



En partenariat avec :  **ESSEC**  
BUSINESS SCHOOL 

## Le baromètre des adolescents de Notre avenir à tous.

### Vague 3

**Santé mentale, mal-être, ennui et manques de concentration à l'école, isolement, info-anxiété, hyper connexion et cyberharcèlement : une légère embellie chez les 11-15 ans mais une situation toujours très préoccupante**

Janvier 2024

**EMBARGO : LUNDI 29 JANVIER 6h00 du matin**

*Notre Avenir à tous publie la troisième vague de son « Baromètre des adolescents », en partenariat avec la Chaire Innovation Santé de l'Essec.*

*La réalisation de cette enquête a été confiée à Ipsos qui a interrogé par internet du 27 novembre au 12 décembre 2023 un échantillon représentatif de 1000 adolescents âgés de 11 ans à 15 ans, construit selon la méthode des quotas (sexe et âge de l'enfant, profession du parent, région, catégorie d'agglomération).*

## Une légère amélioration de l'état de santé mentale des adolescents mais la situation reste préoccupante.

### Plus d'1 adolescent sur 4 fait l'objet d'une suspicion d'un trouble anxieux généralisé.

- 49% des adolescents en France sont touchés par des troubles de l'anxiété (-4 points par rapport à 2022 mais +6 points par rapport à 2021).
- En dépit d'une légère baisse, plus d'1 adolescent sur 4 fait l'objet de troubles anxieux généralisés (29%, -2 points par rapport à 2022, mais +4 points par rapport à 2021).
- C'est un phénomène qui touche à un niveau équivalent les garçons (28%) comme les filles (29%) et qui diminue un peu à l'arrivée au lycée. Les années collèges sont particulièrement difficiles pour les adolescents : 32% des 11-12 ans, 30% des 13-14 ans et 20% des adolescents âgés de 15 ans font l'objet d'un trouble anxieux généralisé.
- Ce phénomène touche plus particulièrement les enfants issus de ménages aux revenus modestes et intermédiaires.
- En ce qui concerne l'évaluation des troubles de la dépression, on note là aussi une légère embellie mais 41% des adolescents sont toutefois concernés par des symptômes dépressifs plus ou moins sévères (-7 points par rapport à 2022) et 16% déclarent des troubles modérés ou sévères.

### Les adolescents sous-déclarent leur niveau de mal-être.

- Le niveau de bien-être général déclaré par les jeunes reste stable (7,2/10 stable vs l'année précédente). Et seulement 6% des adolescents déclarent qu'ils ne vont pas bien (notes comprises entre 0 et 4 sur 10).
- Ce niveau de bien-être sous-déclaré est encore plus fort chez les adolescents dont le niveau d'anxiété est le plus élevé : seulement 1 sur 5 a conscience de ne pas aller bien en donnant une note inférieure à 5/10 à leur état de bien-être général (18%, +2 points vs 2022).

## L'école : un lieu où beaucoup d'adolescents s'ennuient et où leur mal-être s'exprime.

### L'école, un endroit où l'on s'ennuie de plus en plus.

- Près de 4 jeunes sur 10 déclarent « l'école, ça m'ennuie » (39%), un chiffre en progression de 3 points par rapport à 2022 (36%).
- Par ailleurs, 43% des élèves ont le sentiment que ce qu'ils apprennent à l'école ne leur servira à rien (en progression de 1 point par rapport à 2022).
- Autre indicateur préoccupant, un peu moins d'1 adolescent sur 2 déclare avoir abordé à l'école des sujets d'actualité qui l'intéresse au cours des deux dernières semaines (45%, -5 points par rapport à 2022) et seulement 1 élève sur 3 déclare avoir éprouvé de l'admiration pour l'un de ses professeurs (36%, -3 points).
- Enfin, près d'1 élève sur 5 avoue utiliser son smartphone pendant les cours dès qu'il en a l'occasion (19%, une proportion qui atteint même 29% des adolescents dont le niveau d'anxiété nécessiterait une évaluation psychiatrique).

## **Près de 6 adolescents sur 10 déclarent être angoissés par les interrogations ou lors de la remise de notes.**

- Plus d'1 élève sur 4 a le sentiment de ne pas avoir le niveau pour suivre les cours (28%, -1 point par rapport à 2022) et près d'1 sur 3 déclare que ses professeurs emploient souvent des mots qu'il ne comprend pas (32%, -1 point par rapport à 2022).
- Dans le même temps, les craintes et les angoisses générées par l'école diminuent légèrement par rapport à 2022 mais le sujet des notes reste le plus anxiogène pour les adolescents (59% déclarent que cela les angoisse).
- Logiquement, les jeunes souffrant des troubles de l'anxiété ou de la dépression, même légers, se disent très majoritairement angoissés par les notes : 74% de ceux ayant des troubles légers de l'anxiété et 73% de ceux ayant des troubles légers de la dépression.

## **Harcèlement et cyber harcèlement, légère amélioration de la situation qui reste toutefois inquiétante : 1 adolescent sur 4 a été confronté à des situations de harcèlement sur les réseaux sociaux.**

### **1 adolescent sur 4 a été confronté à des situations de harcèlement sur les réseaux sociaux.**

- La proportion d'adolescents victimes d'actes de cyberviolence sur les réseaux sociaux semble enregistrer une légère baisse mais reste à un niveau très préoccupant : 14% déclarent qu'il leur est déjà arrivé que sur les réseaux sociaux on se moque d'eux de façon répétée (-6 points), 14% que l'on fasse circuler des rumeurs les concernant (-4 points), 14% qu'on les insulte de façon répétée (-3 points) et 12% qu'on les y menace (-2 points).
- Près d'1 jeune sur 4 a déjà vécu l'une de ces situations (24%). Si les choses semblent un peu s'améliorer par rapport à 2022 (-7 points), l'état des lieux reste très préoccupant : 1 adolescent sur 3 qui dit avoir vécu des comportements de cyberharcèlement, dit qu'il vit cette situation actuellement (32%).

## **Près de 7 adolescents sur 10 déclarent avoir participé à la consultation lancée par le ministère de l'Éducation Nationale.**

- L'initiative mise en place par Gabriel Attal lorsqu'il était ministre de l'Éducation Nationale semble avoir eu un certain nombre d'impacts : près de 7 élèves sur 10 déclarent qu'on leur a proposé de remplir le questionnaire anonyme sur le harcèlement (68%).
- Dans leur grande majorité, les adolescents déclarent que cette initiative leur a permis de mieux comprendre les comportements qui relèvent du harcèlement (89%), de savoir ce qu'il faut faire lorsque l'on est témoin de ces situations (89%), voire à vouloir s'engager dans la lutte contre le harcèlement scolaire (61%).

## **Sur les fronts de l'info-anxiété, et des écrans, une légère embellie mais l'actualité inquiète les adolescents d'autant plus qu'ils ont du mal à la comprendre.**

- En 2023, l'état du monde inquiète autant nos adolescents (42%) que l'écologie (43%) et les violences faites aux enfants (48%) qui reste le sujet qui les stresse le plus.
- Face à l'actualité, l'incompréhension continue de dominer dans l'esprit des adolescents (49%, +2 points). Cependant cette année la colère progresse aussi (29%, +5 points) et se situe au même niveau que l'angoisse (29%).

- Ce stress face à l'actualité est aussi probablement dû au fait qu'une majorité des adolescents découvre souvent l'actualité via son smartphone (52%), et le plus souvent seuls, sans personne pour échanger sur ces informations.
- 1 adolescent sur 5 déclare « souvent » rencontrer de vraies difficultés pour dormir à cause de ce qu'il a lu sur son smartphone avant de se coucher ou pendant la nuit (20%)
- Enfin, en moyenne, les adolescents déclarent passer 6h18 par jour sur des écrans (smartphone, ordinateur, console de jeux, télévision). L'enquête fait apparaître une baisse du temps passé devant les écrans, une tendance à confirmer dans la prochaine vague d'enquête.

## **Le souhait d'avoir des enfants plus tard, pour la première fois évalué auprès des 11-15 ans.**

- 44% des adolescents déclarent, à date, envisager d'avoir des enfants plus tard. Mais les résultats sont contrastés selon la catégorie socioprofessionnelle des parents (47% chez les enfants issus des CSP favorisées contre 40% de ceux issus des CSP défavorisées).
- Une proportion équivalente d'adolescents déclare ne pas savoir et être encore trop jeune pour y penser (44%).
- Un indicateur que *Notre Avenir à tous* et Ipsos suivront dans les prochaines années pour mesurer à quel point il est corrélé ou pas à l'évolution de l'état d'esprit des jeunes et à leur optimisme.

### Contacts :

**Notre Avenir à Tous** – Hélène Roques – Tél. : 06 17 61 14 34