

Forum : Forum Citoyen sur la Santé mentale

Thématique : Les jeunes en première ligne face à la dégradation de la santé mentale ?

Nom de la Citoyenne : Quérel Zoé

Situation familiale ○ Marié/en couple ● Célibataire ○ Avec enfants, si oui combien 2	Niveau d'étude ○ Primaire ○ Secondaire ● Universitaire
--	--

1. De quelle manière êtes-vous concerné.e par le sujet ?

En tant que jeune femme de 22 ans, membre de la communauté LGBT et étudiante en mode à l'Instituto Marangoni de Milan, je me sens directement concernée par la dégradation de la santé mentale chez les jeunes.

De nos jours nous sommes confrontées à des pressions qui peuvent se cumuler notamment via les réseaux sociaux et la comparaison permanente, la peur pour notre avenir professionnel, la dégradation de l'environnement, mais aussi les discriminations et les inégalités sociales. En Italie, un jeune sur cinq âgé de 11 à 19 ans subit régulièrement du harcèlement et 34 % déclarent avoir subi des comportements offensants ou violents en ligne. Dans mon cas, mon appartenance à la communauté LGBT me rend particulièrement sensible aux questions de discrimination, d'acceptation de soi mais également au sein de la société avec la peur d'être rejetée. Une enquête de l'ISTAT montre par exemple que 71,9 % des personnes homosexuelles ou bisexuelles interrogées ont déclaré avoir subi au moins une forme de discrimination au cours de leur parcours scolaire ou universitaire, même si celle-ci n'était pas nécessairement liée à leur orientation sexuelle. 31,3 % déclarent également avoir reçu des insultes en ligne liées à leur orientation sexuelle. Ce sujet me touche également en tant que future professionnelle. L'ISTAT montre que 44,2 % des personnes homosexuelles ou bisexuelles salariées ou anciennement salariées interrogées ont déclaré avoir subi au moins une forme de discrimination dans leur travail ; ce chiffre atteint 50,5 % chez les femmes de l'enquête. Mes études dans le milieu de la mode me plongent également dans un univers où l'image, le regard des autres, la réussite et les réseaux sociaux occupent une place importante.

Ma situation me place également face à une contradiction de l'Italie actuelle. La Constitution italienne affirme dans son article 3 que tous les citoyens ont la même dignité sociale et sont égaux devant la loi. Cependant, sous le gouvernement de Giorgia Meloni, les questions liées au genre et à la sexualité restent très débattues. En juin 2026, l'Italie a notamment adopté une réforme imposant l'accord des parents pour certaines activités d'éducation sexuelle à l'école, tandis que celles-ci sont exclues de l'école primaire. Le gouvernement présente cette mesure comme une protection du rôle éducatif des familles, tandis que ses opposants craignent qu'elle limite l'accès des jeunes à certaines informations, notamment sur l'identité de genre.

En tant que jeune femme LGBT, cette situation me concerne car l'environnement social et politique peut aussi avoir un impact sur le sentiment d'acceptation et d'inclusion des jeunes

issus de minorités. Il me paraît donc important que la prévention en santé mentale puisse accueillir chaque jeune sans jugement lié à son orientation sexuelle, son identité ou sa situation sociale.

Je souhaite surtout défendre une idée : il ne faut pas attendre qu'un jeune demande de l'aide pour commencer à faire de la prévention.

Cette position rejoint celle prise actuellement par l'Italie. Notre pays a adopté le Piano di Azioni Nazionale per la Salute Mentale 2025-2030, un plan national qui cherche notamment à renforcer la prévention, à détecter plus tôt les situations de mal-être et à améliorer l'accompagnement des enfants et des adolescents.

L'enjeu est important : en 2024, 845 516 personnes ont été prises en charge par les services spécialisés italiens de santé mentale et 55,9 % étaient des femmes.

En juillet 2026, le ministre italien de la Santé, Orazio Schillaci, a également insisté sur le fait qu'il est important d'accompagner les jeunes dès les premiers signes de mal-être, plutôt que d'attendre que leur situation s'aggrave.

2. Que proposez-vous à votre échelle ?

À mon échelle, je proposerais donc de renforcer la prévention auprès des jeunes. A certaines étapes importantes de leur parcours, (au lycée, pendant les études supérieures ou la formation professionnelle, puis lors de l'entrée dans la vie active.) chaque jeune devrait passer un entretien individuel et confidentiel avec un professionnel de la santé mentale. L'objectif serait de détecter plus tôt des situations de harcèlement, de discrimination, d'isolement, d'anxiété ou encore les conséquences négatives des réseaux sociaux.

Cette prévention devrait également être inclusive et obligatoire : un jeune ne devrait jamais renoncer à demander de l'aide par peur d'être jugé en raison de son orientation sexuelle, de son identité, ou de ses moyens financiers.

La mise en place aurait évidemment un coût. Pour éviter de créer un dispositif irréaliste, je proposerais de s'appuyer en priorité sur les structures et professionnels déjà existantes et de déployer progressivement le dispositif. L'Italie a d'ailleurs prévu pour son *Piano di Azioni Nazionale per la Salute Mentale* 80 millions d'euros en 2026, 85 millions en 2027 et 90 millions en 2028, dont 30 millions d'euros par an réservés au recrutement de personnel. Une partie des nouveaux moyens consacrés à la prévention pourrait donc servir à expérimenter ce type de dispositif.

Cette solution possède cependant des limites. Elle nécessite suffisamment de professionnels qualifiés, une réelle confidentialité et une qualité similaire entre les différentes régions. Il faut également éviter qu'un bilan de prévention soit vécu comme un examen ou comme une manière de « diagnostiquer » automatiquement les jeunes. Son objectif doit rester la prévention, l'écoute et l'orientation vers une aide lorsque celle-ci est nécessaire.

Enfin, concernant les réseaux sociaux, l'Italie dispose déjà de la **loi n°71 du 29 mai 2017**, aujourd'hui élargie à la prévention et à la lutte contre le harcèlement et le cyberharcèlement. Je pense qu'il faut aller plus loin en développant une éducation numérique et en apprenant aux jeunes à reconnaître les effets que les réseaux sociaux peuvent avoir sur leur propre santé mentale.

Enfin, ma proposition principale pourrait être complétée par deux mesures : former davantage les enseignants, responsables universitaires et employeurs à repérer les premiers signes de mal-être et de discrimination ; et améliorer l'accès à une aide psychologique pour les jeunes ayant peu de moyens financiers, afin que la prévention en santé mentale ne dépende pas du revenu de la famille. Cette question est particulièrement importante pour notre pays puisque 26,7 % des mineurs étaient exposés au risque de pauvreté ou d'exclusion sociale en 2024, avec un taux atteignant 43,6 % dans le Sud et les îles.

Mon objectif serait donc de passer d'une logique où l'on soigne et prend en compte principalement lorsque le jeune va déjà mal à une logique où l'on prévient, repère et accompagne beaucoup plus tôt afin de limiter le mal-être chez les jeunes.