

<https://www.20minutes.fr/podcast/2801987-20200618-podcast-fin-confinement-pese-sante-mentale-jeunes-15-25-ans>

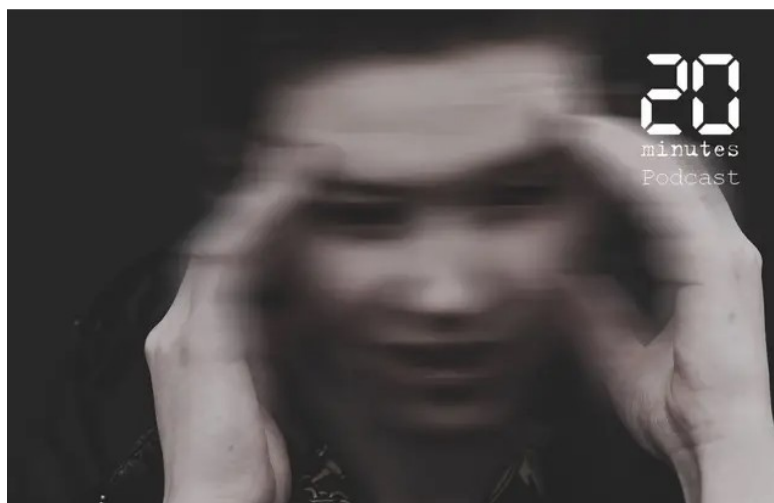
ACCUEIL > PODCAST

## PODCAST. La fin du confinement pèse sur la santé mentale des jeunes de 15 à 25 ans

« **MINUTE PAPILLON !** » Didier Meillerand, délégué général de l'association Psychodon, qui sensibilise autour des maladies psychiques, évoque la santé mentale des jeunes à la sortie du confinement



Anne-Laëticia Béraud  |  Publié le 18/06/20 à 12h07 — Mis à jour le 18/06/20 à 12h14



En France, douze millions de personnes connaissent au moins une fois dans leur vie une maladie psychique. Environ 10 % vont [souffrir de dépression](#), maladie la plus répandue.



Minute Papillon! 

**La fin du confinement pèse sur la santé mentale des jeunes de 15-25 ans**

18/06/2020 · 6 min · [S'abonner](#) · [Partager](#)

[Conditions d'utilisation](#)

Cette crise sanitaire et sociale affecte durement les personnes souffrant déjà troubles psychiques, mais aussi les jeunes. Selon une enquête\* menée par [l'association Psychodon](#), ciblant les 15-25 ans, quatre jeunes sur dix affirment « être stressés depuis le déconfinement ». Et sept sur dix révèlent que « leur vie après le confinement est pire qu'avant ».

**« Des personnes qui sont en pleine fragilité »**

Didier Meillerand, fondateur et délégué général de Psychodon, est aujourd'hui l'invité du podcast *Minute Papillon* !. Dans cet épisode, à écouter en un clic dans le lecteur audio ci-dessus, il revient sur le « risque psychique » des jeunes, en construction de leur vie.

Cette crise sanitaire et économique, est, selon Didier Meillerand, aussi une crise psychique « parce qu'il y a une tension entre l'exigence de performance et les fragilités [des individus] ». « On va demander aux personnes de retrouver la performance dans l'entreprise et dans leur vie, parce qu'on est en crise économique, [parce qu'] autrement les entreprises vont s'effondrer. Mais en même temps, on va demander cela à des personnes qui sont en pleine fragilité (...) Donc le risque psychique, le burn-out, risquent de s'exprimer ».

Didier Meillerand invite enfin, pour détecter et aider les personnes souffrant de troubles, à se former aux [premiers secours de santé mentale](#).

\* Enquête réalisée du 25 mai au 8 juin 2020 par le Psychodon via les réseaux sociaux (Facebook, Twitter et Instagram) auprès d'une moyenne de 868 répondants âgés de 15 à 25 ans.

