



LES
ATELIERS
MERCURE

DÉVELOPPER LA PRÉVENTION ET LA PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE EN FRANCE

9 PROPOSITIONS

Septembre 2021

Développer la prévention et la promotion de la santé mentale en France

Introduction

Les propositions formulées ci-dessous sont le fruit d'un travail pluridisciplinaire, où nous avons interviewé, pendant 10 mois, des professionnels, des acteurs de la santé mentale et des citoyens afin de dresser un inventaire des principales lacunes et difficultés rencontrées dans ce domaine. Nous avons choisi de ne pas traiter le sujet de l'offre de soins en santé mentale, déjà très documentée et étudiée, déjà bien identifié par les pouvoirs publics.

Nous avons donc traité 3 autres axes que nous avons jugés prioritaires :

- Développer une culture de la santé mentale en France, dès le plus jeune âge
- Développer l'interdisciplinarité afin que la santé mentale dépasse les seuls secteurs du curatif et du soin hospitalo-centré
- Prévenir les décompensations de troubles mentaux ou psychiques, en développant l'accès aux premiers secours en santé mentale à la population générale.

I. Développer une culture de la santé mentale en France, dès le plus jeune âge

Constat : Les déterminants de la santé mentale de la population dépendent en grande partie de secteurs **autres** que le système de soin.

Proposition 1 [Stratégie]. Transformer l'actuelle délégation ministérielle à la santé mentale et à la psychiatrie en une délégation interministérielle à la santé mentale chargée de mettre en œuvre la stratégie nationale de promotion de la santé mentale, d'en coordonner le déploiement territorial ainsi que de la communication. Cette stratégie devra être régulièrement évaluée suivant des indicateurs prédéfinis avec les usagers.

Proposition 2 [Méthodologie]. Ouvrir des contrats courts (10 mois) d'Entrepreneurs d'Intérêt Général (EIG) pour permettre à des designers-concepteurs, ingénieurs, soignants, récemment diplômés, d'organiser la conception de solutions de promotion et de prévention en santé mentale, adaptées aux besoins des citoyens.

Proposition 3 [Communication]. Développer une communication en santé mentale « 3.0 » au travers de campagnes de communication plus ciblées, faciles d'accès, originales, dont les contenus sont validés et l'efficacité mesurée, intégrant les outils issus des sciences comportementales afin d'améliorer leur impact.

Proposition 4 [Education]. Développer une boîte à outils, physique et digitale, permettant d'aborder le sujet de la santé mentale chez les enfants et jeunes en France, la pratique d'ateliers de développement des compétences psychosociales (CPS) et, outiller ceux qui travaillent au plus près des jeunes (parents, professionnels de la petite enfance, éducateurs, enseignants...). Ces outils doivent être fondés sur un corpus de connaissances scientifiques validées et/ou d'expériences locales ou internationales ayant démontré leur efficacité.

Proposition 5 [Outils]. Mettre en place un portail digital national collaboratif de promotion en santé mentale, simple d'utilisation, proposant des outils d'auto-évaluation de sa santé mentale validés scientifiquement, des conseils personnalisés, et des ressources adaptées pour permettre aux citoyens d'entretenir, de « monitorer » et de gérer leur santé mentale au quotidien. De nombreuses solutions similaires ont été initiées à l'international (notamment au Canada avec les sites [Wellness Together](#) et [AllerMieux](#)) avec succès.

II. Développer l'interdisciplinarité afin que la santé mentale dépasse le seul secteur du sanitaire

Proposition 6 [Stratégie]. Assurer la participation de représentants de la **société civile** (et pas seulement des représentants d'usagers) au sein des comités nationaux et institutionnels qui définissent les politiques de prévention en santé mentale et les indicateurs d'évaluation de ces politiques.

Proposition 7 [Évènements]. Stimuler l'innovation et faire émerger des solutions novatrices dans les actions de santé mentale (promotion et prévention) en suivant une logique de co-construction avec les citoyens, les patients, les soignants, et les chercheurs du domaine, à travers des évènements nationaux et interdisciplinaires (notamment des défis nationaux inter-universitaires/écoles, des journées d'action, des hackathons, etc.).

III. Prévenir les crises en santé mentale en développant l'accès aux premiers secours en santé mentale à la population générale

Les premiers secours en santé mentale comprennent les savoirs essentiels pour permettre aux citoyens de savoir détecter, réagir, et orienter face à la détresse psychologique d'une personne.

Proposition 8 [Formation]. Soutenir la création d'un dispositif national de formation aux premiers secours en santé mentale ouvert à tous, avec pour objectif de dispenser le savoir nécessaire pour reconnaître et agir face à une crise d'angoisse ou suicidaire aiguë dans son entourage, à la manière des journées de formation à la réanimation cardio-pulmonaire. Ces formations cibleraient en priorité les actifs en lien direct avec les personnes les plus exposées à ces décompensations (professeurs des écoles, personnels de l'enseignement supérieur, policiers, actifs en position managériales, etc.) ainsi que les participants des services civiques et sanitaires.

Proposition 9 [Prévention]. Soutenir le déploiement des réseaux citoyens dits "ambassadeurs en santé mentale", composés d'acteurs formés pour repérer et orienter les personnes en souffrance psychique, notamment parmi leurs pairs. Il s'agit d'une démarche de mobilisation, formation aux premiers secours en santé mentale, et de redirection des citoyens vers les ressources appropriées, dans le secteur social, éducatif ou sanitaire.