

EMBARGO mardi 29 novembre 6 heures

Deuxième vague du “Baromètre des adolescents” de *Notre avenir à tous*.

“Les adolescents face au monde : le mal-être et la détresse s’amplifient”

Novembre 2022

Notre Avenir à tous, entreprise à impact, publie la deuxième vague de son « Baromètre des adolescents » en partenariat avec l’Essec.

Un an après et la reprise d’une vie scolaire presque normale, Notre avenir à tous a souhaité mesurer à nouveau la présence de ces symptômes d’anxiété et de dépression afin de comprendre ce qui est imputable au Covid, si la situation a évolué favorablement pour nos adolescents ou si l’état très préoccupant des adolescents est une tendance de fond.

Comme en 2021, la réalisation a été confiée à Ipsos qui a interrogé par internet du 13 octobre au 21 octobre un échantillon représentatif de 1000 adolescents Français âgés de 11 ans à 15 ans.

Ce baromètre a vocation à être produit chaque année à l’automne sur la même tranche d’âge, les 11-15 ans. Un appel aux contributions publiques et au secteur privé sera lancé en 2023 par Notre avenir à tous pour rendre possible une mesure régulière de l’état psychologique de notre jeunesse à l’âge du collège, avec des comparaisons internationales.

Cinq résultats

- 1 adolescent Français sur 2 souffre de symptômes d’anxiété ou dépressifs
- 1 adolescent sur 3 en suspicion d’“état d’anxiété généralisé” (1/4 en 2021). Les adolescents issus de catégories sociales plus favorisées sont un peu plus atteints.
- 17 % des adolescents se déclarent envahis par des idées suicidaires (1/10 en 2021)

- ACTU-Anxiété : Hausse de la préoccupation sur l'état du monde (hausse de 11 points / 2021) et Recul de la préoccupation pour l'état de la planète (baisse de 7 points / 2021).
- Près d'1 adolescent sur 3 déclare avoir été victime de cyberviolence.

RESULTATS

Une forte hausse du niveau d'anxiété et de dépression des adolescents mesuré par des tests cliniques

Près d'un adolescent sur deux présente des symptômes d'anxiété et de dépression – Des niveaux préoccupants

- La totalité des indicateurs de d'anxiété mesurés grâce au test clinique du type GAD7 sont en hausse en 2022 : l'irritabilité (66%, +5 points par rapport à 2021), l'anxiété (66%, +6 points), l'inquiétude (59%, +10 points), l'incapacité à arrêter de s'inquiéter (49%, +8 points), la peur que quelque chose de terrible leur arrive (43%, +9 points) ou encore l'agitation et l'incapacité à tenir en place (43%, +8 points).
- 53% des adolescents en France sont touchés par des troubles de l'anxiété. Une augmentation de 10 points par rapport à 2021.
- 31% des adolescents en France font même l'objet d'une suspicion de trouble anxieux généralisé – Soit une augmentation de 6 points en un an. C'est un phénomène global qui touche toutes les catégories, les filles (32%) comme les garçons (30%), les 11-12 ans (32%) comme les 13-14 ans (30%) ou de 15 ans (30%). A la différence de 2021, où les adolescents issus de toutes les catégories sociales étaient impactés par l'anxiété dans les mêmes proportions.
- On note pour la première fois en 2022 que la suspicion d'état d'anxiété généralisé touche plus fortement les adolescents issus de catégories plus favorisées.
- En ce qui concerne l'évaluation des troubles de la dépression, réalisée grâce à un test clinique de type PHQ9, elle montre que sur les 12 indicateurs utilisés, 11 sont en progression entre 2021 et 2022. 48% des adolescents en France sont touchés par des symptômes dépressifs (+6 points par rapport à 2021). Les pensées suicidaires progressent de 7 points (17% contre 10% en 2021). Et même 10% des adolescents seraient en dépression sévère (stable entre 2021 et 2022).

Des problèmes au quotidien qui ont un impact important sur la scolarité et la vie sociale de plus d'1 adolescent sur 3

- 38% des adolescents qui ont rencontré des problèmes d'anxiété estiment que ces derniers ont rendu plus difficiles leur scolarité ou leurs relations avec les autres (+7 points par rapport à 2021).
- Logiquement, les adolescents ayant un niveau d'anxiété qui nécessiterait une évaluation psychiatrique, sont encore plus nombreux que les autres à dire que ces situations ont eu des répercussions sur leur scolarité ou leurs relations avec les autres (69% d'entre eux – un indicateur qui progresse de 3 points par rapport à 2021).

Un niveau de mal-être sous-déclaré par les adolescents.

Des adolescents qui sous-estiment leur niveau de bien-être général

- Malgré la progression du niveau d'anxiété, le niveau de bien-être général déclaré reste stable (7,2/10 contre 7,3/10 en 2021). Sous-estiment-ils toujours les impacts des problèmes qu'ils rencontrent ? C'est plus que probable.
- Plus inquiétant encore, seulement 6% des adolescents déclarent qu'ils ne vont pas bien (notes comprises entre 0 et 4) – une baisse de 1 point (7%) par rapport à l'année précédente.

Un constat similaire chez les adolescents les plus anxieux

- Le niveau de bien-être des adolescents les plus anxieux reste également stable : 6,1/10. Un niveau lui-aussi sous-déclaré (contre 6/10 en 2021).
- Une situation d'autant plus préoccupante que dans le même temps, de nombreux adolescents qui vont mal disent ne pas parler de leurs problèmes.

Qui pour parler de leurs problèmes et des sujets qui les stressent ?

1 adolescent sur 4 avoue n'avoir personne pour échanger sur ses problèmes

- Certes, dans leur très grande majorité, les adolescents déclarent pouvoir parler avec des proches des choses et sujets qui les passionnent (87%), de ce qu'ils souhaitent faire plus tard (84%), des problèmes qu'ils rencontrent (77%) ou encore demander des conseils sur des sujets intimes (69%).
- A contrario, 1 adolescent sur 4 dit n'avoir personne pour parler de ses problèmes (23%)
- Par ailleurs, seulement 36% des adolescents déclarent avoir parlé à un adulte (professeur, psychologue ou psychiatre, médecin ou infirmière au collège/lycée) des problèmes qu'ils rencontrent
- Et plus d'1 adolescent sur 4 souffrant d'un niveau d'anxiété nécessitant une évaluation psychiatrique dit n'avoir parlé de ses problèmes à personne d'adulte à l'école (44%).
- En cause, 1 adolescent sur 2 juge que ces problèmes ne sont pas suffisamment graves pour en parler à quelqu'un.
- Une tendance en augmentation (36%, +9 points) chez les adolescents dont le niveau d'anxiété nécessiterait une évaluation clinique.

Si l'éco-anxiété reste une réalité forte pour près d'1 adolescent sur 2, la situation dans le monde les stresse encore plus.

La situation dans le monde préoccupe de plus en plus les adolescents...

- Si les adolescents semblent un peu moins stressés par les différents sujets d'actualité de prime abord avec comme principale préoccupation, la violence faite aux enfants (50%, -4 points) et l'état de la planète et la nature (47%, -7 points) ...
- ... la situation dans le monde (41%) est aussi devenue une source de stress pour eux : elle passe désormais en 3^{ème} position des sujets qui les préoccupent le plus avec une augmentation de 11 points entre 2021 et 2022.

...car ils ne la comprennent pas toujours et elle est source de stress additionnel

- Face à l'actualité, l'incompréhension reste le sentiment le plus fort chez les adolescents (47%, -3 points) tandis que l'anxiété (30%, +4 points) et la peur (25%, +4 points) progressent entre 2021 et 2022.
- Ce stress face à l'actualité se nourrit principalement de la tonalité négative des informations pour 57% des adolescents (-7points). C'est aussi parce qu'il y en a trop (34%, stable par rapport à 2021), qu'ils ne les comprennent pas vraiment (27%, -4 points) mais aussi parce qu'ils ne savent pas vraiment si elles sont vraies ou fausses (23%).
- Si l'actualité les stresse tant et qu'ils ont du mal pour une part d'entre eux à démêler le vrai du faux, c'est aussi parce que la majorité d'entre eux découvre l'actualité via son smartphone (60%), c'est-à-dire le plus souvent seuls, sans personne pour leur expliquer. D'ailleurs, près de 6 adolescents sur 10 ont le sentiment que les informations qu'ils lisent sur leur smartphone ne leur permettent pas de comprendre comment le monde évolue (58%). Plus d'1 adolescent sur 3 a même peur de la fin du monde (37%).
- Dans ce contexte, l'école ne parvient pas non plus vraiment à rassurer la majorité d'entre eux face à cette actualité anxiogène : 53% d'entre eux déclarent que ce qu'ils apprennent à l'école ne leur permet pas d'en savoir plus sur les sujets d'actualité qui les stressent.

Les adolescents et l'hyper connexion : des comportements addictifs et des niveaux de cyberviolence préoccupants.

Une durée moyenne d'utilisation déclarée des écrans très importante et qui augmente

- Les adolescents déclarent passer en moyenne 6h48 par jour sur un écran hors devoirs (contre 6h42 en 2021, une progression de 6 minutes). Dans le détail, ils passeraient 3h00 en moyenne sur leur smartphone, 1h48 sur l'ordinateur, la tablette ou la console de jeux et 2h00 devant la télévision.
- Et cette moyenne atteint même 8h12 pour les adolescents les plus anxieux
- Plus d'1 adolescent sur 3 (35%) déclare utiliser son téléphone portable dès qu'il le peut pendant les cours. C'est le cas de près d'un 1 adolescent sur 2 (48%) pour les adolescents les plus anxieux

... et une cyberviolence dont 1 adolescent sur 10 serait largement victime

- 31% des adolescents ont répondu être confrontés à au moins une situation de cyberviolence sur les réseaux sociaux ou par Sms : des moqueries répétées (20%), des rumeurs le concernant (18%), des insultes répétées le concernant (17%), des menaces (14%), ou encore la diffusion d'informations intimes (12%).
- L'exposition à la cyberviolence est encore plus forte auprès des adolescents les plus fragiles, ceux dont le niveau d'anxiété nécessiterait une évaluation psychiatrique : 53% d'entre eux aurait été victime d'au moins l'une de ces situations.
- Chacune de ces situations prise indépendamment l'une de l'autre est violente. Près d'1 adolescent sur 10 déclarerait avoir vécu au moins 4 à 5 de ces situations (9%).

Pour précisions sur ces données

Hélène Roques

Fondatrice et Directrice de de Notre avenir à tous

0617611434

helene.roques@gmail.com