



Rendez-vous « HORIZON D'ESPOIR »

Dialogue d'expert

La semaine internationale de la santé des Ados – du 13 au 17 octobre 2025

"Comment évolue le profil des adolescents en 2025, quels enjeux pour leur équilibre ?"

« *L'adolescence est l'âge où l'on doute de tout ce qui est possible et de rien de ce qui est impossible.* » Jean Dutourd Ecrivain Académicien

Dans un monde en mutation rapide, saturé par les réseaux sociaux, des informations souvent anxiogènes, par la digitalisation et des consommations multiples parfois perçues comme indispensables puis paradoxalement trop envahissantes, se pose une question fondamentale : comment l'adolescent peut-il trouver son équilibre, son libre arbitre, et construire son identité de façon solide ?

Dans ce contexte, la confiance en soi, le lien humain authentique, la créativité, l'expression émotionnelle et la capacité à se projeter dans un avenir porteur de sens deviennent des ressources essentielles.

Soutenir les adolescents, c'est leur permettre non seulement de survivre aux turbulences de leur environnement, mais aussi de développer leur résilience, leurs compétences et leur capacité à rêver. C'est offrir les conditions d'une adolescence épanouie, où équilibre, projection et confiance coexistent malgré les bouleversements sociétaux.

Rêver Pour Guérir s'est inscrit dans la semaine internationale de la santé des adolescents.

Il est important de rappeler que « *l'affect est un collagène social. Nous sommes arrivés dans une société où les jeunes ne veulent plus d'enfants, inquiets pour eux-mêmes, Il leur est alors difficile de se projeter dans un lien de filiation et de transmission* » Comme le souligne Marie -Estelle Dupont Psychologue Clinicienne – Marraine du Fonds de Dotation Rêver Pour Guérir, et d'ajouter que « *les adultes ont indifférencié les générations. Cette confusion fait des jeunes loin d'aller bien et les repères vont alors être recherchés ailleurs, et pas toujours au bon endroit* ».

Les rencontres avec les médecins et adolescents nous ont permis de mesurer une première approche. Une grande partie des adolescents rencontrés ont manifesté ce besoin d'être compris sans être jugés. L'espoir est d'être considérés dans un monde devenu très exigeant, de pouvoir évacuer leurs émotions comme quelque chose de normal, de chercher des lieux de partages à leurs préoccupations qui soient des portes faciles à ouvrir et se sentir moins seuls.

Rencontre avec Dr Mariana MARIN - Pédiatre, Responsable de l'Unité d'Accueil et de Crise de l'Adolescent (UACA) Centre Hospitalier de Neuilly sur Seine

« Comment pourriez-vous décrire l'état de l'adolescent aujourd'hui ? »

Nous faisons face à des situations complexes reflet de l'évolution de notre société avec des changements qui se sont accélérés après la crise du Covid. Les adultes ne vont pas toujours bien, la pression scolaire est très importante. Le nombre des consultations et des hospitalisations des adolescents en souffrance psychique a augmenté significativement. Les troubles observés sont variés : anxiété, troubles somatoformes, ces plaintes exprimées à travers le corps, scarifications, idées et passages à l'acte suicidaires, troubles des conduites alimentaires.



« Les moyens mis en place pour les accompagner vous semblent-ils suffisants ? »

Malheureusement, notre société a profondément changé en dix ans. Les moyens se sont réduits, et un véritable dysfonctionnement s'est installé entre les domaines du soin, de l'éducatif et de la justice.

Les délais de prise en charge sont souvent trop longs, ce qui finit par vider le système de son sens. Les adolescents en souffrance ont besoin de réponses adaptées, cohérentes et qui évitent les ruptures du parcours. Aujourd'hui, nous sommes dans une configuration qui vacille, voire qui ne parvient plus à avancer correctement.

« Que penser de l'arrivée des réseaux sociaux dans la vie des adolescents ? »

Il faut d'abord rappeler que les réseaux sociaux d'aujourd'hui sont des créations d'adultes conçues pour rendre les adolescents dépendants. Les algorithmes sont redoutablement efficaces pour entretenir cette dépendance.

Les réseaux sociaux, peuvent aussi être un outil de prévention, un moyen de rompre l'isolement, de créer de la solidarité, de découvrir sa créativité et celle des autres, ou encore de s'ouvrir au monde et d'apprendre.

Prenons l'exemple des troubles du comportement alimentaire. Nous savons que l'utilisation des réseaux peut influencer de façon négative l'image de soi. En même temps il existe des preuves émergentes que les réseaux sociaux peuvent jouer un rôle positif dans la récupération ou le soutien des adolescents ayant des troubles alimentaires

Nous observons d'ailleurs que nombre de jeunes se sentent mieux à l'hôpital, mais aussi soulagés d'être momentanément déconnectés. Beaucoup reconnaissent qu'il leur serait impossible, chez eux, de limiter l'usage des écrans, leurs parents ne montrant pas l'exemple. Nous vivons dans un monde où les adultes n'ont pas grandi avec les écrans, tandis que les adolescents en connaissent les codes mieux qu'eux. Deux univers se côtoient sans toujours savoir s'écouter. A nous, adultes, de nous intéresser à ce que les ados font sur les réseaux, d'aller les rencontrer et de partager nos savoirs. Nous avons beaucoup à apprendre les uns des autres.

« Comment voyez-vous nos adolescents dans dix ans ? »

Je reste résolument optimiste. Ces jeunes chercheront justement à éviter les erreurs de leurs parents ! Ils construiront ce qu'ils n'ont parfois pas reçu : une présence, une écoute, une cohérence, un nouveau lien.

Ils deviendront, pour beaucoup, des parents attentifs, conscients et capables de transmettre autrement. Surtout, ils sauront redonner envie d'être adulte à leurs enfants, ce qui, pour beaucoup d'entre eux aujourd'hui, n'est plus une évidence.

C'est dans cet esprit que Rêver Pour Guérir s'efforce, à travers ses actions, de soutenir la santé des adolescents en leur offrant des rencontres et des découvertes artistiques qui les aident à se divertir autrement et, si possible, à retrouver confiance.

L'écriture, le chant, la peinture, le dessin ou la sculpture sont autant de moyens dont nous avons pu mesurer les effets positifs.

Chaque semaine, nous avançons un peu plus en échangeant avec le personnel soignant, qui observe chez les jeunes patients des émotions plus libres, plus expressives, lors de nos interventions.

Inviter l'art à l'hôpital et stimuler l'imaginaire, c'est avant tout offrir un moyen simple et naturel de révéler le potentiel créatif de chaque enfant, en lui permettant de le reconnaître et de le valider lui-même.

Un enfant qui s'étonne fait déjà un premier pas vers son mieux être.