



ascodocpsy

réseau documentaire en santé mentale



LA SANTÉ MENTALE DE L'ADOLESCENT

SYNTHÈSE ET BIBLIOGRAPHIE

JOURNÉES ANPCME - SEPTEMBRE 2026

SOMMAIRE

Synthèse thématique

Introduction	3
1. Conduites suicidaires et crises psychiques aiguës	3
2. Addictions, usages numériques et écrans	4
3. Troubles des conduites alimentaires	4
4. Troubles de la personnalité et troubles dissociatifs	5
5. Identité de genre et transidentité	5
6. Psychopathologie développementale et enjeux de santé publique	5
7. Dispositifs de soin, accompagnement et accès aux soins	6
Conclusion	6

Bibliographie citée	7
----------------------------	----------

Synthèse thématique

Réalisée avec l'IA Claude, à partir d'une sélection bibliographique récente sur la santé mentale de l'adolescent (2025-2026).



Introduction

L'adolescence est une période de transformations profondes qui expose à des risques spécifiques en santé mentale : crises suicidaires, conduites addictives, troubles des conduites alimentaires, troubles identitaires et de la personnalité. Cette synthèse propose une lecture transversale de ces enjeux et de leur prise en charge, à partir d'une bibliographie récente consacrée à la santé mentale de l'adolescent. Les références mobilisées sont signalées entre parenthèses dans le texte et regroupées, avec leurs éléments complets, dans la bibliographie en fin de document.



Conduites suicidaires et crises psychiques aiguës

Le suicide demeure une des principales causes de mortalité évitable chez l'adolescent, et les conduites suicidaires sont aujourd'hui envisagées comme résultant d'interactions bio-psycho-sociales complexes plutôt que d'une cause unique (Mirkovic, Podlipski & Gerardin, 2020). Les facteurs prédisposants, tels que les agressions subies pendant l'enfance, sont ainsi étudiés à travers leurs effets neurobiologiques, y compris épigénétiques, sur le risque suicidaire à l'adolescence et à l'âge adulte. En l'absence de recommandations fondées sur des preuves solides, deux pistes thérapeutiques se dégagent : la thérapie comportementale dialectique et la thérapie fondée sur la mentalisation, ainsi que les stratégies de maintien du lien avec les services de soins (Mirkovic, Podlipski & Gerardin, 2020).

Face à ces situations de crise, plusieurs dispositifs cliniques sont documentés. Une vignette clinique illustre l'apport d'un hôpital de jour de crise fondé sur un travail pluridisciplinaire et systémique associant l'adolescent et sa famille (Ghazi, Chaltiel & Reça, 2026). Une logique inverse, celle de l'aller-vers, est mise en avant à travers le dispositif d'une équipe mobile qui se déplace vers les jeunes en souffrance dans un territoire rural, redonnant écoute et présence là où l'accès aux soins est le plus difficile (Avouac, 2025). Enfin, la structuration d'une prise en charge intensive et multidisciplinaire des situations de souffrance psychique aiguë est présentée comme une alternative permettant d'éviter le recours systématique à l'hospitalisation et de favoriser la réinscription du jeune dans un parcours de soins adapté (Delavaloire et al., 2026).



2 Addictions, usages numériques et écrans

Les conduites addictives à l'adolescence sont marquées par un cloisonnement persistant entre pédopsychiatrie et addictologie, qui nuit à la prise en charge des situations les plus extrêmes ; une lecture clinique fondée sur la sensorialité et la symbolisation est proposée pour mieux articuler les enjeux du pubertaire et ceux des addictions (Haza & Bernaud, 2021). La comorbidité entre trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité (TDAH) et troubles de l'usage de substances fait, elle, l'objet d'un consensus international structuré : un dépistage croisé systématique est recommandé, de même que les stimulants à action prolongée comme traitement de première intention, un point de désaccord subsistant toutefois sur l'exigence d'abstinence préalable au traitement pharmacologique (Therribout, 2023).

Concernant les usages numériques, des critères diagnostiques précis du trouble du jeu vidéo ont été établis – perte de contrôle, priorité donnée au jeu, poursuite du comportement malgré des conséquences négatives sur une durée d'au moins douze mois – appelant une prise en charge combinant thérapie cognitivo-comportementale, traitement des comorbidités psychiatriques et implication de l'entourage (Ternay, Franc & Rolland, 2025). La question de l'addiction aux écrans elle-même reste débattue sur le plan clinique (Rocher, Bernard & Ternay, 2025), tandis que les données d'usage demeurent préoccupantes : selon une enquête de l'OMS, un adolescent sur cinq jouerait plus de quatre heures par jour lorsqu'ils s'adonnent à des jeux numériques (Canceil, 2025).

3 Troubles des conduites alimentaires

Les troubles des conduites alimentaires à l'adolescence sont de plus en plus pensés non comme une pathologie exclusivement chronique, mais comme une véritable crise appelant une réponse rapide et familiale. Un dispositif ambulatoire intensif et précoce, pluridisciplinaire et institutionnel, est ainsi présenté comme un moyen de restaurer un rythme et une fonction contenante en lien étroit avec le fonctionnement familial, permettant fréquemment d'éviter l'hospitalisation et d'améliorer le pronostic (Votadoro & Simavonian, 2026). Cette centralité de la famille est également illustrée à travers le témoignage d'une adolescente suivie en thérapie familiale (FBT), présentée comme l'approche la plus efficace pour les jeunes patients et impliquant activement les parents à chacune de ses trois phases : restauration du poids/reprise de contrôle parental, retour progressif du contrôle de l'adolescent, établissement de l'autonomie/ prévention des rechutes (Osterlof, 2025).



4

Troubles de la personnalité et troubles dissociatifs

Le « **Good Psychiatric Management-Adolescents** » (GPM-A) constitue un modèle généraliste et accessible de traitement du trouble de la personnalité borderline chez l'adolescent, conceptualisé autour d'une hypersensibilité interpersonnelle particulière et dont la diffusion progresse actuellement dans le monde francophone (Cohen, Blay & Speranza, 2024). **Le trouble dissociatif de l'identité, à l'inverse, reste peu étudié à l'adolescence** malgré une lourdeur clinique importante : une cohorte descriptive menée en pédopsychiatrie révèle des comorbidités anxieuses et dépressives quasi systématiques, des antécédents de tentative de suicide chez près de 80 % des adolescents concernés, et des antécédents d'agression sexuelle chez plus d'un tiers d'entre eux, avec des fragilités identitaires transversales qui interrogent notamment l'influence des réseaux sociaux (Filatriau, 2024).

5

Identité de genre et transidentité

L'accompagnement des adolescents en questionnement ou en démarche de transition de genre appelle une posture clinique qui consiste à soutenir l'atemoiement plutôt qu'à précipiter une réponse, en offrant un espace de réflexion tout en maintenant une alliance thérapeutique solide, sans négliger le poids des dynamiques familiales et sociétales (Perier et al., 2024). Dans une visée plus pédagogique, il est proposé de « dépathologiser » la question de la transidentité tout en conservant une approche préventive en santé mentale, avec des pistes concrètes pour accompagner à la fois les parents, souvent désorientés, et les jeunes eux-mêmes, qu'il s'agisse de transition psychosociale, de traitements hormonaux ou de préparation chirurgicale (Liratni, 2022).

6

Psychopathologie développementale et enjeux de santé publique

Sur le plan clinique, l'adolescence est décrite comme une période de vulnérabilité développementale transitoire, durant laquelle les manifestations cliniques sont souvent floues et instables ; le modèle HiTOP, fondé sur une approche dimensionnelle et transdiagnostique, est présenté comme un cadre plus pertinent qu'une logique strictement catégorielle pour penser cette complexité (Helson, 2025). **À l'échelle populationnelle, plusieurs études documentent une augmentation constante de la consommation de médicaments psychotropes chez les enfants et adolescents** en France entre 2010 et 2023, en décalage avec les autorisations de mise sur le marché et les recommandations scientifiques ; les auteurs y voient le signe d'une biologisation et d'une médication excessive de la souffrance psychique infanto-juvénile, et appellent à la création d'un observatoire épidémiologique et clinique dédié (Briffault & Ponnou, 2025).

7

Dispositifs de soin, accompagnement et accès aux soins

L'accessibilité et la forme des dispositifs de soin proposés aux adolescents constituent un enjeu à part entière. Le Centre psychanalytique de consultations et traitement (CPCT) propose ainsi aux adolescents et à leurs parents un traitement court et gratuit orienté par la psychanalyse, pensé comme un lieu de réponse plutôt que de simple écoute, permettant de désamorcer une conduite à risque et d'ouvrir à un lien social plus vivant, à une époque où beaucoup de jeunes cherchent une réponse immédiate sur Internet (Rollier & Naveau, 2023). La question de l'accès à la prévention et aux soins en santé mentale se pose avec une acuité particulière pour les jeunes en situation de précarité, comme le rappellent les témoignages et partages de pratiques réunis dans le cadre de la Grande Cause Nationale 2025 consacrée à la santé mentale (Barghane et al., 2025).



Conclusion

À travers les différents champs abordés – crise suicidaire, addictions, troubles alimentaires, troubles de la personnalité et de l'identité, questions de genre, psychopathologie développementale et dispositifs de soin – **la santé mentale de l'adolescent apparaît comme un champ traversé par une même exigence : articuler rigueur diagnostique, approche pluridisciplinaire et implication de l'entourage familial**, tout en questionnant les cadres de lecture (catégoriels, médicaux, institutionnels) parfois trop rigides pour rendre compte de la complexité clinique propre à cet âge. La bibliographie complète ci-dessous permet d'approfondir chacun de ces axes à travers un ensemble de références francophones récentes.

Bibliographie citée

Source : bibliographie constituée à partir de la base Santépsy (Ascodocpsy) et de bases documentaires généralistes (Cairn, Em-Premium, YouTube, plateformes de podcasts).

AVOUAC Anne-Marie (2025). **Le camion bleu des confidences.** [vidéo]. France 3 Bretagne, 2025.

BARGHANE Charline, NOTREDAME Charles-Edouard, CHARTERS ROWE William, et al. (2025). **Accès à la prévention et aux soins en santé mentale, quelles réponses pour les jeunes en situation de précarité ?** [vidéo]. Fédération des acteurs de la solidarité, 2025.

BRIFFAULT Xavier, PONNOU Sébastien (2025). **La consommation de médicaments psychotropes chez les jeunes : une augmentation constante qui nécessite la mise en place de dispositifs d'observation approfondie.** LES TRIBUNES DE LA SANTE : SEVE, 83, 2025.

CANCEIL Olivier (2025). **'L'appel du virtuel' : Addiction aux écrans et santé mentale.** [podcast]. Premiers secours en santé mentale, 2025. Le Lien.

COHEN Satchel, BLAY Martin, SPERANZA Mario (2024). **Le 'Good Psychiatric Management-Adolescents' (GPM-A) : un modèle généraliste et accessible de traitement du trouble de la personnalité borderline chez l'adolescent.** NEUROPSYCHIATRIE DE L'ENFANCE ET DE L'ADOLESCENCE, 8 vol 72, 2024.

DELAVALOIRE Carmen, TAMBOURA Aboubakry, BOURGIN Julie, et al. (2026). **Accueillir et penser collectivement la crise chez les jeunes.** [vidéo]. Centre ressource troubles psychiques d'Ile-de-France, 2026. Psychiatrie en mouvement.

FILATRIAU Hildegard (2024). **Trouble dissociatif de l'identité à l'adolescence : revue de la littérature et cohorte descriptive.** [mémoire]. Université Paris Cité, 2024.

GHAZI Eléonore, CHALTIEL Thierry, RECA Martin (2026). **Intérêt des hôpitaux de jour de crise chez l'adolescent : vignette clinique.** INFORMATION PSYCHIATRIQUE, 3 vol 102, 2026.

HAZA Marion, BERNAUD Joan (2021). **Ado ou addict : il faut choisir !**. PSYCHOTHERAPIES, 3 vol. 41, 2021.

HELSON Judith (2025). **L'adolescence, une période de vulnérabilité développementale pour la santé mentale.** ANAE : APPROCHE NEUROPSYCHOLOGIQUE DES APPRENTISSAGES CHEZ L'ENFANT, 196 vol 37, 2025.

LIRATNI Mehdi (2022). **100 idées pour accompagner la transidentité chez l'enfant et l'adolescent : Comprendre les identités de genre. Epauler les parents durant la transition.** Tom Pousse, 2022.



MIRKOVIC Bojan, PODLIPSKI Marc-Antoine, GERARDIN P (2020). **Conduites suicidaires à l'adolescence**. EMC PSYCHIATRIE, 1 vol 36, 2020.

OSTERLOF Hélène (2025). **Anorexie : quand la famille devient le meilleur allié thérapeutique**. [podcast]. RTS, 2025. Dingue.

PERIER Antoine, HARF Aurélie, RADJACK Rahmeth, et al. (2024). **L'adolescent-te en interrogation sur son identité de genre ou en conduite trans-affirmative : construire une alliance thérapeutique**. PSYCHIATRIE DE L'ENFANT, 2 vol 67, 2024.

ROCHER Bruno, BERNARD Jonathan, TERNAY Julia de (2025). **Addictions aux écrans**. [vidéo]. Association française de psychiatrie biologique et de neuropsychopharmacologie (AFPBN), 2025.

ROLLIER Franck, NAVEAU Laure (2023). **Adolescents et parents déboussolés : traitements courts, orientés par la psychanalyse**. Harmattan, 2023.

TERNAY Julia de, FRANC Nathalie, ROLLAND Benjamin (2025). **Prise en charge du trouble du jeu vidéo et autres usages numériques problématiques chez l'enfant et l'adolescent**. EMC PSYCHIATRIE, 1 vol 41, 2025.

TERRIBOUT Norman (2023). **Consensus international sur le dépistage, le diagnostic et le traitement des adolescents avec un trouble de l'attention avec ou sans hyperactivité en cas de comorbidité avec des troubles de l'usage des substances**. NEUROPSYCHIATRIE DE L'ENFANCE ET DE L'ADOLESCENCE, 1 vol 71, 2023.

VOTADORO Pablo, SIMAVONIAN Lola (2026). **La crise anorexique Présentation d'un dispositif de prise en charge ambulatoire des troubles des conduites alimentaires à l'adolescence**. INFORMATION PSYCHIATRIQUE, 3 vol 102, 2026.

CRÉDITS

Bibliographie réalisée par : Magali Bertaux (Institut MGEN la Verrière), Séverine Kliza (EPSM du Loiret) et Morgane Le Visage (CH Saint-Cyr-au-Mont-d'Or), avec l'aide de l'équipe de coordination d'Ascodocpsy.

Sélection réalisée dans le cadre des Journées de l'ANPCME 2026.



ascodocpsy

réseau documentaire en santé mentale