

Les différentes catégories de déterminants interagissent et s'influencent mutuellement de façon dynamique.

Une bonne santé mentale chez un individu trouvera son équilibre entre l'augmentation des facteurs de protection que sont les ressources personnelles de base, l'estime de soi, le soutien social et la diminution des facteurs de risques que sont les facteurs biologiques négatifs, le stress, les inégalités économiques. (...)

***Source** : extrait de La Santé en action n° 439, mars 2017 « La promotion de la santé mentale : un enjeu individuel, collectif et citoyen » de Déborah Sebbane*

(1) ***Source*** : dossier santé mentale de Santé Publique France, mis à jour le 6 décembre 2023, disponible sur : https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/sante-mentale

Exercice 3 :

- A partir du texte ci-dessus, complétez le tableau.

Les déterminants et facteurs de risque d'un trouble de santé mentale

Liste des déterminants de santé et sociaux	**Facteurs de risque associés** ***éléments de réponse issus du texte***
Déterminant biologique	*Individus souffrant d'affections chroniques, atteints de handicap*
Déterminant génétique	*Ce déterminant est cité dans le texte mais il n'est pas explicité. Toutefois, être une femme est un facteur de risque au trouble mental car selon la Drees, en juillet 2021, les syndromes anxieux ou dépressifs concernaient 12 % des hommes et 19 % des femmes(1).*
Déterminant psychique	*Capacité de maîtriser ses propres émotions et incapacité d'interagir de façon positive avec les autres, difficultés à communiquer, stress*
Déterminant comportemental	*Consommation de substances psychoactives*
Déterminant lié au système de santé ou social	*Ce déterminant n'est pas évoqué dans le texte mais le manque de prévention concernant les troubles mentaux peut les aggraver car ils ne seraient pas détectés à temps.*
Déterminant environnemental	*Mauvaise relation familiale, isolement social*
Déterminant social	*Discrimination, inégalités entre les sexes ou les inégalités sociales, guerres, personnes se trouvant dans un état de conflit et/ou déplacées en raison de guerres.*
Déterminant socio-professionnel	*Difficultés professionnelles*
Déterminant socio-culturel	*Echec scolaire*
Déterminant socio-économique	*La précarité, l'insécurité économique, la pauvreté, le chômage, le contexte économique*

Questions de baccalauréat liées à la santé mentale :

- Présenter les déterminants à l'origine des troubles mentaux.
- En quoi peut-on dire que la santé mentale est un déterminant de santé.

(1) ***Source*** *:* Santé mentale : une amélioration chez les jeunes en juillet 2021 par rapport à 2020 mais des inégalités sociales persistantes, étude n°1233, disponible sur *https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/publications-communique-de-presse/etudes-et-resultats/sante-mentale*

3. Repérer et prévenir les actes suicidaires des adolescents

Le film LES RÊVEURS témoigne pour partie de la prise en charge dans un service de psychiatrie d'une adolescente après sa tentative de suicide, dans les années 1980. A cette époque le système de veille sanitaire était balbutiant et il faudra attendre l'année 2000 pour que l'enquête Baromètre Santé de Santé Publique France soit instituée. Depuis, nous pouvons avoir connaissance de l'évolution de la prévalence des tentatives de suicide (au cours de la vie et des 12 derniers mois) et des pensées suicidaires (au cours des 12 derniers mois) en population générale adulte grâce aux baromètres santé 2000, 2005, 2010, 2014, 2017, 2020 et 2021 dont la méthodologie était comparable.

La surveillance en santé mentale concerne à la fois l'ensemble de la population et certaines populations spécifiques comme les travailleurs, les adolescents, les enfants et les jeunes, les personnes sous-main de justice.

Elle repose sur :

- Les données de recours aux soins : avec le recours aux urgences pour motifs psychiatriques (via Sursaud®) et les données du Système national des données de santé (SNDS).
- Des enquêtes épidémiologiques dédiées qui peuvent être répétées dans le temps permettant une surveillance plus globale de la santé mentale (de la santé mentale positive aux troubles psychiatriques les plus fréquents en passant par les différents degrés de mal-être) ainsi que ses déterminants, dont la question des inégalités sociales de santé. Par exemple, le Baromètre Santé en population générale, l'étude EnCLASS en milieu scolaire (en partenariat avec l'OFDT, l'EHESP, l'Inserm et l'Education Nationale), ou encore le suivi de cohortes pour la surveillance épidémiologique en lien avec le travail (cohortes Coset).
- Des études spécifiques ponctuelles axées sur une population donnée (par exemple auprès des personnes détenues ou auprès des personnes exposées aux attentats du 13 novembre 2015 telle que l'étude ESPA).

Cette surveillance permet de produire des indicateurs de façon régulière en population générale ou dans des milieux spécifiques, dont le milieu de travail. Ces indicateurs concernent les troubles anxieux et dépressifs et les autres états de santé mentale (bien-être et détresse psychologique…), les actes et conduites suicidaires en population générale et dans des milieux / populations spécifiques tels que le milieu de travail, en milieu carcéral ou chez les adolescents.

Source : Dossier « La Santé mentale » de Santé Publique France, mis à jour le 6 décembre 2023, disponible sur : https://www.santepubliquefrance.fr

Exercice 4 :

--> Présentez les caractéristiques principales de l'étude EnCLASS http://enclass.fr/

Quelques éléments de réponse :

Retrouver les éléments caractérisant la population étudiée (combien d'élèves interrogées, sur quel territoire ?), la durée de l'enquête, les outils utilisés, les partenaires de l'étude, etc.

Exemple de question support pour le Grand Oral :

- Que peut apporter l'étude EnCLASS sur la connaissance du public jeune touché par les troubles mentaux ?

En France, le suicide est la deuxième cause de mortalité chez les jeunes. Les tentatives de suicide ont un retentissement psychologique et social très lourd, en plus des blessures et de la potentielle invalidité à long terme auxquelles il faut faire face. (...)

Depuis plus de 30 ans, le suicide représente la deuxième cause de mortalité chez les 15-24 ans et la 5ème cause de mortalité chez les moins de 13 ans. En 2016, 26 décès par suicide ont été enregistrés chez les moins de 15 ans et 352 chez les 15-24 ans, soit des taux respectifs de 0,3 et 4,5 pour 100 000 habitants.
Les professionnels en contact quotidien avec des enfants et adolescents se posent de nombreuses questions concernant les idées suicidaires : (...) Comment repérer et évaluer les idées suicidaires ? Comment prévenir le passage à l'acte ? (...) A terme, les objectifs sont multiples : réduire la fréquence des passages à l'acte, la mortalité, les handicaps et les incapacités résultant de tentatives de suicide et diminuer les nouvelles tentatives de suicide.

Les idées suicidaires chez l'enfant et l'adolescent ne doivent pas être banalisées
Le suicide est un sujet tabou, douloureux et intime. Il est très difficile, surtout chez les plus jeunes, d'accepter de demander de l'aide concernant sa santé mentale. Il est commun de penser que la période de l'adolescence est difficile pour tout le monde et propice aux idées suicidaires, et il arrive très souvent que celles-ci soient donc banalisées. Pourtant, selon une enquête IPSOS pour la Fondation Pierre Deniker(1), 95% des jeunes sont globalement heureux et intéressés par la vie.
(...) Le repérage des enfants et des adolescents suicidaires repose sur une écoute active et un questionnement direct. Il est donc important de prendre au sérieux la parole de tous les enfants et adolescents qui expriment ces idées et de leur apporter une réponse réactive et adaptée. Par ailleurs, il est primordial de noter que le fait de poser de façon explicite la question à un enfant ou un adolescent sur la présence d'idées suicidaires n'induira pas de telles idées ou même un passage à l'acte. (...)

Sources : HAS Idées suicidaires chez l'enfant et l'adolescent : repérer, évaluer et orienter la prise en charge, Communiqué de presse - Mis en ligne le 30 sept. 2021, disponible sur : https://www.has-sante.fr

Isabelle Carré revient une fois adulte dans le service dans lequel elle avait été hospitalisée durant son adolescence. Elle propose un atelier d'écriture et de lecture aux adolescents qui y sont actuellement hospitalisés. Les ateliers thérapeutiques permettent aux patients de la psychiatrie de favoriser la communication et la réinsertion sociale, de retrouver la confiance et l'estime de soi autour de la pratique d'une activité manuelle ou artistique. Ces activités encadrées par du personnel soignant font partie du traitement et ont pour objectif le rétablissement de la personne.

(1) Enquête réalisée en ligne par IPSOS auprès de 603 jeunes de 15 à 25 ans, 601 parents d'enfants de 11 à 25 ans et 235 enseignants, réalisée du 2 au 12 février 2016

Exercice 5 :

→ A partir de vos connaissances et d'une recherche documentaire de qualité, retrouvez des exemples de prévention primaire, secondaire et tertiaire en faveur de la santé mentale.

Quelques éléments de réponse :

Dans le cadre de la prévention des maladies mentales, on peut retrouver les actions de prévention suivantes :

- Prévention primaire (prévenir les problèmes de santé mentale avant qu'ils ne surviennent) :

Campagne « Parlons santé mentale » (depuis mars 2025), les « semaines d'information sur la santé mentale » pour sensibiliser la population aux enjeux de la santé mentale et déstigmatiser les populations touchées ;

- Prévention secondaire (repérer et traiter les problèmes de santé mentale installés) : dépistage des situations de harcèlement scolaire, mise en place de numéros d'écoute et de soutien tels que SOS Amitiés ; le 3114 numéro national de prévention du suicide ; le Fil Santé jeunes ou plus spécifiquement la ligne Azur destinés aux personnes LGBT+ en difficulté ; le 3018, numéro national pour les jeunes victimes de violence numérique ; le 3020, non au harcèlement à l'école et en cours, etc.

- Prévention tertiaire (aider les personnes vivant avec des problèmes de santé mentale à rester en bonne santé et à prévenir toute détresse supplémentaire) : les ateliers thérapeutiques, les groupes de parole, etc.

Questions de baccalauréat liées à la santé mentale :

- Montrer la nécessité d'une politique de prévention de la santé mentale.
- Présenter les différentes mesures de prévention en faveur de la santé mentale

Exemple de question support pour le Grand Oral :

Quels bénéfices attendre pour les jeunes hospitalisés en psychiatrie des ateliers thérapeutiques « écriture et lecture » mis en place ?

4. Faire de la santé mentale une grande cause nationale

La santé mentale a été désignée Grande Cause nationale en 2025.

Car ouvrir les yeux et le dialogue, mettre des mots sur les maux liés à la santé mentale sont essentiels pour faire avancer la compréhension et la prise en charge de ce sujet encore mal connu, et qui pourtant concerne tous les Français. Bonne ou mauvaise, nous avons tous une santé mentale dont il faut prendre soin.
2025 sera donc une année de sensibilisation pour libérer la parole, décomplexer les conversations et promouvoir l'écoute et l'inclusion dans tous les pans de la société.
Une année d'actions pour favoriser l'accès aux soins des personnes en souffrance psychique.
Une année pour réaliser que la santé mentale est l'affaire de tous.

Source : https://www.info.gouv.fr/grand-dossier/parlons-sante-mentale

Faire de la santé mentale une Grande cause nationale est un choix qui répond à un enjeu majeur de santé publique alors qu'un Français sur quatre sera confronté à un trouble mental au cours de sa vie. Lever les tabous, améliorer l'accès aux soins, à l'information et renforcer la prévention sont au cœur des actions portées par l'Etat et ses partenaires.

Faire de la santé mentale la Grande Cause nationale 2025, c'est lutter contre le manque d'information et la stigmatisation des troubles mentaux. Le retard de diagnostic constitue un obstacle à l'accès aux soins. Par ailleurs, il contribue au manque d'inclusion sociale des personnes vivant avec des troubles mentaux.
La Grande Cause nationale 2025 s'articulera autour de quatre objectifs prioritaires :
·la déstigmatisation par le changement de regard sur les troubles psychiques et les troubles mentaux ;
·le développement de la prévention et du repérage précoce ;
·l'amélioration de l'accès aux soins partout sur le territoire français ;
·l'accompagnement des personnes concernées dans toutes les dimensions de leur vie quotidienne.

Source : https://solidarites.gouv.fr/la-sante-mentale-grande-cause-nationale-2025

Juste avant le générique de fin du film LES RÊVEURS, le spectateur peut prendre conscience, grâce à quelques repères chiffrés, de l'augmentation de l'incidence des troubles mentaux touchant les jeunes depuis la crise du Covid et leurs difficultés à trouver un lieu de soins adaptés en raison de la pénurie de places en psychiatrie. Ainsi, on peut y lire les éléments suivants : « 246, c'est en pourcentage la hausse des hospitalisations psychiatriques chez les filles de 10 à 14 ans depuis ces 10 dernières années, 2 hospitalisations sur 3 sont liées à des tentatives de suicide, preuve de la dégradation de la santé mentale des jeunes ».

Exercice 6 :

→ **Retrouvez les principaux indicateurs de ce dossier pédagogique.**

Quelques éléments de réponse :

Incidence : « 246, c'est en pourcentage la hausse des hospitalisations psychiatriques chez les filles de 10 à 14 ans depuis ces 10 dernières années »

Prévalence : « un Français sur quatre sera confronté à un trouble mental au cours de sa vie »
Mortalité spécifique : « le suicide représente la deuxième cause de mortalité chez les 15-24 ans et la 5ème cause de mortalité chez les moins de 13 ans », « En 2016, 26 décès par suicide ont été enregistrés chez les moins de 15 ans et 352 chez les 15-24 ans, soit des taux respectifs de 0,3 et 4,5 pour 100 000 habitants ».

Exercice 7 :

→ **Grâce à vos connaissances et une recherche documentaire de qualité, dressez une liste d'actions collectives mises en place par la Santé Publique ou par des associations spécialisées dans la promotion de la santé mentale pour améliorer la santé mentale des individus.**

Sources proposées dans ce dossier :

- page 8 de ce dossier d'accompagnement le texte de Marie-Rose Moro
- lien vers l'entretien croisé Isabelle Carré / Marie-Rose Moro https://vimeo.com/1107103311?ts=0&share=copy

Quelques éléments de réponse :

Développer des plans et programmes pluriannuels de Santé Publique tels que « Psychiatrie et santé mentale 2018-2026 » ou « Santé mentale Grande cause nationale 2025 » permettant :

Une **meilleure connaissance des facteurs de risque** et de **la population touchées** grâce au financement de différentes enquêtes épidémiologiques telles que l'étude Enabee sur le bien-être et la santé mentale des enfants de 3 à 11 ans, scolarisés en maternelle ou en élémentaire en France hexagonale ou l'étude EnCLASS pour les collégiens et les lycéens

Des campagnes de sensibilisation et de déstigmatisation telles que « Parlons santé mentale »

Des numéros d'urgence et de soutien (cf précédemment)

L'aide au financement de plusieurs dispositifs tels que :

- ***Mon bilan prévention*** : dispositif de prévention pour les 18-25 ans qui permet notamment de faire le bilan de son bien-être mental, de bénéficier de conseils personnalisés et d'être orienté, si l'état de santé le nécessite, vers un professionnel ou une structure adaptée ;

- ***VigilanS*** : système de recontacte et d'alerte en organisant autour de la personne ayant fait une tentative de suicide un réseau de professionnels de santé qui garderont le contact avec elle) ;

- ***Mon soutien psy*** : dispositif proposé par l'Assurance Maladie à toute personne dès l'âge de 3 ans si elle se sent angoissée, déprimée ou éprouve un mal-être, permettant la prise en charge jusqu'à 12 séances d'accompagnement psychologique chez un psychologue partenaire et un remboursement de 60% de la séance ;

- ***Les maisons des adolescents*** : dispositifs ayant pour missions : l'accueil, l'information, la prévention et la promotion de la santé, l'accompagnement et la prise en charge multidisciplinaire des adolescents (de 11 à 21 ans et jusqu'à parfois 25 ans selon les dispositifs), généralement de courte durée de leurs familles et des professionnels qui les entourent ;

- ***Le programme de Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM)*** : permet de former des secouristes capables de mieux repérer les troubles en santé mentale, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, d'encourager à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, d'agir pour relayer au service le plus adapté ;

Alliance pour la Santé Mentale : prévention et promotion de la santé mentale pour tous et à tous les âges, lutte contre la stigmatisation des troubles psychiques et se mobilise pour favoriser l'accès aux soins des personnes concernées.

Questions de baccalauréat liées à la santé mentale :

- Montrer que la santé mentale est une priorité de santé publique.
- Montrer la complémentarité des acteurs dans la prise en charge des personnes souffrant de troubles mentaux.
- Présenter les modes d'intervention en santé mis en œuvre pour améliorer la santé mentale des individus.

Exemple de question support pour le Grand Oral :

Pourquoi faire de la santé mentale une Grande cause nationale pour 2025 ?

Pour aller plus loin...

- Clip pédagogique élaboré par Psycom « Le Cosmos mental® » permet d'expliquer de manière imagée le concept de santé mentale. La métaphore du Cosmos illustre la complexité et la dynamique de la santé mentale, qui évolue tout au long de la vie. Avoir sur https://youtu.be/LD1hk0OVt8Y

- Web-série évoquant la santé mentale : « Mental » (2019) de Marine Maugrain-Legagneur et Victor Lockwood – drame – 2 saisons : Comédie dramatique qui suit les péripéties de quatre adolescents lors de leur séjour en clinique pédopsychiatrique

- Court-métrage proposé par Fondation Pierre Deniker : « Et toi, ça va ? » largement relayée sur les réseaux sociaux, cette vidéo fait connaître la dépression au plus grand nombre, lutte contre la stigmatisation et libère la parole des patients. A voir sur : https://www.santementale.fr/2022/05/et-toi-ca-va-ensemble-parlons-de-la-depression/

- Lien vers l'entretien croisé Isabelle Carré / Marie-Rose Moro

- Lien vers la bande-annonce du film : https://vimeo.com/1106427306?ts=0&share=copy

- Dossier de presse du film et dossier de l'Alliance pour la Santé mentale téléchargeables gratuitement sur le site : https://pan-europeenne.com/genre/distribution/

Dossier conçu par APPROCHES

Autrice : **Marie Chevron professeure de lycée en série ST2S**

contact sandrine@approches.net
www.appaoches.net

ALLIANCE POUR LA SANTÉ MENTALE

PAN DISTRIBUTION