

SANTÉ MENTALE & JEUNES

Comment se construire dans la société d'aujourd'hui ?

#Tou.te.sConcerné.e.s



Plusieurs activités seront organisées tout au long de la Semaine partout en Wallonie et à Bruxelles : plus d'une centaine d'activités organisées par les services d'aide en santé mentale, le secteur social et culturel (balades, cinéma, théâtre, conférences, concert slam, journée d'étude, etc.), un programme haut en couleurs pour sensibiliser à la santé mentale et pour participer à sa déstigmatisation

Le Centre de Référence en Santé Mentale (CRéSaM) et la Ligue Bruxelloise pour la Santé Mentale (LBSM) organisent une Semaine de la santé mentale du **10 au 16 octobre 2022** sur le thème **Santé mentale & jeunes**

Dossier de presse

FOCUS SUR LES JEUNES !

La santé mentale des jeunes, on en parle !

La santé mentale des jeunes fait depuis un moment l'objet d'un discours (professionnel et médiatique) important. La crise sanitaire n'y est bien sûr pas pour rien. Et pour cause, depuis le début de la pandémie, on n'a jamais autant parlé de santé mentale de manière générale : on s'est rendu compte que la santé mentale, sujet encore largement tabou par ailleurs, concerne bel et bien tout le monde ; la crise sanitaire nous a rappelé avec force que personne n'est à l'abri d'une souffrance psychique. **Les recherches sur le sujet sont unanimes pour affirmer que les jeunes constituent la tranche de la population pour laquelle l'impact psychologique de la pandémie a été le plus conséquent**, et ce à l'échelle internationale : des études épidémiologiques menées dans le monde entier montrent que les jeunes sont plus touchés par les problèmes de santé mentale que les autres groupes d'âge pendant cette crise, et ce, bien qu'ils soient moins à risque de décès ou de complications de la Covid-19.



"les problèmes de santé mentale se développent généralement tôt dans la vie, 75 % de ces problèmes apparaissant avant l'âge de 24 ans"

Parmi ces jeunes, tous ne sont pas impactés de la même façon ni avec la même intensité. Tout comme la santé somatique, la santé mentale subit les effets d'un gradient social important. **Les inégalités sociales de santé touchent les jeunes, y compris en santé mentale.**

Le dernier avis [1] du Conseil Supérieur de la Santé nous rappelle que **"les problèmes de santé mentale se développent généralement tôt dans la vie, 75 % de ces problèmes apparaissant avant l'âge de 24 ans** (Kessler et al., 2007) ». Alors que ces chiffres interpellent et invitent plus que jamais à redoubler d'attention pour la santé mentale de nos jeunes, l'époque que nous vivons ne constitue sans doute pas un terreau fertile, ni un terrain facile, pour aider la jeunesse à se construire. Durant plus de deux ans, les gestes « barrière » et les mesures de distanciation sociale ont compliqué leur vie relationnelle et renforcé le sentiment de solitude chez certains d'entre eux. Depuis, d'autres crises sont venues s'ajouter : les inondations de l'été dernier (2021), la sécheresse intense vécue cet été (2022), sans oublier la guerre en Ukraine. Si notre contexte contemporain est complexe et à certains égards, anxiogène, il donne aussi aux jeunes l'**opportunité de démontrer leur capacité à mobiliser et à déployer des ressources**. Alors que les questions écologiques suscitent parfois de l'anxiété, on constate un investissement plus massif des associations par les jeunes, ce qui témoigne d'un besoin de se mettre en action, de participer activement à la recherche de solutions.

Jeunes & soins de santé mentale

L'urgence de prendre soin de notre jeunesse n'est plus à démontrer. En juin 2022, « l'Organisation mondiale de la Santé publiait son plus large tour d'horizon de la santé mentale depuis les années 2000. Il en ressort qu'en 2019, près d'un milliard de personnes était atteint de troubles de santé mentale, dont 14% des adolescents dans le monde » [2]. En Belgique, les données disponibles évoquent bel et bien **une hausse des hospitalisations en psychiatrie infanto-juvénile** - le nombre de séjours dans les services psychiatriques pour enfants et adolescents (K, k1 et k2) a fortement augmenté ces dernières années, aussi bien dans les hôpitaux généraux que dans les hôpitaux psychiatriques [3]. Les récents témoignages [4] de pédopsychiatres corroborent également ces chiffres.

"Il existe une hausse des hospitalisations en psychiatrie infanto-juvénile"

Du côté de la santé mentale ambulatoire, la Fédération Wallonne des Services de Santé Mentale (FéWaSSM) confirme également une augmentation des demandes.

Cette situation soulève la question des moyens alloués à l'offre en santé mentale mais pose également la question de la place du soin en tant que tel, dans un contexte où l'on sait à quel point la santé mentale est influencée par un grand nombre de déterminants. À côté des soins spécialisés, **comment agir positivement sur la santé mentale des jeunes de façon transversale**, en impliquant tous les pans de la société ?

Prévenir et informer au plus près des jeunes

En matière d'information et d'orientation, des progrès doivent encore être réalisés malgré les efforts déjà fournis en ce sens par les réseaux dans le cadre de la nouvelle politique de Santé Mentale pour Enfants et Adolescents (réseaux SMEA). **En effet, à l'heure actuelle, jeunes et adultes peinent encore à s'y retrouver dans l'offre de soins disponible.** C'est le constat réalisé par divers acteurs depuis de nombreuses années, citons plus récemment l'avis [5] commun des Académies francophones et flamandes de Médecine de Belgique (30/01/2021), Unicef Belgique dans son dernier rapport consacré à la santé mentale des enfants et des jeunes (2022) [6] et le Service Droits des jeunes dans une recherche-action réalisée auprès des jeunes et professionnels (2021) [7]. De même, **une stigmatisation encore trop importante entoure les soins de santé mentale.** Trop souvent, les jeunes n'entendent parler de santé mentale qu'au moment où les difficultés se posent. Les études [8] (Minotte, P. et Antoin, A., 2016) mettent pourtant en évidence que **ce qui est à mettre en place pour soutenir la santé mentale des jeunes doit pouvoir se trouver au plus proche d'eux**, dans leur entourage, leurs clubs de sport, leurs familles, leur école... L'idée n'est pas de mettre un psychologue derrière chaque jeune, mais bien de créer tout autour d'eux un cadre sécurisant et contenant, socialement riche et bienveillant.

La problématique est complexe et l'enjeu est de voir comment nous pouvons entendre les jeunes sur des questions qui les concernent plus que jamais ; mais aussi comment nous pouvons, chacun·e à notre échelle, les soutenir, les aider à se construire de manière équilibrée et à croire en l'avenir !



Une Semaine de la santé mentale consacrée aux jeunes

« Comment se (re)construire dans la société d'aujourd'hui ? »

Du 10 au 16 octobre en Wallonie et à Bruxelles



Pour toutes ces raisons, consacrer une Semaine de la santé mentale aux jeunes relève de l'évidence. L'adolescence est une période de la vie unique et formatrice et les enjeux sociétaux contemporains peuvent avoir une influence importante sur celle-ci. La période de l'adolescence est synonyme de nombreux

changements, tant au niveau physique, qu'émotionnel ou relationnel, et entraîne avec elle son lot de questionnements. Temps des incertitudes et des doutes à propos de soi, de l'autre et de l'avenir, l'adolescence est aussi le moment des remises en question, de la construction par la déconstruction : de son identité à son rapport aux adultes, jusqu'au sens de la vie ou au fonctionnement de la société et la place à y prendre.

Du 10 au 16 octobre, nous vous invitons à découvrir des initiatives positives et locales en Wallonie et à Bruxelles, soutenues par des structures et des acteurs variés : services de santé mentale, hôpitaux, services de promotion de la santé, C.P.A.S... mais aussi des centres culturels et des cinémas ! Au fil de cette Semaine de la santé mentale, nous mettrons l'accent sur celles-ci et sur les perspectives d'avenir qu'elles renvoient à nos jeunes !

Toute la programmation sur www.semainesantementale.be



Réalisez une production médiatique et tentez de remporter le Prix Média d'une valeur de 2.500 €, avec le soutien de la Fondation Roi Baudouin.
Plus d'infos [en cliquant ici](#).

CRéSaM : a.crucifix@cresam.be - 081/25.31.40

Ligue bruxelloise : communication@lbsm.be - 02 511 55 43



Du 10 au 16 octobre, en Wallonie et à Bruxelles, une centaine d'activités seront organisées par des acteurs de santé mentale pour vous faire découvrir leurs missions et les ressources qu'ils développent au service de la santé mentale.

Cinéma, théâtre, ateliers bien-être, conférences, petit-déjeuner, jeux, webinaires ... des activités destinées aux jeunes et leurs parents, aux professionnels de l'aide et du soin, et au grand public !

Il y en aura pour tous les âges et tous les goûts, composez votre semaine selon vos disponibilités et vos envies !



Une journée d'étude le lundi 10 octobre à Charleroi autour de la thématique « Santé mentale et jeunes : comment se construire dans la société d'aujourd'hui ? » : interventions en plénière, tables-rondes et présentation de projets développés sur le terrain.

Rendez-vous le samedi 15 octobre à Bruxelles pour une soirée slam. Cette soirée sur le thème de la santé mentale sera consacrée aux jeux de mots et de langage, au plaisir des oreilles bienveillantes et à l'émerveillement. Avec le soutien de Partenamut

partenamut
Cultivons votre santé

Toute la programmation sur www.semainesantementale.be

Notes de bas de page



- [1] Conseil Supérieur de la Santé. La recherche en santé mentale : Combler le fossé des connaissances. Bruxelles : CSS ; 2022. [Avis n° 9667](#), p.1
- [2] Organisation Mondiale de la Santé, [Communiqué de presse](#) (17 juin 2022)
- [3] Vers une Belgique en bonne santé, [Données phares dans les soins de santé – Soins en santé mentale](#), 31 mars 2021 (belgiqueenbonnesante.be)
- [4] Santhea, [Le parcours chaotique des jeunes en détresse psychique](#) (28/06/22)
- [5] [Avis commun des Académies francophones et flamandes de Médecine de Belgique](#), 30/01/2021
- [6] « [Rapport des enfants et des jeunes concernés par la santé mentale en Belgique](#) », Rapport « What Do You Think ? », UNICEF Belgique, 2022.
- [7] « [Quels sont les freins au droit à la santé mentale du jeune ?](#) » Recherche-action réalisée par le Service Droit des Jeunes Namur-Luxembourg, Juillet 2021.
- [8] Minotte P. et Antoin A., [Note n° 1](#) « (Cyber)harcèlement et ressources mobilisées par les adolescents » - Partie 1. Juillet 2016.