



Journée nationale de prévention du suicide : former et sensibiliser les jeunes et les étudiant·e·s

En ce lundi 5 février 2024, Journée Nationale de Prévention du Suicide, alors que le sujet du suicide est de plus en plus abordé sur le service d'écoute de Nightline, l'association revient sur ses actions de prévention du suicide destiné·e·s aux jeunes et aux étudiant·e·s.

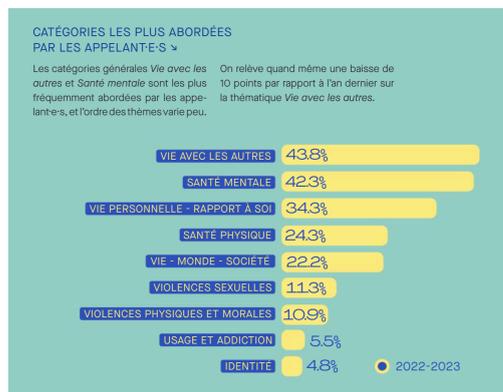
Les jeunes et les étudiant·e·s : un public particulièrement touché

Santé Publique France le pointait en février 2023 : un·e jeune sur 5 présente des symptômes de dépression, un chiffre en augmentation de près de 80% en 4 ans. Chez les étudiant·e·s, ce sont 43 % qui présentent des signes de détresse psychologique (OVE, 2021). A l'heure où le suicide est la deuxième cause de mortalité sur la tranche d'âge 15-24 ans, il est urgent et nécessaire de mener des actions de prévention sur les questions de la santé mentale et du suicide, pensées spécifiquement pour le public jeune.

La question du suicide de plus en plus abordée sur le service d'écoute de Nightline

Vie avec les autres, vie personnelle, rapport à soi : nombreux sont les sujets qui impactent la santé mentale des étudiant·e·s qui contactent le service d'écoute anonyme, confidentiel et gratuit proposé par l'association Nightline. Par téléphone ou par tchat, des bénévoles étudiant·e·s formé·e·s à l'écoute répondent tous les soirs, de 20h30 à 2h30 du matin.

“Les personnes qui nous appellent peuvent nous parler de tous les sujets : il n’y a pas de petit problème : parfois ça fait simplement du bien de parler à un·e autre étudiant·e anonyme et de vider son sac”.
Nasrine Chafa, bénévole Nightline



Les appels et les tchat durent en moyenne un peu plus d'une heure et abordent de plus en plus fréquemment la thématique du suicide avec une augmentation de 14,69 % entre 2022 et 2023.

Repérer, orienter, se préserver : le dispositif Sentinelles étudiantes

En complément du service d'écoute qui permet aux étudiant·e·s de verbaliser leur mal-être, le dispositif Sentinelles étudiantes a récemment été mis en place par l'association Nightline en partenariat avec le GEPS (Groupement d'Etudes et de Prévention du Suicide), et avec le soutien financier de l'ARS d'Ile-de-France. Il vise à consolider les premiers maillons de la chaîne d'orientation vers les soins de santé mentale grâce au soutien par **les pairs**.

Ce dispositif gratuit forme et outille les étudiant·e·s pour repérer leurs pair·e·s en souffrance dans leur **communauté de vie**, savoir comment aborder avec eux·elles cette souffrance, les orienter vers les ressources appropriées tout en préservant leur propre santé mentale. La formation de 9 heures se fait sur la base du volontariat et est encadrée par un·e psychologue et un·e formateur·rice pair-étudiant·e. Le dispositif prévoit également un accompagnement des Sentinelles étudiantes, comprenant des rencontres en groupe animées par un·e psychologue (Café Sentinelles), ainsi qu'un partenariat avec des structures de soin.

L'association

Nightline France agit en priorité auprès des jeunes, d'une part car il s'agit d'une population particulièrement exposée aux risques de dégradation en santé mentale (effet et impacts individuels) et d'autre part car ils sont à la fois notre présent et notre avenir.

👉 Pour améliorer la santé mentale à l'échelle individuelle, Nightline France informe, forme, outille, écoute ; améliore les facteurs de repérage, de protection, d'orientation ; encourage la résilience individuelle.

👉 Elle agit à l'échelle collective en créant des environnements de soutien, favorisant l'entraide et la solidarité, renforçant la capacité des personnes, et leur pouvoir d'agir.

👉 Dans une visée systémique, Nightline France développe et diffuse de la connaissance, formule des recommandations en matière de politiques publiques ; déstigmatise, démocratise la santé mentale.

Ses actions prennent appui sur une démarche de pair à pair, avec l'aide de professionnel·le·s.

Pour en savoir plus ...

Muriel Bideau, la responsable du pôle prévention se tient à votre disposition pour échanger sur les actions de Nightline, la formation Sentinelle étudiante et le service d'écoute. Contact : 06 52 20 78 25 - muriel.bideau-debock@nightline.fr