



E-PSYJEUNES – la version jeune de StopBlues

Construction d'un outil de e-santé pour la prévention du mal-être et du suicide chez les adolescents et les jeunes adultes.

Le projet, financé le Ministère des solidarités et de la santé par l'intermédiaire d'un Programme de recherche sur la performance du système des soins (PREPS), est porté par Pr Karine Chevreul, PU-PH de Santé Publique à l'Assistance Publique des Hôpitaux de Paris (AP-HP) et Directrice de l'équipe Inserm/Université de Paris ECEVE UMR1123 (karine.chevreul@inserm.fr).

Ce projet de recherche-action et son protocole ont été élaborés par des chercheurs en sciences humaines et sociales et en santé publique afin de **co-construire un dispositif numérique (application pour smartphone et site internet) dédié à la santé mentale des jeunes** en incluant les acteurs concernés à plusieurs niveaux : réflexion, conception et mise en œuvre. Ce projet s'inscrit dans la suite d'un outil de prévention du mal-être et du suicide développés en 2018 pour la population générale adulte : **StopBlues®** (site internet : www.stopblues.fr et applications : [iOS](#) et [Android](#)).

L'objectif de cette étape est de mettre en place une consultation afin de co-construire un outil de e-santé mentale et sa promotion avec et pour les jeunes.

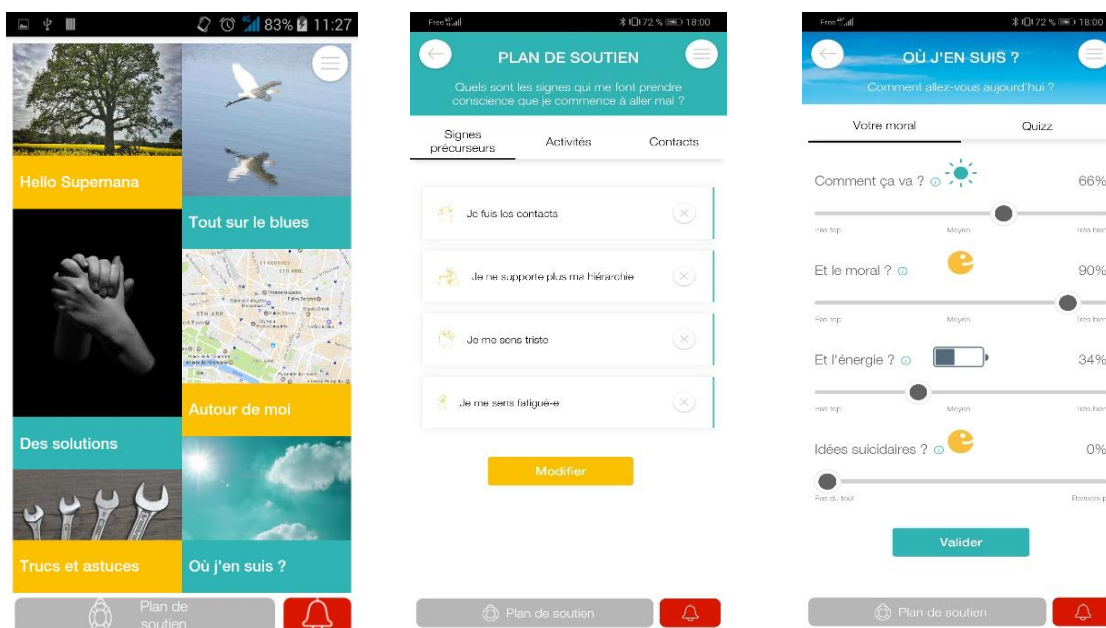
La participation des jeunes est en effet nécessaire pour construire un **outil adapté**, d'une part à leur situation et à leurs besoins, d'autre part aux modes d'information et de communication auxquels ils sont sensibles.

Cette **co-construction** devrait ainsi permettre aux jeunes de s'approprier l'outil, d'y trouver des réponses concrètes en lien avec les dispositifs disponibles autour d'eux et d'améliorer son utilisation future.

À l'origine : StopBlues®, une application pour les plus de 18 ans

- Une **intervention de prévention du suicide** en population générale adulte, **2 ans** d'expérimentation, **une quarantaine de collectivités** locales impliquées ;
- Une **application mobile** et un **site internet miroir** développés par notre équipe en 2018 ;
- + de **16 000 utilisateurs** dont 13 000 inscrits.

Vidéos d'information et de témoignages, carte de l'aide de proximité, questionnaires d'auto-évaluation, plan de soutien à remplir, conseils et bouton d'urgence.



Pour

- Lutter **en amont** contre le **mal-être** et la **stigmatisation** ;
- Inciter les personnes en souffrance psychologique à **demander de l'aide** et à ne pas rester seul.e avec leurs idées noires.

Constat

Une forte demande du terrain pour avoir un **outil équivalent adapté aux jeunes**.

Le projet E-psyjeunes c'est

- Une intervention pour prévenir **la souffrance psychologique des 11-25 ans** ;
- Une **application mobile** et un **site internet miroir** à développer ;
- Le choix d'une **co-construction** avec et pour les jeunes ;
- Une stratégie de **diffusion** de ces outils auprès des jeunes et de leur entourage ;
- **3 univers** développés, selon que l'utilisateur est à l'âge du **collège**, du **lycée** ou **jeune adulte** (étudiant, salarié ou inactif).

Pour

- Aider les jeunes en souffrance à **reconnaître les signes** d'un mal-être ;
- Déstigmatiser le sujet du mal-être ;
- Les inciter à **aller chercher de l'aide** afin d'améliorer leur santé mentale et de prévenir une aggravation de leur état et/ou d'éventuels actes suicidaires.

Objectifs de la consultation

- Réfléchir aux thématiques clés à évoquer ainsi qu'à la présentation et à l'ergonomie générales de l'outil afin de proposer une solution adaptée aux besoins et aux préférences des jeunes.

Déroulé de la consultation

Deux principaux niveaux de consultation sont prévus pour chacune des trois tranches d'âge (collégiens / lycéens / jeunes adultes) :

- Une **plateforme de consultation en ligne** avec discussions et/ou questionnaires permettant d'aborder avec les jeunes intéressé.e.s les diverses facettes de l'outil ainsi que les sujets délicats liés au mal-être au suicide ;
- Des **entretiens de groupe** afin d'affiner en petit groupe les points qui le nécessitent. Ces entretiens de groupe viendront compléter l'information qui sera recueillie à travers la plateforme de consultation.

Pendant toute la durée de la consultation

- Il ne s'agira pas d'évoquer des expériences personnelles, mais uniquement de partager des avis, des ressentis et des idées sur le contenu et l'ergonomie de l'outil pour les jeunes ;
- Les participants pourront quitter la consultation dès qu'ils le souhaitent ;
- Pour les enfants mineurs, l'autorisation des parents sera demandée.

Contact

Email : contact.epsyjeunes@gmail.com

Lien vers la plateforme de discussion Discord

- **Jeunes adultes** : <https://discord.gg/hJeRzDbt>
- **Lycéens** : <https://discord.gg/QCU5Zar5>
- **Collégiens** : <https://discord.gg/WX34SfF7>