

### Santé mentale, de quoi parle-t-on ?

La santé mentale est un état de bien-être dans lequel une personne :

- est consciente de ses capacités,
- peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté.

Source : Organisation mondiale de la santé (OMS)

La santé mentale recouvre un champ large et intègre trois dimensions

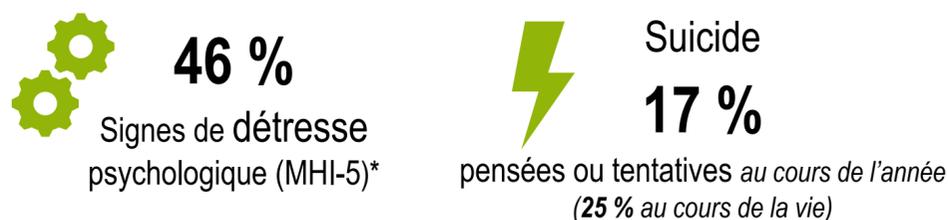
- Les troubles mentaux ou troubles psychiatriques,
- Les troubles psychologiques ou souffrance psychique (traduction d'un ressenti de mal-être),
- La santé mentale positive (estime de soi, capacités d'adaptation, épanouissement personnel).

### Santé mentale des jeunes, quelques données clés

- Troubles du sommeil, faible estime de soi, déprime ou anxiété, des maux qui concernent aussi les jeunes.
- Les **troubles mentaux** : 1<sup>er</sup> motif d'admission en Affection de Longue Durée parmi les jeunes de moins de 30 ans
- Une prévalence de **traitements anxiolytiques** plus forte chez les jeunes Normands et ce quel que soit le département considéré.
- Un taux de **tentative de suicide** chez les jeunes significativement plus important que le national
- Des **pensées suicidaires et tentatives de suicide** plus fréquentes chez les jeunes femmes.
- Des taux de **mortalité par suicide** supérieurs en Normandie.

### Zoom sur la santé mentale des jeunes accueillis en mission locale

Source : Enquête santé en mission locale – Edition 2023



#### Facteurs associés à la santé mentale dégradée



\* Échelle MHI-5 : instrument composé de 5 éléments, qui mesure la santé mentale générale.

### Zoom sur la santé mentale des étudiants de licence en Normandie

Source : Enquête santé des étudiants, année universitaire 2022-2023

- **1 sur 5** indique une mauvaise qualité de vie (notée de 0 à 4 sur une échelle de 0 à 10)
- **1 sur 5** estime avoir un soutien social faible
- Les étudiants **fragiles socio-économiquement** plus à risque de présenter une santé mentale dégradée



**1 sur 28** dit avoir tenté de mettre fin à ses jours au cours de l'année

### EN SAVOIR +

→ [orscreainormandie.org](https://orscreainormandie.org)

→ **Contacts :**

Lucie LECHAT, Chargée d'études et de missions  
[l.lechat@orscreainormandie.org](mailto:l.lechat@orscreainormandie.org)  
Noémie LEVEQUE-MORLAIS, Chargée d'études  
[n.levaquemorlais@orscreainormandie.org](mailto:n.levaquemorlais@orscreainormandie.org)  
Annabelle YON, Directrice adjointe  
[a.yon@orscreainormandie.org](mailto:a.yon@orscreainormandie.org)



Une mission de diffusion de l'information réalisée avec le soutien financier de

