

SANTÉ MENTALE ET BIEN-ÊTRE



Résultats de l'Enquête nationale en collèges et en lycées chez les adolescents sur la santé et les substances - EnCLASS 2018

EnCLASS

Enquête Nationale en Collèges et en Lycées
chez les Adolescents sur la Santé et les Substances

Enquêtes HBSC / ESPAD

Christophe Léon¹, Stanislas Spilka^{2,3}, Virginie Ehlinger⁴
et Emmanuelle Godeau^{4,5}

- 1) Santé publique France, Saint-Maurice
- 2) Observatoire français des drogues et Toxicomanies (OFDT), Paris
- 3) Université Paris-Sud, Université Paris-Saclay, faculté de médecine, faculté de médecine UVSQ, Inserm, CESP, 92541 Villejuif, France
- 4) CERPOP - UMR1295, unité mixte INSERM - Université Toulouse III Paul Sabatier – Équipe SPHERE
- 5) École des hautes études en santé publique (EHESP), Rennes

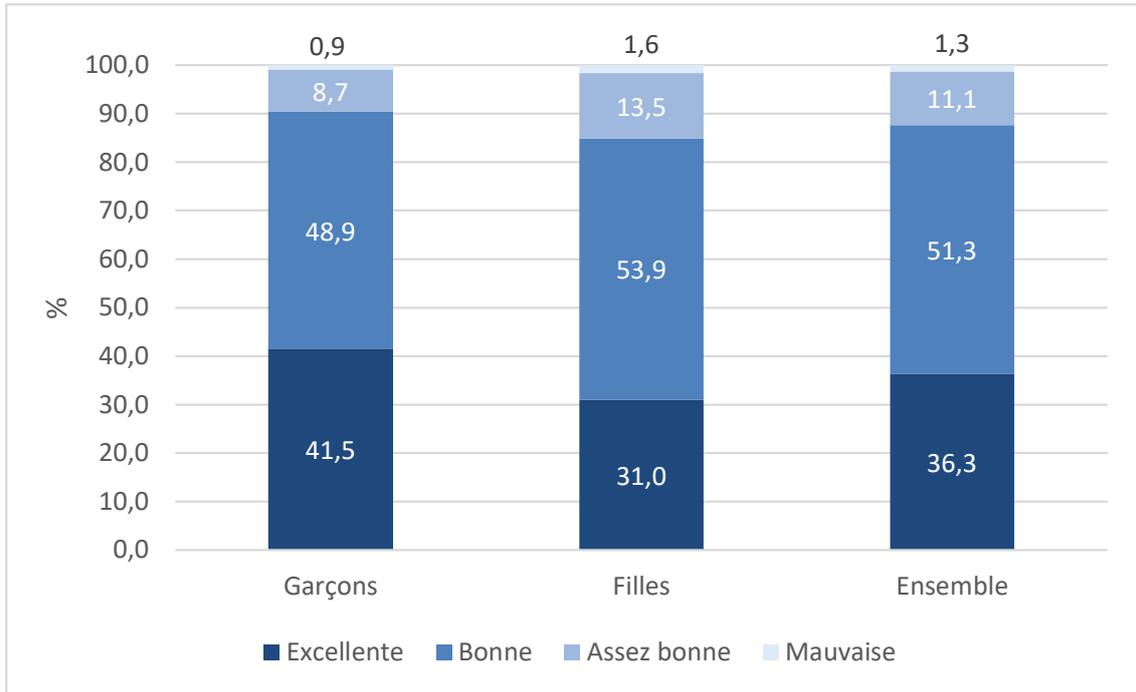
■ L'ESSENTIEL :

- ▶ La majorité des élèves de collège se perçoivent en bonne santé et ont une perception plutôt positive de leur vie (près de 9 élèves sur 10) ;
- ▶ Environ 1/3 des élèves de 4^e et de 3^e présentent un risque modéré ou patent de dépression et 4 élèves sur 10 des plaintes somatiques et/ou psychologiques récurrentes ;
- ▶ Globalement, les filles présentent une moins bonne santé mentale que les garçons (moins bonne santé déclarée, perception moins positive de leur vie, plus grande prévalence de plaintes somatiques et/ou psychologiques et de symptômes dépressifs) ;
- ▶ La santé mentale des filles se dégrade entre la 6^e et la 3^e (santé perçue, satisfaction de vie, plaintes récurrentes et risque de dépression) ;
- ▶ Plus d'un lycéen sur dix déclare avoir tenté de se suicider au cours de sa vie et 2,5% avoir fait une tentative de suicide ayant donné lieu à une hospitalisation ;
- ▶ Sur la période 2014-2018, les collégiens sont plus nombreux à avoir une perception positive de leur vie ; la prévalence des plaintes somatiques et/ou psychologiques récurrentes est restée stable malgré une augmentation de la nervosité et de l'irritabilité ;
- ▶ Par rapport à leurs homologues européens, les collégiens français de 11, 13 et 15 ans rapportent davantage de plaintes somatiques et/ou psychologiques récurrentes.

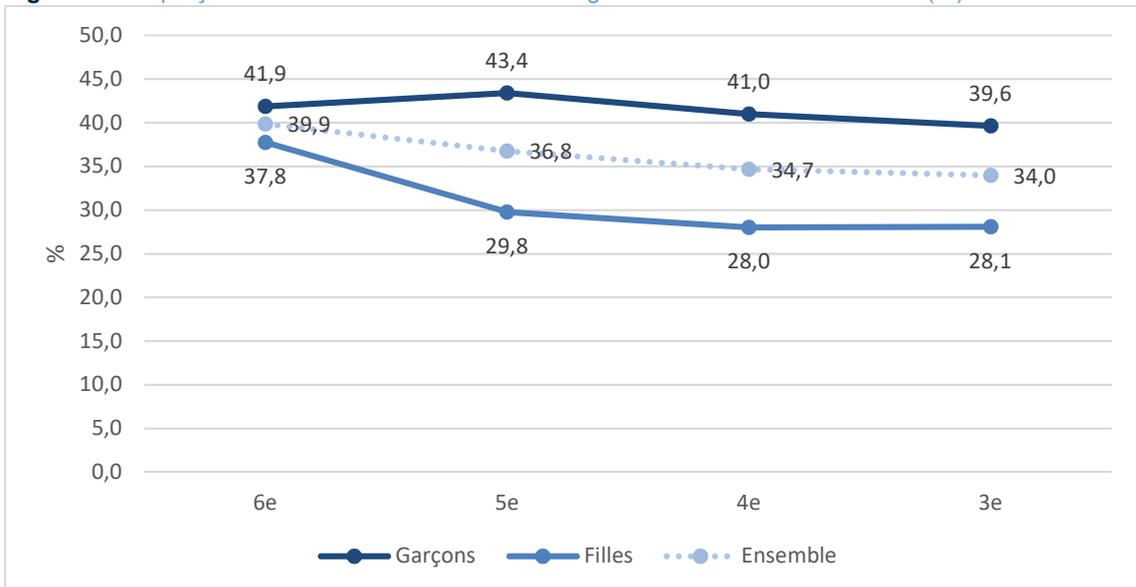
Santé perçue

En 2018, 87,7 % des élèves de collège se déclarent en excellente ou en bonne santé, les garçons davantage que les filles (90,4 % vs 84,9 %) [figure 1].

La proportion de filles déclarant une santé excellente diminue avec l'avancée dans la scolarité (37,8 % en 6^e vs 28,1 % en 3^e), avec une baisse importante observée entre la 6^e et la 5^e (-8 points) tandis que celles déclarant une « mauvaise » santé augmente (1,1 % en 6^e vs 2,6 % en 3^e). Chez les garçons, aucune différence n'est observée selon le niveau scolaire [figure 2].

Fig. 1 : Perception de sa santé chez les collégiens selon le sexe (%)

Source : EnCLASS 2018 - Exploitation SpF

Fig. 2 : Santé perçue comme excellente chez les collégiens selon le sexe et la classe (%)

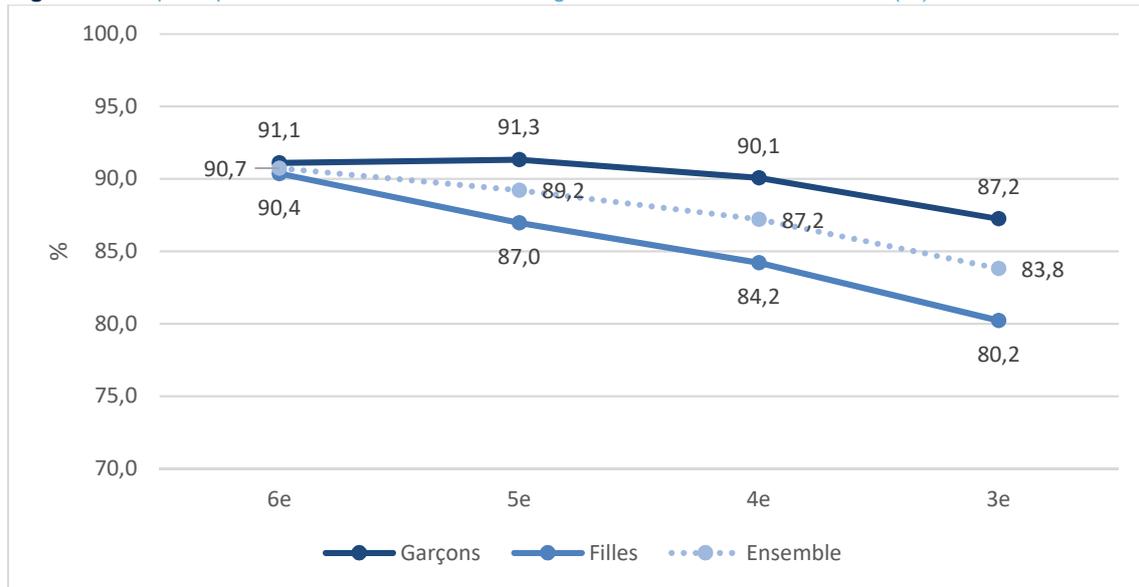
Source : EnCLASS 2018 - Exploitation SpF

Perception de sa vie

Le score moyen de satisfaction de vie actuelle (score de Cantril) chez les collégiens français est de 7,6 sur 10 avec un écart selon le sexe (7,7 chez les garçons vs 7,5 chez les filles). Le score diminue avec l'avancée dans la scolarité, passant de 7,9 en 6^e à 7,1 en 3^e chez les filles et de 8,0 en 6^e à 7,5 en 3^e chez les garçons.

Parmi les collégiens, 87,8 % déclarent percevoir leur vie comme plutôt positive (score de Cantril ≥ 6) avec une proportion plus importante chez les garçons que chez les filles (89,9 % vs 85,5 %). Avec l'avancée dans la scolarité, la proportion des filles percevant leur vie comme plutôt positive diminue (90,4 % en 6^e vs 80,2 % en 3^e). Cette tendance est également observée chez les garçons mais en moindre proportion (91,1 % en 6^e vs 87,2 % en 3^e) [figure 3].

Fig. 3 : Perception positive de sa vie chez les collégiens selon le sexe et la classe (%)

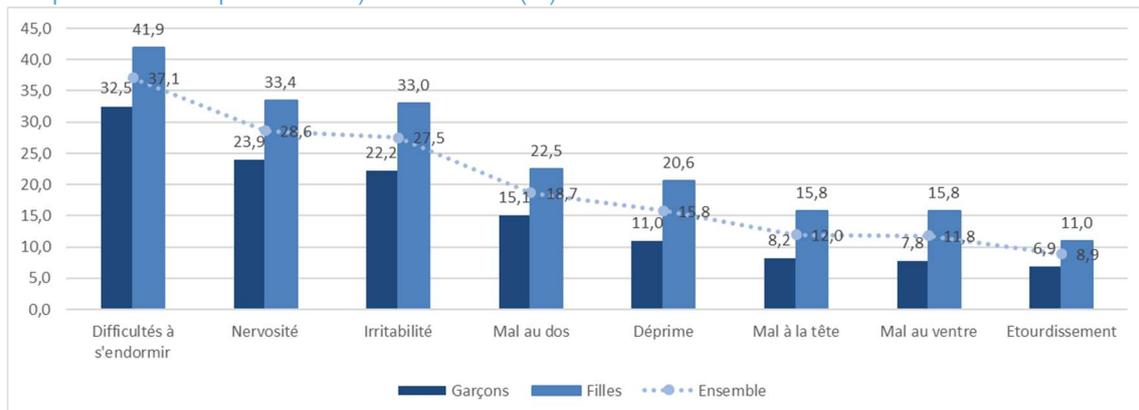


Source : EnCLASS 2018 - Exploitation SpF

Plaintes psychologiques et somatiques récurrentes

Le détail des plaintes psychologiques et somatiques ressentis plus d'une fois par semaine depuis six mois montre une prédominance des symptômes psychologiques ou comportementaux. La plainte la plus souvent déclarée étant la difficulté à s'endormir (37,1 %), suivie par la nervosité (28,6 %) ainsi que l'irritabilité (27,5 %). La plainte d'ordre somatique la plus prévalente est le mal de dos (18,7 %) [figure 4]. Toutes les plaintes sont rapportées plus fréquemment par les filles que par les garçons.

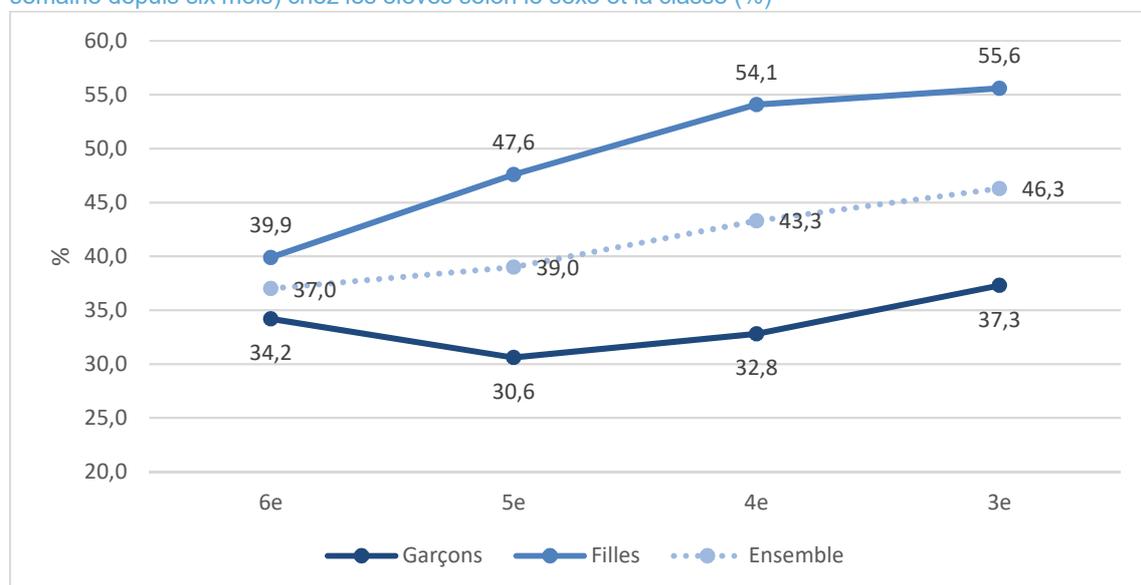
Fig. 4 : Détail des plaintes psychologiques et somatiques déclarées par les élèves (ressenties plus d'une fois par semaine depuis six mois) selon le sexe (%)



Source : EnCLASS 2018 - Exploitation SpF

La présence de plaintes somatiques et/ou psychologiques récurrentes (au moins deux plaintes plus d'une fois par semaine durant les six derniers mois) concerne plus de quatre élèves sur dix (41,4 %) et près d'une fille sur deux (49,3 % vs 33,7 % des garçons). Ces plaintes récurrentes augmentent avec l'avancée dans la scolarité chez les filles (39,9 % en 6^e vs 55,6 % en 3^e) tandis que chez les garçons, elles augmentent à partir de la 5^e (30,6 % vs 37,3 % en 3^e) [figure 5]. La hausse observée chez les filles avec l'avancée dans la scolarité est principalement portée par une augmentation, celle de l'irritabilité (+19 points entre la 6^e et la 3^e; passant de 23,1 % à 42,1 %), de la nervosité (+15 points ; de 25,2 % à 40,2 %) et de la déprime (+10 points ; de 15,2 % à 25,3 %). Tandis que chez les garçons, il s'agit, entre la 5^e et la 3^e, d'une augmentation des plaintes de nervosité (+7 points ; de 21,1 % à 28,2 %) et du mal de dos (+5 points ; de 13,3 % à 18,2 %), objectivant ainsi que l'augmentation des plaintes chez les garçons est de moindre ampleur que chez les filles.

Fig. 5 : Plaintes somatiques et/ou psychologiques récurrentes (au moins deux plaintes plus d'une fois par semaine depuis six mois) chez les élèves selon le sexe et la classe (%)

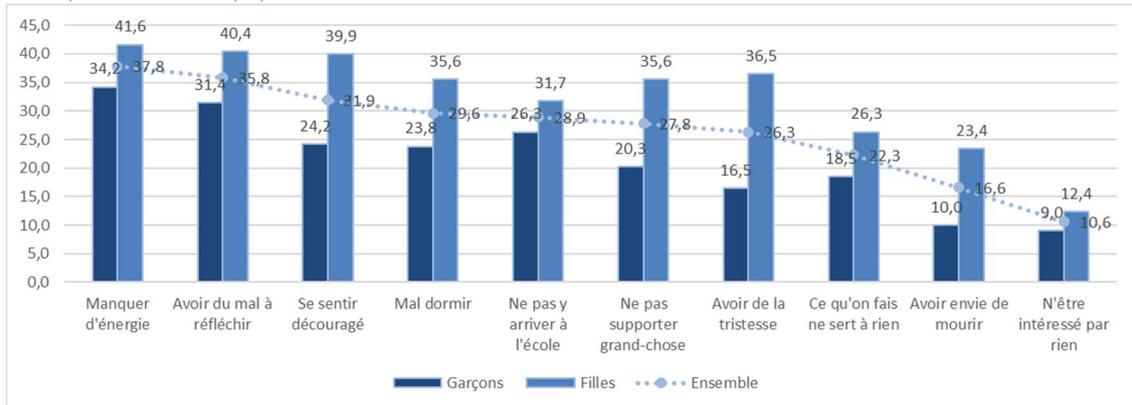


Source : EnCLASS 2018 - Exploitation SpF

Symptômes dépressifs chez les collégiens de 4e et 3e

Le fait de manquer d'énergie (37,8 %), d'avoir du mal à réfléchir (35,8 %) et de se sentir découragé (31,9 %) sont les trois principaux symptômes de nature dépressive déclarés par les élèves de 4^e et de 3^e. Les filles présentent en moyenne davantage de symptômes dépressifs que les garçons (3,2 réponses positives parmi les 10 affirmations de l'échelle vs. 2,1). Quel que soit le symptôme, les filles sont systématiquement plus souvent concernées que les garçons et près d'une sur quatre déclare avoir envie de mourir [figure 6]. Les écarts les plus importants sont observés pour la tristesse (36,5 % chez les filles vs 16,5 % chez les garçons), l'envie de mourir (23,4 % vs 10,0 %), le fait de ne pas supporter grand-chose (35,6 vs 20,3 %) et le fait de se sentir découragé (39,9 % vs 24,2 %).

Fig. 6 : Proportion d'élèves concernés pour chaque item de l'échelle ADRS (Adolescent Depression Rating Scale) selon le sexe (%)

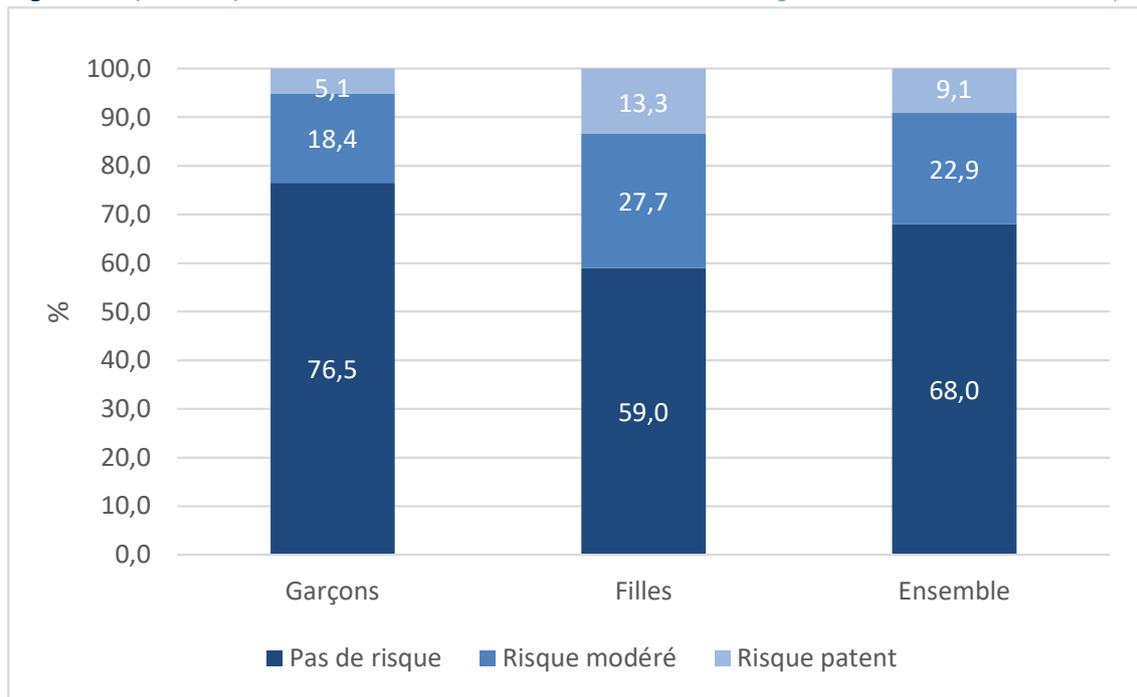


Source : EnCLASS 2018 - Exploitation SpF

Risques de dépression

Selon les critères de l'ADRS, 32,0 % des élèves de 4^e et 3^e sont à risque de dépression (22,9 % présentent un risque modéré et 9,1 % un risque patent). Les filles sont davantage à risque que les garçons (41,0 % vs 23,5 %), que le risque de dépression soit modéré (27,7 % vs 18,4 %) ou plus encore qu'il soit patent (13,3 % vs 5,1 %) [figure 7].

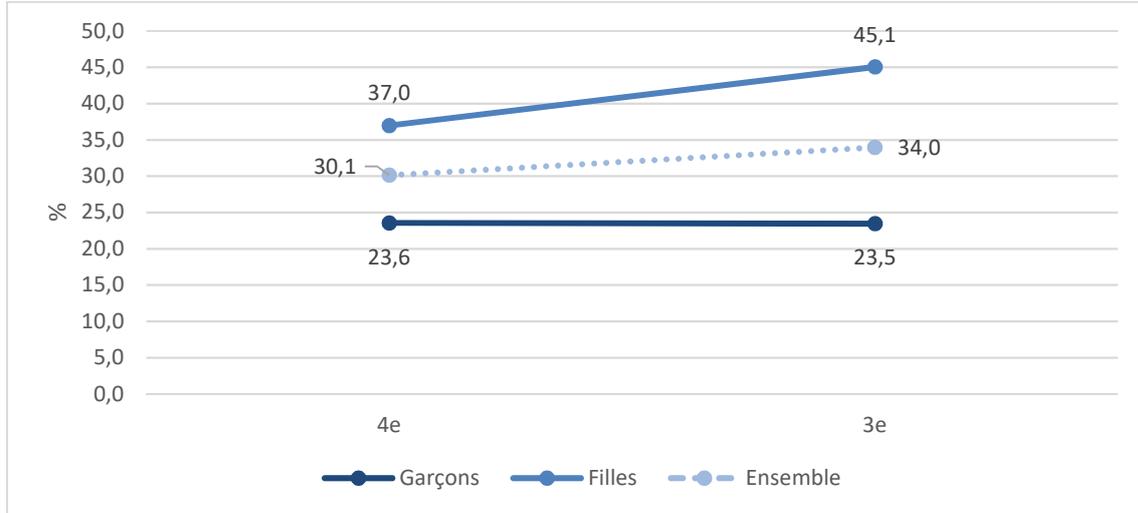
Fig. 7 : Risque de dépression selon les critères de l'ADRS chez les collégiens de 4e et 3e selon le sexe (%)



Source : EnCLASS 2018 - Exploitation SpF

Chez les filles, le risque de dépression modéré ou patent est plus élevé en 3^e qu'en 4^e (37,0 vs 45,1 %) tandis qu'il est stable chez les garçons [figure 8].

Fig. 8 : Risque de dépression (modéré ou patent) selon les critères de l'ADRS chez les collégiens de 4e et 3e selon la classe (%)

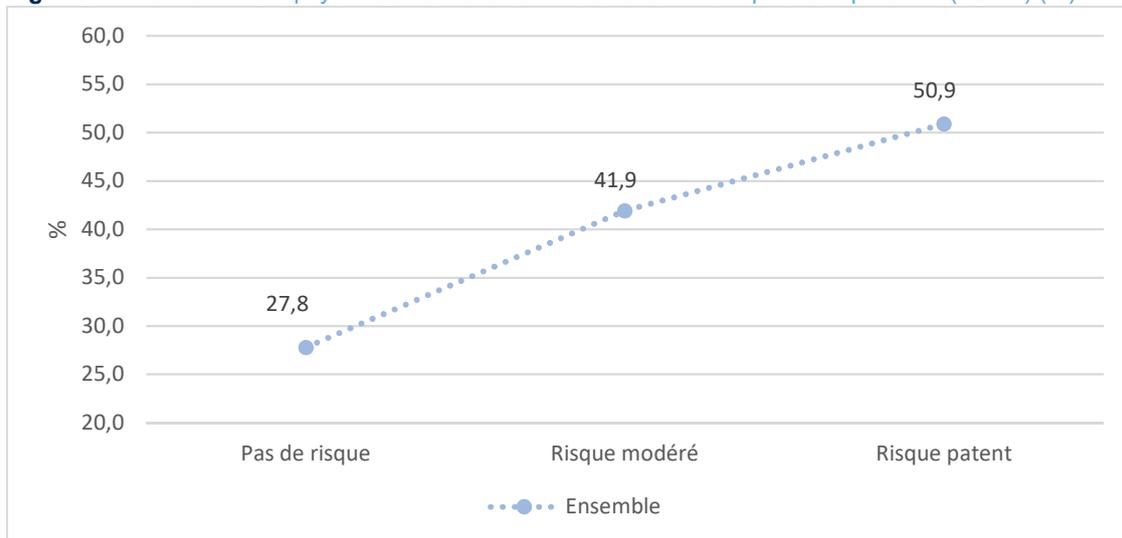


Source : EnCLASS 2018 - Exploitation SpF

Consultation d'un « psy »

Parmi les collégiens, 31,5 % déclarent voir actuellement ou avoir déjà vu un « psy », sans différence selon le genre ou l'avancée dans la scolarité. Cette proportion augmente avec le niveau de risque de dépression (critères de l'ADRS) : environ un collégien sur quatre ne présentant pas de risque de dépression déclare voir ou avoir vu un « psy » tandis qu'ils sont 41,9 % chez ceux présentant un risque de dépression modéré et 50,9 % chez ceux présentant un risque de dépression patent [figure 9].

Fig. 9 : Consultation d'un "psy" chez les élèves selon le sexe et le risque de dépression (ADRS) (%)

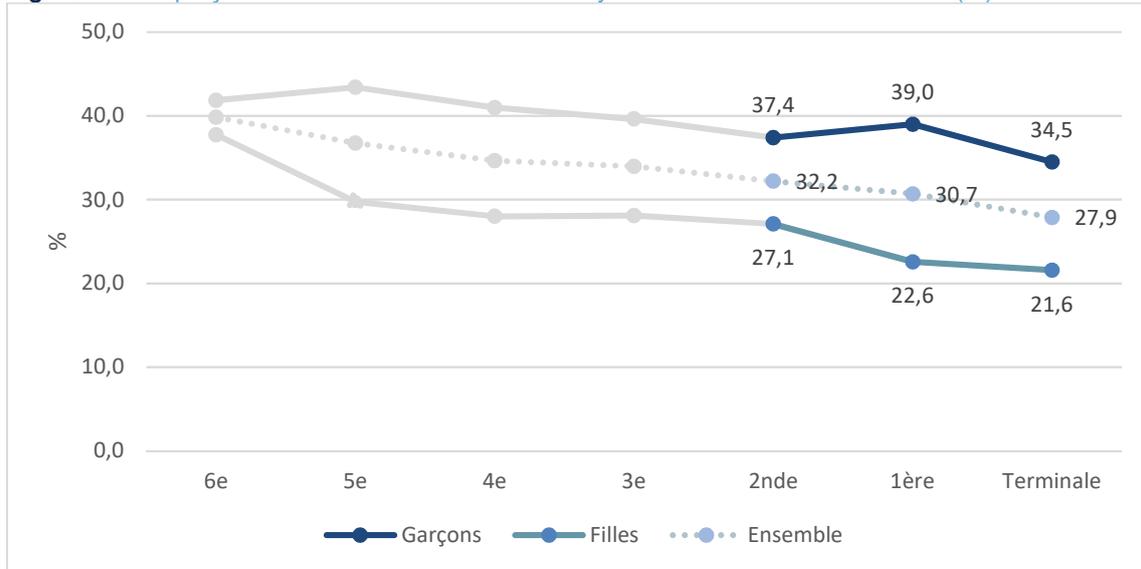


Source : EnCLASS 2018 - Exploitation SpF

■ EVOLUTIONS AU LYCEE

En 2018, 82,4% des élèves de la seconde à la terminale se déclarent en excellente ou en bonne santé, les garçons d'avantage que les filles (86,2 % vs 78,7 %). Dans la continuité du collège, la proportion d'élèves déclarant une santé « excellente » diminue avec l'avancée dans la scolarité (32,2 % en seconde vs 27,9 % en terminale). Cependant, cette observation n'est valable que pour les filles [figure 10].

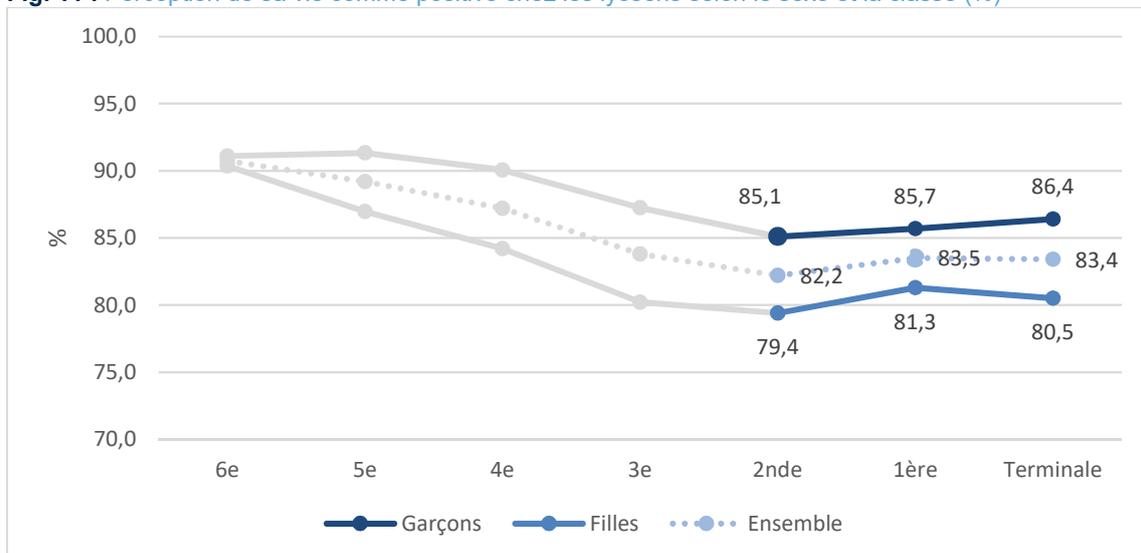
Fig. 10 : Santé perçue comme « excellente » chez les lycéens selon le sexe et la classe (%)



Source : EnCLASS 2018 - Exploitation SpF

Comme au collège, les lycéens déclarent majoritairement (83,0 %) percevoir leur vie comme plutôt positive (score de Cantril supérieur ou égal à 6) et davantage les garçons que les filles (85,7 % vs 80,3 %). La proportion d'élèves qui déclarent percevoir leur vie comme plutôt positive reste stable entre la seconde et la terminale [figure 11].

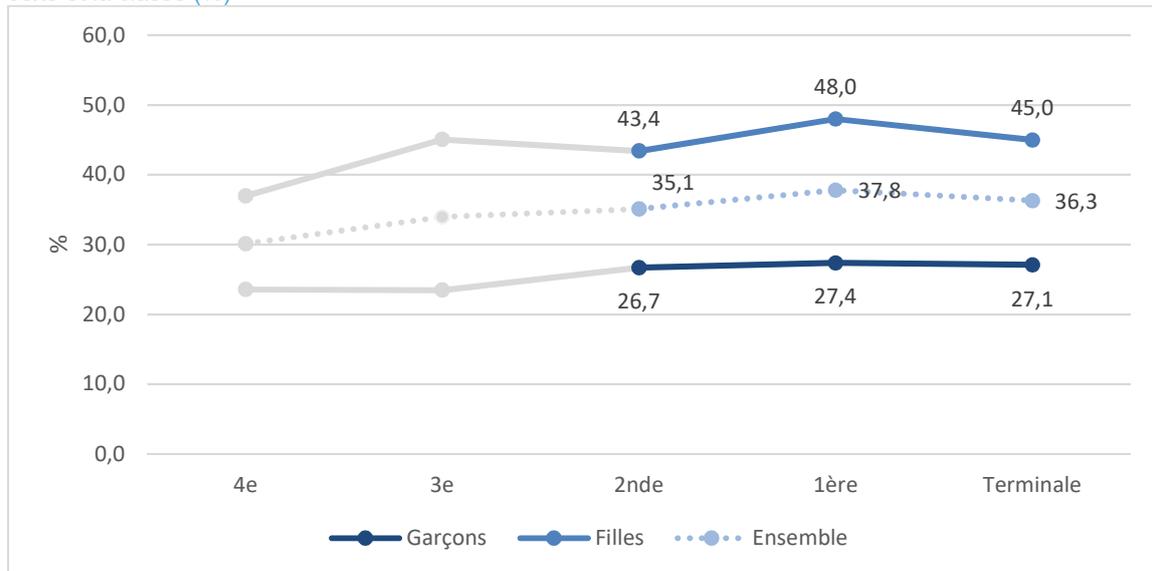
Fig. 11 : Perception de sa vie comme positive chez les lycéens selon le sexe et la classe (%)



Source : EnCLASS 2018 - Exploitation SpF

Selon les critères de l'ADRS, le risque de dépression est plus élevé au lycée qu'au collège : 36,3 % des élèves de la seconde à la terminale sont à risque de dépression (23,1 % présentent un risque modéré et 13,2 % présentent un risque patent). Les filles sont plus à risque que les garçons (45,4 % vs 27,0 %) et ce d'autant plus que le risque de dépression est patent (17,9 % vs 8,4 %). Chez les filles, le risque de dépression est plus élevé en première tandis qu'il reste stable pour les garçons entre la seconde et la terminale [figure 12]. Les mêmes symptômes de nature dépressive observés chez les collégiens sont observés chez les lycéens.

Fig. 12 : Risque de dépression (modéré ou patent) selon les critères de l'ADRS chez les lycéens selon le sexe et la classe (%)



Source : EnCLASS 2018 - Exploitation SpF

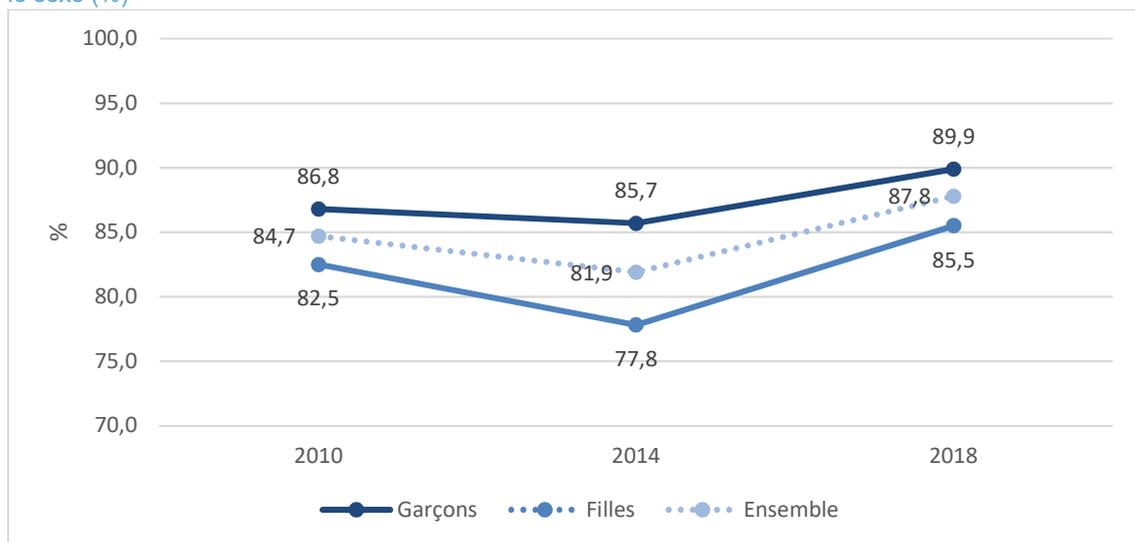
Enfin, plus d'un lycéen sur dix (13,9 %) déclare avoir tenté de se suicider au cours de sa vie et 2,5 % avoir fait une tentative de suicide ayant donné lieu à une hospitalisation. Les filles sont en proportion deux fois plus nombreuses à déclarer une tentative de suicide au cours de la vie (18,0 % vs 9,7 % des garçons) et avoir été hospitalisées à ce sujet (3,8 % vs 1,2 % des garçons). La prévalence des tentatives de suicide diminue au cours de la scolarité chez les garçons (11,7 % en seconde vs 8,1 % en terminale) et reste stable chez les filles. Les tentatives de suicide ayant donné lieu à une hospitalisation restent au même niveau quels que soient le genre et le niveau scolaire (pour une analyse plus approfondie concernant ce sujet se reporter à *Tentatives de suicide et pensées suicidaires chez les jeunes Français métropolitains – Résultats des enquêtes Escapad 2017 et EnCLASS 2018*, Éric Janssen et Stanislas Spilka, Fiche 17 du 4^e rapport de l'observatoire national du suiciden juin 2020).

■ ÉVOLUTIONS 2010-2014-2018

Concernant la santé perçue, aucune évolution n'a été observée depuis 2010 quels que soient le sexe et le niveau de scolarité.

Après une légère diminution observée entre 2010 et 2014 (passant de 7,4 à 7,3), le niveau de satisfaction de sa vie actuelle (score de Cantril) chez les collégiens français a augmenté sur la période 2014-2018, passant de 7,3 à 7,6 sur 10. La proportion d'élèves ayant une perception positive de leur vie a augmenté sur la période 2014-2018 (81,9 vs 87,8 %) et est supérieure à celle observée en 2010 (84,7 %). Ces augmentations sont observées quels que soient le sexe et le niveau de scolarité des répondants [figure 13].

Fig. 13 : Évolution de la proportion d'élèves percevant leur vie comme positive en 2010, 2014 et 2018 selon le sexe (%)



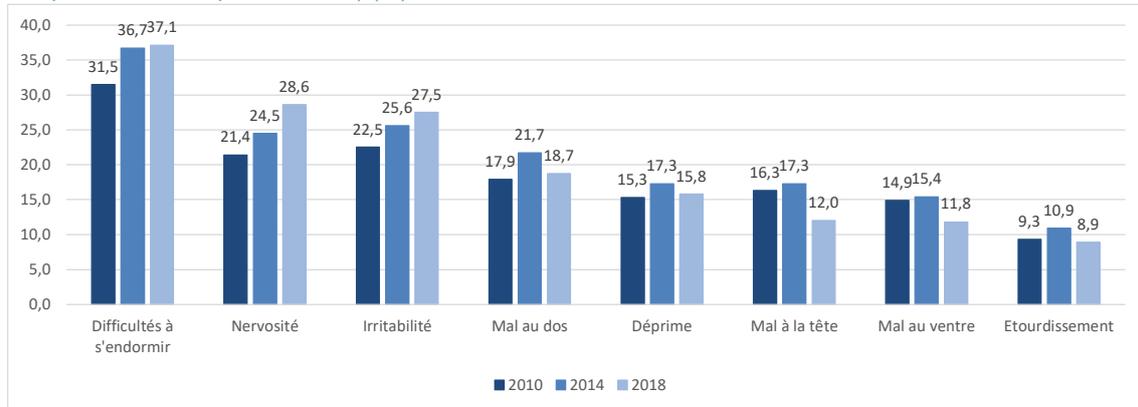
Source : EnCLASS 2010-2014-2018 - Exploitation SpF

L'analyse détaillée de l'évolution des plaintes psychologiques et somatiques ressenties plus d'une fois par semaine depuis six mois montre [figure 14] :

- une diminution des plaintes somatiques (maux de tête, de ventre, de dos et étourdissements) et des plaintes pour déprime sur la période 2014-2018 ;
- une augmentation des plaintes pour nervosité et irritabilité entre 2014 et 2018 : +4 points pour la nervosité (24,5 % vs 28,6 %) et +2 points pour l'irritabilité (25,6 % vs 27,5 %) après celle observée entre 2010 et 2014 ;
- une stabilité des plaintes pour des difficultés à s'endormir sur la période 2014-2018 après une hausse observée entre 2010 et 2014 (31,5 % vs 36,7 %).

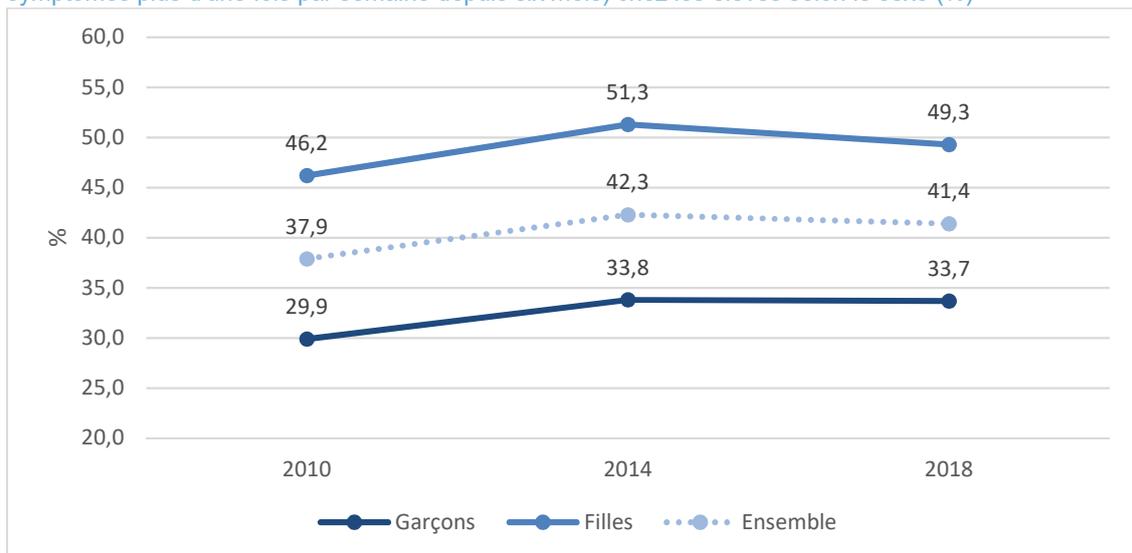
La proportion de collégiens concernés par les plaintes somatiques et/ou psychologiques récurrentes (au moins deux plaintes plus d'une fois par semaine durant les six derniers mois), après une augmentation observée entre 2010 et 2014 (37,9 % vs 42,3 %), est restée stable sur la période 2014-2018 [figure 15]. Cette tendance est observée quel que soit le niveau de classe, et chez les deux sexes.

Fig. 14 : Évolution des plaintes somatiques et psychologiques déclarées par les élèves (ressentis plus d'une fois par semaine depuis six mois) (%)



Source : EnCLASS 2010-2014-2018 - Exploitation SpF

Fig. 15 : Évolution du syndrome de plaintes somatiques et/ou psychologiques récurrentes (au moins deux symptômes plus d'une fois par semaine depuis six mois) chez les élèves selon le sexe (%)



Source : EnCLASS 2010-2014-2018 - Exploitation SpF

La mesure du risque dépressif (selon les critères de l'ADRS) a été introduite en 2014. Entre 2014 et 2018, le nombre moyen de symptômes déclarés a légèrement baissé, passant de 2,8 à 2,6. Cependant, cette diminution n'entraîne pas une diminution de la proportion d'élèves concernés par un risque de dépression (modéré et/ou patent), quel que soit le sexe et le niveau de scolarité considéré.

La consultation actuelle ou passée d'un « psy » ayant été introduite en 2018, il n'existe pas de données d'évolutions disponibles.

■ COMPARAISONS INTERNATIONALES A 11, 13 ET 15 ANS : RESULTATS DE L'ENQUETE HBSC

L'analyse des indicateurs présentés ci-dessous a montré une stabilité de la santé mentale chez les élèves de 11, 13 et 15 ans entre 2014 et 2018 sur l'ensemble des pays ou régions ayant participé à l'enquête.

Santé perçue

En France, le fait de déclarer sa santé comme excellente est comparable aux résultats observés dans les autres pays ou régions ayant participé à l'enquête HBSC en 2018 pour l'ensemble des trois groupes d'âge. En moyenne sur l'ensemble des pays ou régions, les garçons sont, en proportion, plus nombreux que les filles à déclarer une excellente santé et les élèves de 15 ans montrent les taux les plus faibles (à 11 ans, 41 % des filles vs 45 % des garçons ; à 13 ans, 32 % des filles vs 41 % des garçons ; à 15 ans, 25 % des filles vs 39 % des garçons).

Perception de sa vie

Le niveau de satisfaction de sa vie actuelle (score de Cantril sur 10) des collégiens français est également comparable à la moyenne internationale pour l'ensemble des trois groupes d'âge. Tout pays ou régions confondus, le score moyen de satisfaction de sa vie est plus élevé pour les garçons et diminue avec l'avancée dans les trois groupes d'âge (à 11 ans, 8,2 chez les filles vs 8,3 chez les garçons ; à 13 ans, 7,6 chez les filles vs 7,9 chez les garçons ; à 15 ans, 7,2 chez les filles vs 7,6 chez les garçons).

Plaintes psychologiques et somatiques

Par rapport aux autres pays ou régions, les élèves français de 11, 13 et 15 ans présentent un niveau élevé de plaintes somatiques et/ou psychologiques récurrentes (au moins deux symptômes plus d'une fois par semaine durant les six derniers mois) pour les 3 groupes d'âge avec une proportion plus importante pour les filles que pour les garçons. En moyenne, tous pays ou régions confondus, les plaintes récurrentes concernent à 11 ans, 33 % des filles vs 27 % des garçons ; à 13 ans, 43 % des filles vs 28 % des garçons ; à 15 ans, 52 % des filles vs 30 % des garçons.

Le détail des plaintes somatiques et/ou psychologiques (ressenties plus d'une fois par semaine depuis six mois) indique un taux nettement plus important de difficultés à s'endormir et de mal de dos chez les collégiens français par rapport à la moyenne observée chez leurs homologues étrangers. Ainsi, la proportion d'élèves français rapportant des difficultés à s'endormir est supérieure d'environ 15 points par rapport à la moyenne internationale (à 11 ans, 24 % des filles vs 21 % des garçons ; à 13 ans, 27 % des filles vs 19 % des garçons ; à 15 ans, 29 % des filles vs. 20 % des garçons). De même, la France fait partie des pays ou régions où la proportion d'élèves déclarant avoir mal au dos est la plus élevée. En moyenne, tous pays ou régions confondus le mal de dos concerne à 11 ans, 11 % des filles vs 9 % des garçons ; à 13 ans, 14 % des filles vs 10 % des garçons ; à 15 ans 19 % des filles vs 13 % des garçons.

En revanche, les maux de tête concernent moins les élèves français que ceux des autres pays ou régions avec un écart défavorable pour les filles par rapport aux garçons (à 11 ans, 15 % des filles vs 11 % des garçons ; à 13 ans, 20 % des filles vs 11 % des garçons ; à 15 ans, 27 % des filles vs 12 % des garçons). C'est également le cas pour le sentiment de déprime (à 11 ans, 16 % des filles vs 12 % des garçons ; à 13 ans, 24 % des filles vs 13 % des garçons ; à 15 ans 31 % des filles vs 15 % des garçons).

Enfin, les autres plaintes exprimées (mal au ventre, irritabilité, nervosité et étourdissements) n'apparaissent pas ou sont peu différentes chez les collégiens français par rapport aux élèves des autres pays ou régions. Cependant, il est à noter une proportion plus importante d'irritabilité et de nervosité chez les collégiennes françaises de 15 ans comparativement à la moyenne internationale (resp. 38 % et 37 % en moyenne sur l'ensemble des pays ou régions).

Méthodologie

En France les données sont issues de l'Enquête nationale en collèges et en lycées chez les adolescents sur la santé et les substances (EnCLASS) regroupement des deux enquêtes internationales quadriennales menées en milieu scolaire : HBSC réalisée en France depuis 1994 et ESPAD depuis 1999.

L'échantillonnage a été réalisé par la Direction de l'évaluation, de la prospective et de la performance (DEPP) du ministère de l'Éducation nationale, selon un tirage aléatoire équilibré : au total, 1137 classes ont été sélectionnées au sein de 336 collèges et 234 lycées (soit deux classes par établissement). L'enquête a permis d'interroger par questionnaire auto-administré et anonyme 20 577 élèves du secondaire soit, après nettoyage, un échantillon final de 20 128 élèves (12 973 collégiens et 7 155 lycéens). Les taux de réponse sont de 78,8 % au collège et 67,0 % au lycée. Les non-réponses correspondent essentiellement à des absences d'élèves le jour de la passation, plus rarement du fait de refus de participer émanant des élèves ou de leurs parents (14 % au total) et à des établissements ayant refusé de participer (n=56).

Les comparaisons internationales sont issues du rapport international de l'enquête HBSC 2018 (cf. <http://www.hbsc.org/>) et portent sur les élèves âgés de 11, 13 et 15 ans représentant chacun des pays dans la base de données internationale (n=227 441), elles visent à situer les jeunes Français (n=9106) parmi leurs pairs des 45 pays ou régions ayant participé à l'enquête HBSC en 2018.

Les promoteurs de l'enquête EnCLASS remercient les élèves qui ont renseigné l'enquête, leurs familles qui les ont autorisés à participer ainsi que les personnels éducatifs qui ont rendu possible l'organisation de la collecte.

L'enquête EnCLASS 2018 a bénéficié d'un avis d'opportunité du Conseil national de l'information statistique (Cnis, n°142 / H030) et a fait l'objet d'une déclaration à la CNIL (2155714 v 0).

Pour nous citer :

Christophe Léon, Stanislas Spilka, Virginie Ehlinger et Emmanuelle Godeau, Santé mentale et bien-être *Résultats de l'Enquête nationale en collèges et en lycées chez les adolescents sur la santé et les substances – EnCLASS 2018*. Rennes : EHESP, 2021 : 13 p.