

Portrait des adolescents d'aujourd'hui

Les 11-15 ans sont globalement satisfaits de leur vie, mais certains manifestent des troubles inquiétants

Santé physique et mentale, sexualité, rapport à l'école et au corps, vie de famille... C'est un portrait de l'adolescence comme on en voit peu. Le volet français de l'enquête internationale Health Behaviour in School-aged Children (HBSC), menée tous les quatre ans dans 40 pays, donne la parole à 7 000 collégiens représentatifs des jeunes âgés de 11 à 15 ans. Les derniers résultats, qui portent sur 2014, viennent d'être mis en ligne par Santé publique France, l'agence nationale chargée de la veille et de la prévention en matière de santé.

Pour beaucoup d'adultes, l'adolescence est un âge mystérieux, associé au mal-être et aux expérimentations à risque. Ce sentiment est confirmé par l'enquête, mais seulement en partie. « Cet âge donne lieu à beaucoup de fantasmes parfois lourds à porter, relève Emmanuelle Godeau, médecin de santé publique qui coordonne l'étude depuis l'académie de Toulouse. Les adolescents vont plutôt bien, mais il y a des points d'alerte sur lesquels les efforts doivent porter. » Ainsi, 82 % des collégiens ont une perception positive de leur vie, et 88 % se sentent en bonne santé. Mais lorsque les questions se font plus précises, des proportions importantes d'enfants rapportent des difficultés. Enseignement majeur de l'étude: les filles affirment se sentir globalement moins bien que les garçons.

Des troubles somatiques et psychologiques réguliers Un adolescent sur quatre est concerné. Le plus souvent, il s'agit de difficultés à s'endormir (36,7 % des élèves concernés), d'irritabilité (25,6 %), de nervosité (24,5 %) et de déprime (17,3 %). Les maux de dos, de tête et de ventre réguliers (plus d'une fois par semaine depuis six mois) concernent respectivement 21,7 %, 17,3 % et 15,4 % des collégiens. Les filles se plaignent de l'un ou l'autre de ces symptômes plus souvent que les garçons, et de plus en plus en grandissant (43,7 %

le font en classe de 6^e et 59 % en 3^e). Même constat pour les signes de mal-être et de souffrance psychique (découragement, tristesse, absence d'énergie, etc.).

La situation se dégrade par rapport à 2010, surtout pour les filles (78 % perçoivent leur vie comme positive, contre 82 % en 2010). « Elles intériorisent davantage leur malaise que les garçons et l'éprouvent dans leur corps, relève M^{me} Godeau. C'est un phénomène observé dans tous les pays de l'étude. Pour expliquer l'évolution récente, nous faisons l'hypothèse que la crise économique génère une inquiétude pour l'avenir, à laquelle les filles sont plus sensibles. »

Une vision déformée des corps

Le poids de la norme esthétique favorable à la minceur apparaît clairement. Six élèves sur dix considèrent leur corps comme « à peu près au bon poids », mais plus d'un tiers (35,5 %) des filles de corpulence normale se trouvent un peu ou beaucoup trop grosses. Un quart dit « avoir besoin de perdre du poids » et 13,2 % sont effectivement au régime, alors que les garçons sont environ deux fois moins nombreux dans ces situations. Ils ont au contraire tendance (dans des proportions moindres) à se trouver trop maigres. « L'adolescence est une période où les corps prennent des formes qui peuvent paraître insupportables, observe M^{me} Godeau. Les adultes doivent rappeler que ce que l'on voit dans les magazines n'est pas la réalité. »

Trop d'écrans Le chiffre est à première vue énorme: les collégiens déclarent passer en moyenne sept heures quarante-huit minutes par jour (week-end compris) devant des écrans (télévision, smartphone, ordinateur). Les garçons consomment beaucoup plus de jeux vidéo que les filles (62,2 % contre 35,7 %). Cette durée recouvre en fait des usages cumulés (consultation d'une messagerie sur smartphone pendant le vi-

sionnage d'une vidéo sur ordinateur, par exemple). La quasi-totalité des collégiens dépassent néanmoins la recommandation internationale de deux heures maximum d'écrans par jour.

« Cette norme a été calculée il y a dix ans en mettant en lien l'obésité et l'usage de la télévision, qui est extrêmement passif, relativise M^{me} Godeau. Il faut probablement la réévaluer. Ce point demande cependant une vigilance extrême car la consommation d'écrans peut avoir un impact sur le sommeil, par exemple. »

Pas assez d'activité physique

Seulement 13 % des collégiens déclarent pratiquer une heure d'activité physique modérée par jour, le seuil recommandé. La catégorie sociale influe sur les comportements (exercice physique, alimentation). L'obésité et le surpoids sont plus présents dans les catégories défavorisées (18 %, contre 8 % chez les plus favorisés). La France apparaît globalement plutôt bien placée par rapport aux autres pays de l'enquête, puisque seuls 11,6 % des jeunes sont en surpoids ou obèses (respectivement au 33^e rang et au 36^e sur 42 pays).

En revanche, l'expérimentation du cannabis à l'adolescence concerne davantage les plus aisés (14,7 % des collégiens des milieux favorisés, contre 8 % des catégories intermédiaires et défavorisées), pour des raisons de moyens. La même différence est observée pour la consommation de tabac et d'alcool, qui est globalement en baisse depuis 2010.

Moins de rapports sexuels précoces

Les données recueillies vont contre les idées reçues, qui verraient les adolescents influencés par la banalisation des images pornographiques. Si 86 % ont déjà été amoureux et 70 % sont déjà « sortis » avec quelqu'un, la proportion d'élèves ayant eu des rapports sexuels en 4^e et en 3^e reste modérée (respectivement 9 % et

18 %), et régresse par rapport à 2010. Les rapports sexuels très précoces (avant 13 ans) sont rares: 1,4 % des collégiens de 4^e et 3^e ont déclaré en avoir eu (les questions sur la sexualité n'ont été posées qu'à partir de la 4^e). Les garçons déclarent plus fréquemment avoir eu des rapports sexuels. Pour 3,4 % de ces jeunes, le rapport a eu lieu avec une personne de même sexe.

Un chiffre est inquiétant: celui des jeunes filles « initiées » qui auraient préféré que ce rapport sexuel ait lieu plus tard ou qui n'en avaient pas vraiment envie. Elles sont respectivement 22 % et 9 % parmi les élèves de 3^e, alors que seuls 4 % des garçons du même âge auraient préféré attendre. « On peut se demander dans quelle mesure ces rapports ont été consentis », commente M^{me} Godeau. L'usage de la contraception, en léger recul, reste très important: 86 % des jeunes qui ont eu des rapports sexuels déclarent avoir utilisé la pilule ou un préservatif.

Un meilleur dialogue avec les pères

C'est à l'adolescence de leurs enfants que les parents disent avoir le plus de difficultés à exercer leur rôle et rencontrer des problèmes de communication. Le constat semble partagé. Les collégiens parlent plus aisément avec leur mère (72 % jugent le dialogue facile ou très facile) qu'avec leur père (54 %). Ce chiffre est cependant monté de 4 points depuis 2010.

Les familles françaises sont paradoxales: alors que l'on dîne plus ensemble en France que dans d'autres pays, la communication est moins simple. Seuls 36,6 % des collégiens la jugent bonne. Les difficultés grandissent avec l'âge. Ce qui n'empêche pas 69 % des adolescents de se sentir fortement soutenus par leur famille (73 % des garçons contre 65 % des filles). C'est à cet âge que les pairs prennent une importance capitale: 63 % des garçons et 76 % des filles se sentent soutenus par leurs amis. ■

GAËLLE DUPONT

Un collégien sur quatre est concerné par des troubles somatiques (maux de tête, de ventre...) réguliers

En 3^e, une fille sur trois s'estime sous pression à l'école

ALORS QU'EN FRANCE – plus qu'ailleurs – l'école est le lieu où les adolescents passent le plus clair de leur temps, le volet éducation de l'enquête Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) publiée le 15 décembre, dresse de leur « vécu scolaire » un tableau nuancé.

Que les parents se rassurent : les deux tiers des 11-15 ans déclarent aimer l'école. En la matière, le ressenti n'a pas significativement varié depuis 2010. Il n'empêche qu'entre la 6^e et la 3^e « cette perception s'altère nettement », peut-on lire dans la note de synthèse. On a même le sentiment que la courbe s'affaisse : la part d'élèves affirmant aimer beaucoup l'école est divisée par trois entre le début et la fin du collège, passant de 32 % à 10,2 % chez les garçons, de 44,8 % à 15,7 % parmi les filles. Chez une frange des adolescentes, on frôle même le désamour en dernière année de collège :

les jeunes filles sont quatre fois plus nombreuses, en classe de 3^e, à ne pas du tout aimer l'école (16 %, contre 3,6 %).

Sur les causes, l'enquête HBSC ne s'étend pas. Ce n'est pas son propos. Ce qu'elle dit néanmoins du stress et des exigences scolaires tels qu'éprouvés par les collégiens au fil des rentrées fait sens.

Brimades en baisse

Certes, la plupart s'en sortent bien : les trois quarts des élèves s'estiment peu (43,8 %) ou pas du tout (31 %) stressés. Mais la part de ceux déclarant l'être assez ou beaucoup a « significativement » augmenté entre 2010 (21,4 %) et 2014 (25,3 %). C'est chez les filles que la hausse est frappante : en classe de 3^e, la proportion de collégiennes s'estimant « assez » ou « beaucoup » stressées a progressé de 10 points en quatre ans. A un an de l'entrée au lycée, une

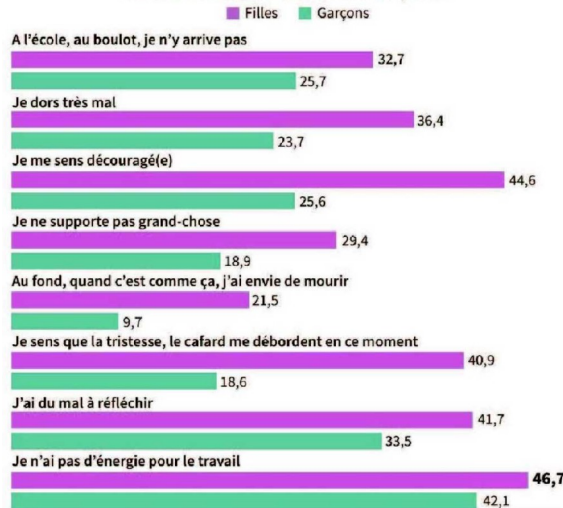
jeune fille sur trois considère les exigences scolaires comme élevées, contre seulement une sur six en 2010. Si ces chiffres sont nouveaux, le diagnostic ne l'est pas : les enquêtes internationales ont montré que les adolescents sont plus nombreux en France qu'ailleurs à ne pas oser lever le doigt en classe ou à craindre l'erreur.

L'enquête révèle par ailleurs une surprise : la proportion d'élèves rapportant des brimades « à une fréquence constitutive d'un harcèlement avéré », écrivent les auteurs, a diminué, passant de 14 % en 2010 à 11,8 % en 2014. Évaluée niveau par niveau, la baisse est jugée « significative » en classe de 6^e. Voilà des chiffres sur lesquels méditer, alors que la violence en milieu scolaire fait l'objet de toutes les attentions – au risque de donner le sentiment que l'école n'est pas un lieu sûr. ■

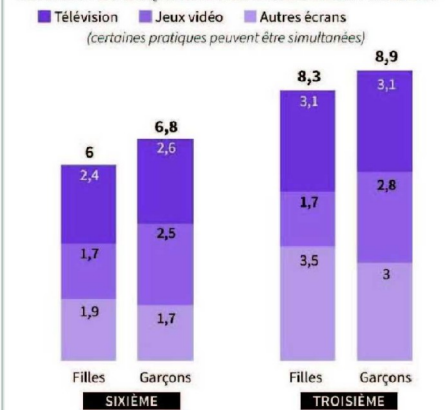
MATTEA BATTAGLIA

Les filles affirment se sentir moins bien que les garçons

PART DES ÉLÈVES DE QUATRIÈME ET DE TROISIÈME AYANT RÉPONDU OUI À L'AFFIRMATION SUIVANTE, EN %

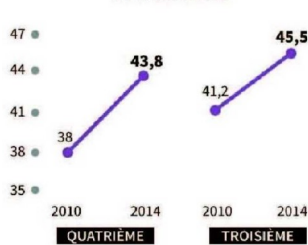


NOMBRE D'HEURES QUOTIDIENNES PASSÉES DEVANT UN ÉCRAN



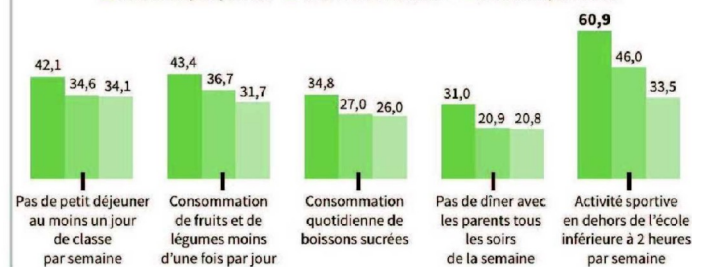
Le volet français de l'enquête HBSC est coordonné par le service médical du rectorat de Toulouse. Plus de 7 000 collégiens ont répondu à l'enquête, réalisée en 2014, dans 169 établissements publics et privés de France métropolitaine.

ÉVOLUTION DES PLAINTES SOMATIQUES ET/OU PSYCHOLOGIQUES RÉCURRENTES*, EN % DES ÉLÈVES



* Maux de dos, tête et ventre, au moins deux symptômes plus d'une fois par semaine depuis six mois

COMPORTEMENTS DE SANTÉ SELON LE NIVEAU DE RICHESSE DE LA FAMILLE, EN % DES ÉLÈVES APPARTENANT AUX ...



SOURCES : ENQUÊTE INTERNATIONALE HEALTH BEHAVIOUR IN SCHOOL-AGED CHILDREN (HBSC), SANTÉ PUBLIQUE FRANCE