

Journée nationale de prévention du suicide :

Nightline publie un nouveau rapport inédit sur la santé mentale étudiante en Europe

Nightline lève le voile sur son tout nouveau rapport de plaidoyer sur la santé mentale étudiante à travers le continent, et tire un constat inquiétant de l'état de la détresse étudiante en France à l'occasion de la 29ème Journée nationale de prévention du suicide (JNPS).

Plus de 1,5 fois plus d'appels et de tchats relatifs au suicide en France en comparaison avec les 29 antennes de Nightline Europe

Que savons-nous de la santé mentale des étudiant-e-s en Europe, et comment pouvons-nous agir collectivement pour l'améliorer ?

Ce sont deux questions auxquelles Nightline Europe — un réseau de près de 30 services d'écoute à travers 5 pays européens, animés bénévolement par de jeunes étudiant-e-s pour permettre à leurs camarades de se confier naturellement sur leur détresse — tente de répondre dans une nouvelle publication, fruit d'un exercice inédit de collecte et d'agrégation de données sur la détresse étudiante à travers le continent. À l'échelle européenne, le réseau a répondu à environ 15 000 appels et tchats sur l'année universitaire écoulée, dont 10,28 % d'appels relatifs au suicide. En France, ce taux grimpe à 16,20 % sur la période allant de juin 2023 à mai 2024.

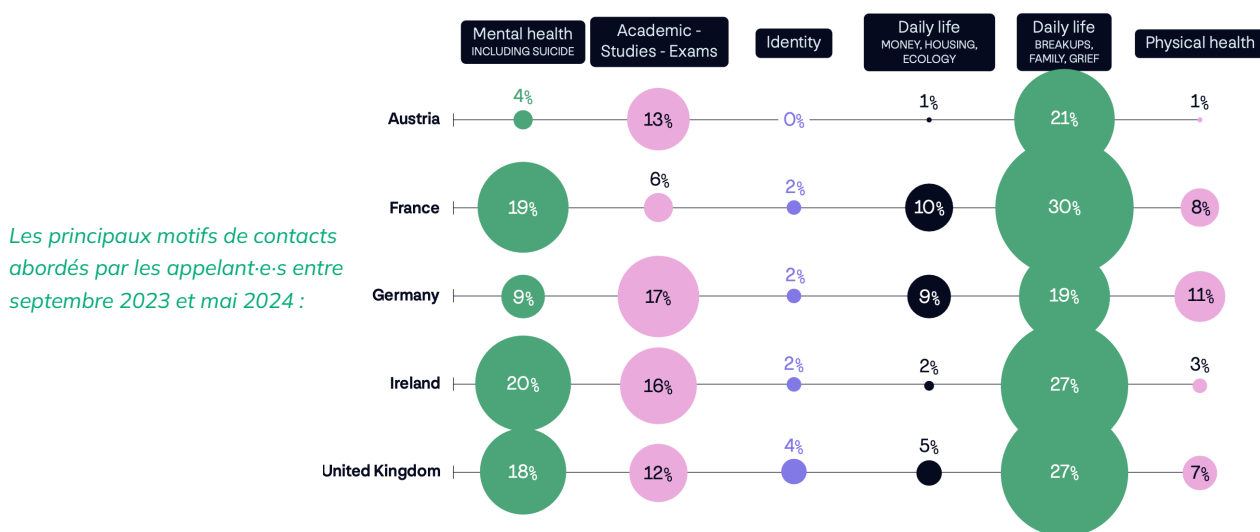
« Sur l'année universitaire écoulée, les bénévoles-écoutant-e-s ont reçu en moyenne 1.57 fois plus d'appels et de tchats évoquant le suicide en France que parmi les 29 nightlines européennes membres du réseau Nightline Europe. »

Une mobilisation à renforcer face à la détérioration constante de la santé mentale des jeunes — et en particulier des étudiant-e-s

En 2022, l'Association des universités européennes alertait déjà sur le fait que plus de 40 % des étudiant-e-s dans l'UE rencontraient des difficultés en matière de santé mentale, et que plus d'1 étudiant-e sur 5 était concerné-e par un trouble de santé mentale. Depuis, les tendances ne cessent de suggérer une détérioration de la situation à l'échelle européenne. **Le taux de pensées suicidaires chez les 18-24 ans a notamment augmenté de 218 % chez les 18-24 ans en France, entre 2014 et 2021, avec une prévalence accrue parmi les étudiant-e-s racisé-e-s, LGBTQIA+, précaires ou en situation de handicap.**

Nightline Europe révèle par ailleurs que **la France se distingue par la proportion la plus élevée d'appels dans les catégories relatives à la « solitude » et au mal du pays (16 %) ainsi qu'à la « précarité » et au logement (10 %)**. La France occupe également la première place du podium en matière d'appels liés aux violences physiques et psychologiques (4 %), et talonne de très près le Royaume-Uni en matière d'appels relatifs aux violences sexuelles.

Le stress académique est également fréquemment évoqué par les étudiant-e-s parmi les 11 grandes thématiques d'appels — un motif d'appel susceptible d'interroger sur le rôle joué par la plateforme *Parcoursup* dont la procédure d'admission était jugée stressante par 83 % des candidat-e-s en octobre 2024.



Malgré cette situation alarmante, **les données de prévalences nationales et européennes et les actions mises en place en santé mentale demeurent encore trop peu étudiées et insuffisamment financées**, dénonce le rapport piloté par Nightline France et co-rédigé avec les 29 *nightlines* de Nightline Europe.

« Face au manque de données sur la santé mentale étudiante en France et en Europe, **les initiatives de la société civile et citoyenne telles que Nightline Europe sont essentielles pour collecter de nouvelles données sur la santé mentale étudiante et explorer des pistes d'amélioration collectives.** » souligne Kate Hart, responsable du pôle International de Nightline France.

Une nouvelle génération qui brise les tabous sur la santé mentale

Près de 75 % des pathologies psychiques se déclarent avant 25 ans, mais la question de la santé mentale ne peut être appréhendée uniquement sous l'angle de la pathologie mentale, sans prendre en compte la dimension holistique des déterminants multifactoriels de nature politiques, économiques, sociaux, culturels, environnementaux...

Les jeunes et tout particulièrement les étudiant-e-s sont à la croisée d'une période charnière de développement et de construction de soi, et d'une kyrielle de facteurs de risques spécifiques tels que le déracinement familial et géographique, la précarité étudiante, ou encore la mise en concurrence implacable inhérente à certaines filières. **La succession contemporaine de crises et de conflits**, aussi bien sur la scène nationale qu'internationale — comme en témoigne le démantèlement social à l'œuvre outre-Atlantique — rend de surcroît plus que jamais ombrageuse toute tentative de se projeter dans un avenir désirable.

La pandémie, quant à elle, aura tout aussi bien permis de révéler l'ampleur de faiblesses préexistantes, que de catalyser une crise latente en santé mentale sur tout le continent. Elle a toutefois également suscité le balbutiement d'une prise de conscience collective, tout particulièrement chez les plus jeunes.

« *Une nouvelle génération de jeunes émerge progressivement depuis la COVID-19, davantage consciente que ses aînés des enjeux individuels et collectifs en santé mentale.* » ajoute Vincent Biarneix, responsable du plaidoyer de Nightline France.

La piètre situation de la santé mentale des jeunes n'est pas une fatalité : Nightline Europe propose un plan d'action en 7 étapes clés

Compte tenu des conséquences de l'inaction, tant pour les jeunes que les finances publiques, il est indispensable d'intensifier les efforts sur toute la chaîne de solidarité de notre société en agissant à la racine des déterminants sous-jacents, en renforçant la sensibilisation et la prévention, et en soutenant le repérage précoce à tous les niveaux.






Nightline Europe explore dans son rapport un cadre d'action pour transformer cet espoir d'un futur plus solidaire en un présent accessible. À terme, l'harmonisation des indicateurs récoltés par le réseau européen de bénévoles-écoutant-e-s devrait permettre d'affiner les données sur la détresse étudiante à l'échelle européenne.

De la Grande Cause nationale à la Grande mobilisation en 2025 ? En cette année consacrée à la santé mentale, il appartient désormais aux décideur-euse-s politiques de s'en saisir et de collaborer avec les établissements d'enseignement supérieur et l'écosystème en santé mentale pour agir en faveur de l'amélioration de la santé mentale, pour les millions de jeunes en France et en Europe.

L'inaction n'est pas une option. À quand une stratégie interministérielle et pluriannuelle qui consacrerait le bien-être et la santé mentale comme clé de voûte des politiques publiques, et qui mettrait l'accent sur le pair-à-pair, la santé communautaire et l'aller-vers afin de redonner aux jeunes le pouvoir d'agir sur leur propre santé mentale ?

Qui sommes-nous ?

Nightline France est une association qui œuvre à améliorer la santé mentale des jeunes et des étudiant-e-s à l'échelle individuelle, collective et systémique, à travers un large panel de ressources développées *par* et *pour* les jeunes avec l'appui de professionnel-le-s. Parmi nos initiatives phares :

-  **SOUTENIR** • Un service d'écoute nocturne tenu par et pour des étudiant-e-s sur tout le territoire de 21h à 2h30
-  **OUTILLER** • La Fresque de la Santé Mentale®, un atelier de sensibilisation pédagogique et participatif pour tous-t-es
-  **FORMER** • La formation « Sentinelles Étudiantes » pour repérer ses pairs étudiant-e-s en détresse et les orienter
-  **ORIENTER** • Un annuaire interactif qui cartographie les dispositifs d'aide psychologique gratuits pour les étudiant-e-s
-  **SENSIBILISER** • Ressources en ligne, communication auprès des jeunes, recherche en santé, plaidoyer institutionnel...