



Organisation  
mondiale de la Santé

unicef   
for every child

# Boîte à outils HAT

Stratégies visant à promouvoir et à protéger la santé mentale des adolescents et à réduire l'automutilation et d'autres comportements à risque



Résumé d'orientation



# Boîte à outils HAT

Stratégies visant à promouvoir et à protéger la santé mentale des adolescents et à réduire l'automutilation et d'autres comportements à risque

Boîte à outils HAT : stratégies visant à promouvoir et à protéger la santé mentale des adolescents et à réduire l'automutilation et d'autres comportements à risque. Résumé d'orientation [Helping adolescents thrive toolkit: strategies to promote and protect adolescent mental health and reduce self-harm and other risk behaviours. Executive summary]

ISBN (OMS) 978-92-4-002695-7 (version électronique)

ISBN (OMS) 978-92-4-002696-4 (version imprimée)

ISBN (UNICEF) 978-92-806-5228-4

## © Organisation mondiale de la Santé et Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF), 2021

Ce rapport conjoint reflète les activités de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) et du Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF).

Certains droits réservés. La présente œuvre est disponible sous la licence Creative Commons Attribution – Pas d'utilisation commerciale – Partage dans les mêmes conditions 3.0 IGO (CC BY-NC-SA 3.0 IGO ; <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo/deed.fr>).

Aux termes de cette licence, vous pouvez copier, distribuer et adapter l'œuvre à des fins non commerciales, pour autant que l'œuvre soit citée de manière appropriée, comme il est indiqué ci-dessous. Dans l'utilisation qui sera faite de l'œuvre, quelle qu'elle soit, il ne devra pas être suggéré que l'OMS ou l'UNICEF approuvent une organisation, des produits ou des services particuliers. L'utilisation du nom ou du logo de l'OMS ou de l'UNICEF sans autorisation est interdite. Si vous adaptez cette œuvre, vous êtes tenu de diffuser toute nouvelle œuvre sous la même licence Creative Commons ou sous une licence équivalente. Si vous traduisez cette œuvre, il vous est demandé d'ajouter la clause de non-responsabilité suivante à la citation suggérée : « La présente traduction n'a pas été établie par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) ou le Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF). Ni l'OMS ni l'UNICEF ne sauraient être tenus pour responsables du contenu ou de l'exactitude de la présente traduction. L'édition originale anglaise est l'édition authentique qui fait foi ».

Toute médiation relative à un différend survenu dans le cadre de la licence sera menée conformément au Règlement de médiation de l'Organisation mondiale de la propriété intellectuelle (<https://www.wipo.int/amc/fr/mediation/rules/index.html>).

**Citation suggérée.** Boîte à outils HAT : stratégies visant à promouvoir et à protéger la santé mentale des adolescents et à réduire l'automutilation et d'autres comportements à risque. Résumé d'orientation [Helping adolescents thrive toolkit: strategies to promote and protect adolescent mental health and reduce self-harm and other risk behaviours. Executive summary]. Organisation mondiale de la Santé et Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF), 2021. Licence : [CC BY-NC-SA 3.0 IGO](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo/deed.fr).

**Catalogage à la source.** Disponible à l'adresse <https://apps.who.int/iris/?locale-attribute=fr&>.

**Ventes, droits et licences.** Pour acheter les publications de l'OMS, voir <http://apps.who.int/bookorders>. Pour soumettre une demande en vue d'un usage commercial ou une demande concernant les droits et licences, voir <https://www.who.int/fr/about/who-we-are/publishing-policies/copyright>.

**Matériel attribué à des tiers.** Si vous souhaitez réutiliser du matériel figurant dans la présente œuvre qui est attribué à un tiers, tel que des tableaux, figures ou images, il vous appartient de déterminer si une permission doit être obtenue pour un tel usage et d'obtenir cette permission du titulaire du droit d'auteur. L'utilisateur s'expose seul au risque de plaintes résultant d'une infraction au droit d'auteur dont est titulaire un tiers sur un élément de la présente œuvre.

**Photographies de l'UNICEF et de l'OMS.** Les photographies de l'OMS et de l'UNICEF sont protégées par le droit d'auteur et ne peuvent être reproduites, sur quelque support que ce soit, sans autorisation écrite préalable. Des autorisations peuvent être accordées pour une utilisation unique dans une situation qui représente avec fidélité la situation réelle et l'identité de toutes les personnes représentées. Il est interdit d'utiliser les photographies de l'OMS et de l'UNICEF dans tout contexte commercial et d'en modifier le contenu par des moyens numériques afin d'en changer la signification ou le contexte. Les ressources ne peuvent être archivées par aucune entité autre que l'OMS ou l'UNICEF. Les demandes d'autorisation de reproduction des photographies de l'UNICEF doivent être adressées à la Division de la communication de l'UNICEF, 3 United Nations Plaza, New York 10017, États-Unis (adresse électronique : [nyhqdoc.permit@unicef.org](mailto:nyhqdoc.permit@unicef.org)). Les demandes de reproduction des photographies de l'OMS doivent être adressées à : <https://www.who.int/fr/about/who-we-are/publishing-policies/permissions>.

**Clause générale de non-responsabilité.** Les appellations employées dans la présente publication et la présentation des données qui y figurent n'impliquent de la part de l'OMS ou de l'UNICEF aucune prise de position quant au statut juridique des pays, territoires, villes ou zones, ou de leurs autorités, ni quant au tracé de leurs frontières ou limites. Les traits discontinus formés d'une succession de points ou de tirets sur les cartes représentent des frontières approximatives dont le tracé peut ne pas avoir fait l'objet d'un accord définitif.

La mention de firmes et de produits commerciaux ne signifie pas que ces firmes et ces produits commerciaux sont agréés ou recommandés par l'OMS ou l'UNICEF, de préférence à d'autres de nature analogue. Sauf erreur ou omission, une majuscule initiale indique qu'il s'agit d'un nom déposé.

L'OMS et l'UNICEF ont pris toutes les précautions raisonnables pour vérifier les informations contenues dans la présente publication. Toutefois, le matériel publié est diffusé sans aucune garantie, expresse ou implicite. La responsabilité de l'interprétation et de l'utilisation dudit matériel incombe au lecteur. En aucun cas, l'OMS ou l'UNICEF ne sauraient être tenus pour responsables des préjudices subis du fait de son utilisation.



# Résumé d'orientation

L'adolescence est une période de développement rapide au cours de laquelle les individus connaissent de profonds changements physiques, sociaux et psychologiques et où le cerveau en pleine maturation est très sensible aux influences de l'environnement (1). En tant que telle, l'adolescence offre un grand potentiel pour les interventions de promotion et de prévention en santé mentale afin d'influencer les résultats en matière de santé et de développement (2), et d'influencer positivement la vie des jeunes à court et à long terme, et jusqu'à la prochaine génération (3).

Il est urgent de mettre l'accent sur la création d'un environnement favorable à une bonne santé mentale des adolescents. Grâce à la mise en œuvre efficace d'un ensemble complet de stratégies visant à soutenir la santé mentale des adolescents, les jeunes jouiront d'un meilleur bien-être et seront en mesure de réaliser leur potentiel et de participer utilement à la vie de leur communauté (4).

## Vue d'ensemble : Aider les adolescents à s'épanouir

Helping Adolescents Thrive (Aider les adolescents à s'épanouir – HAT) est une initiative conjointe OMS-UNICEF visant à renforcer les programmes et les politiques en faveur des adolescents, afin de promouvoir une santé mentale positive, de prévenir les troubles de santé mentale ainsi que l'automutilation et les autres comportements à risque. La vision de la HAT est celle d'un monde dans lequel tous les adolescents, leurs soignants, la société civile et les communautés s'unissent aux gouvernements pour protéger et promouvoir la santé mentale des adolescents. Cela signifie qu'il faut prendre des mesures systématiques pour mettre en œuvre et suivre des stratégies fondées sur des données factuelles et sur les droits de l'homme pour améliorer la santé mentale, et pour prévenir et réduire les troubles de santé mentale et l'usage de psychoactives substances chez les adolescents afin d'améliorer le bien-être tout au long de la vie (5). Cette démarche s'inscrit dans le cadre de la cible 3.4 des objectifs de développement durable (ODD), à savoir : « réduire d'un tiers la mortalité prématurée due aux

maladies non transmissibles par la prévention et le traitement et promouvoir la santé mentale et le bien-être » et, à ce titre, réduire la mortalité par suicide (indicateur 3.4.2) d'ici 2030. Elle est également conforme au Plan d'action global de l'OMS pour la santé mentale 2013–2020 (6) et à l'Action mondiale accélérée en faveur de la santé des adolescents (AA-HA!) : *Orientations pour soutenir la mise en œuvre des pays* (7).

---

## Approche : la boîte à outils HAT

Ce document d'orientation, la boîte à outils HAT, a été élaboré pour améliorer les programmes de promotion et de prévention en santé mentale chez les adolescents et pour appuyer la mise en œuvre des lignes directrices HAT de l'OMS concernant les interventions de promotion et de prévention en santé mentale chez les adolescents. La boîte à outils décrit des approches fondées sur des données factuelles pour promouvoir une santé mentale positive, prévenir les troubles de santé mentale et réduire les actes d'automutilation et les comportements à risque.

La boîte à outils HAT est guidée par le modèle socio-écologique, soulignant l'importance de s'attaquer aux facteurs de risque aux niveaux individuel, familial, communautaire et sociétal afin de promouvoir et de protéger la santé mentale des adolescents, en accordant une attention particulière aux contextes socioculturels et aux systèmes de soins. La boîte à outils décrit les principes fondamentaux qui devraient guider les efforts de programmation – y compris veiller à ce que les réponses soient équitables et inclusives, tiennent compte des questions de genre et soient adaptées au genre, appropriées au développement et guidées par les capacités évolutives des adolescents, et qu'elles impliquent activement les adolescents et leurs parents/soignants dans la planification, la conception, la mise en œuvre et l'évaluation des programmes, et pas seulement en tant que bénéficiaires. Il est essentiel de prévoir une mise en œuvre à grande échelle dès la phase de planification du déploiement des stratégies HAT.

## Actions :

### Stratégies HAT et activités transversales

La boîte à outils HAT décrit quatre stratégies interdépendantes et deux approches de mise en œuvre. Il s'agit notamment d'outils de mise en œuvre pour soutenir le travail des directeurs de programme. Des exemples de mise en œuvre par pays sont également fournis.

Les quatre stratégies sont les suivantes :

## Stratégies

## Approches de mise

### Stratégie 1

Mise en œuvre et application des politiques et des lois

### Stratégie 2

Environnements pour promouvoir et protéger la santé mentale des adolescents

### Stratégie 3

Soutien aux aidants

### Stratégie 4

Interventions psychosociales auprès des adolescents

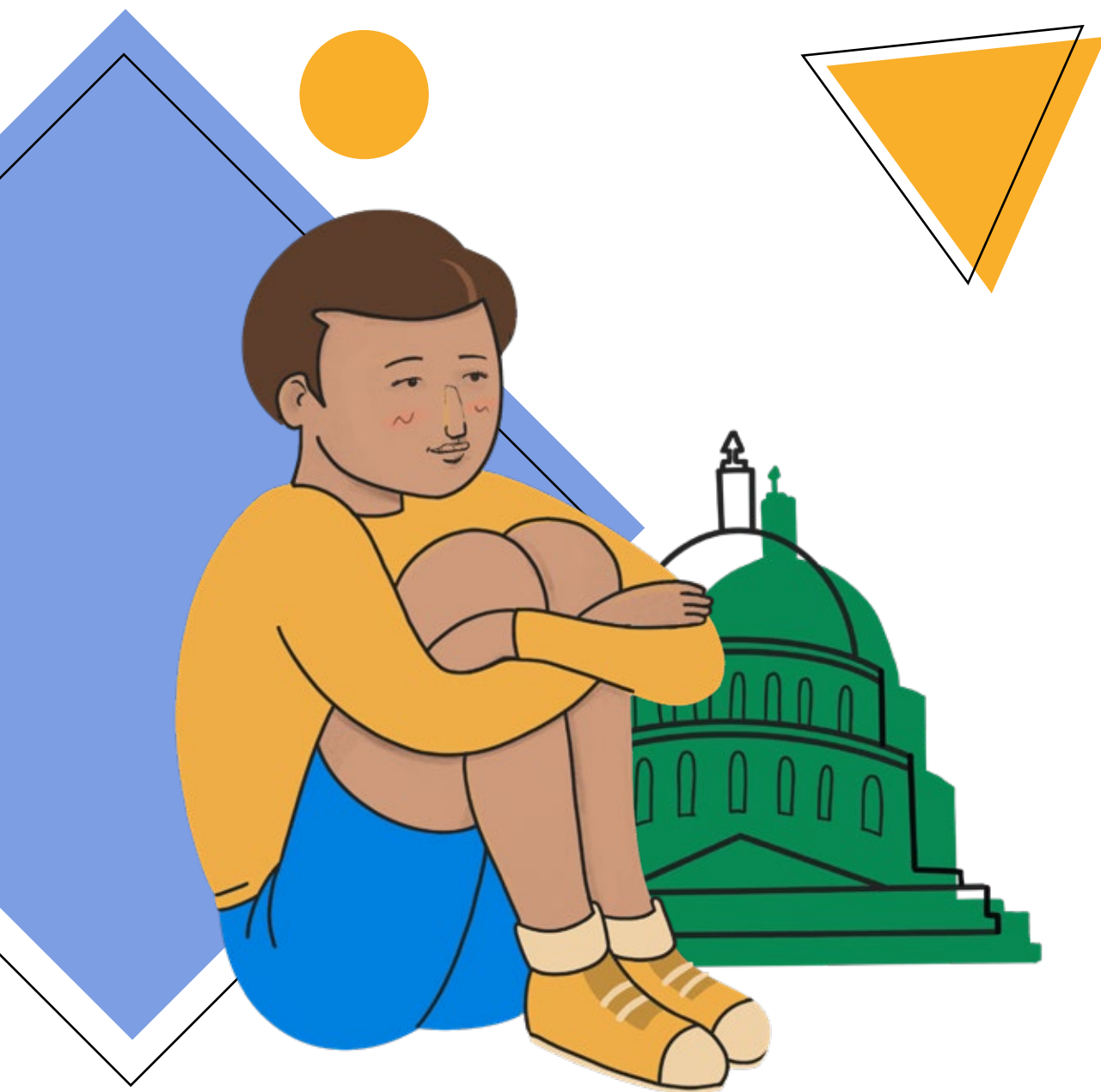
**Activité 1**  
Collaboration multisectorielle

**Activité 2**  
Suivi et évaluation

# Stratégie 1

## Mise en œuvre et application des politiques et des lois

fournit des conseils et des exemples de lois et de dispositions visant à améliorer la santé mentale des adolescents, en adoptant une approche globale du gouvernement et de l'ensemble de la société.





# Stratégie 2

## Environnements pour promouvoir et protéger la santé mentale des adolescents

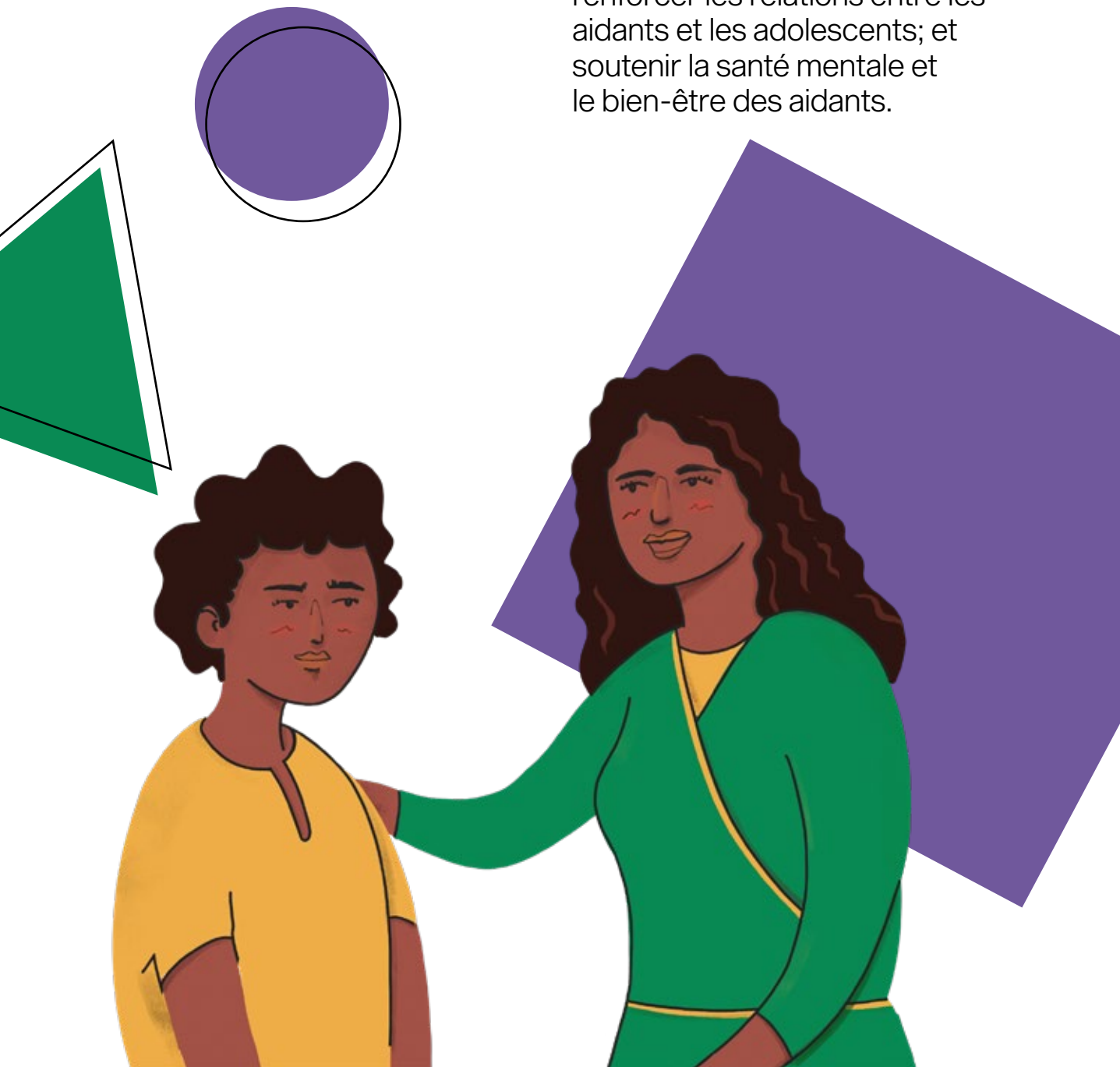
est axée sur les mesures propres à améliorer la qualité des environnements dans les écoles, les communautés et les espaces numériques. Cette stratégie vise à améliorer l'environnement physique et social des adolescents, lorsque cela est indiqué, grâce à une série d'activités fondées sur des données factuelles, telles que des interventions sur le climat scolaire, des espaces sécurisés pour les adolescents dans les communautés et la formation des enseignants.



# Stratégie 3

## Soutien aux aidants

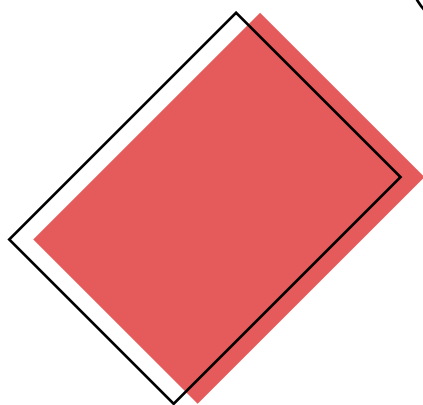
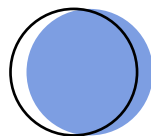
fait référence aux interventions visant à: renforcer les connaissances et les compétences des aidants pour promouvoir la santé mentale des adolescents; renforcer les relations entre les aidants et les adolescents; et soutenir la santé mentale et le bien-être des aidants.



# Stratégie 4

## Interventions psychosociales auprès des adolescents

se concentre sur les interventions psychosociales fondées sur des données factuelles pour la prévention universelle, ciblée et indiquée de la santé mentale.



Pour chacune de ces stratégies, une justification est fournie, suivie d'une description des diverses approches fondées sur des données factuelles, de considérations relatives à la mise en œuvre et des ressources pertinentes.

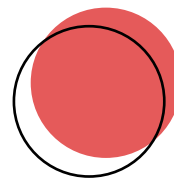
Les deux approches de mise en œuvre sont les suivantes:

## Activité 1: Collaboration multisectorielle

décrit comment développer la collaboration entre plusieurs secteurs et parties prenantes – public, privé et société civile – aux niveaux national et local pour soutenir l'élaboration et la mise en œuvre de programmes de prévention et de promotion de la santé mentale pour les adolescents.

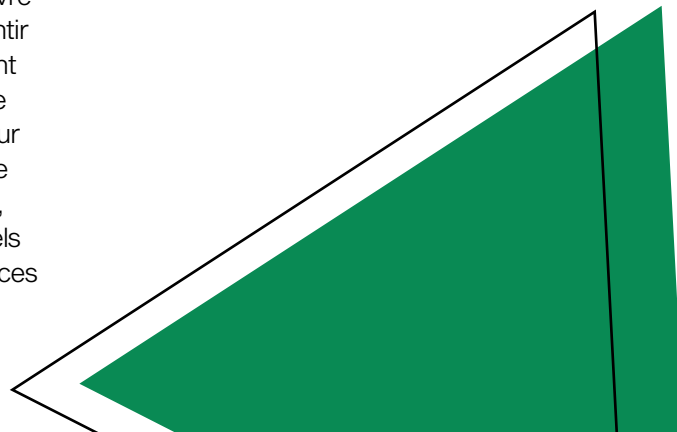
Pour les deux activités, une section vue d'ensemble est fournie, suivie de considérations spécifiques aux programmes de santé mentale des adolescents, d'un processus de mise en œuvre étape par étape et de liens vers des ressources pertinentes.

Enfin, la boîte à outils HAT constitue un guide de ressources essentiel pour appuyer la mise en œuvre d'une approche globale de la société afin de garantir que tous les adolescents, y compris ceux qui vivent dans des situations de vulnérabilité, bénéficient de stratégies fondées sur des données factuelles pour promouvoir leur santé mentale positive, prévenir le suicide et le développement de troubles mentaux, ainsi que l'adoption de comportements à risque tels que l'automutilation, la consommation de substances psychoactives et les comportements agressifs, perturbateurs et oppositionnels.



## Activité 2: Suivi et évaluation

explique comment élaborer un système de suivi et d'évaluation qui peut fournir aux responsables de l'élaboration des politiques et aux directeurs de programme des informations essentielles pour savoir si les programmes et les politiques sont mis en œuvre comme prévu et ont l'impact escompté.



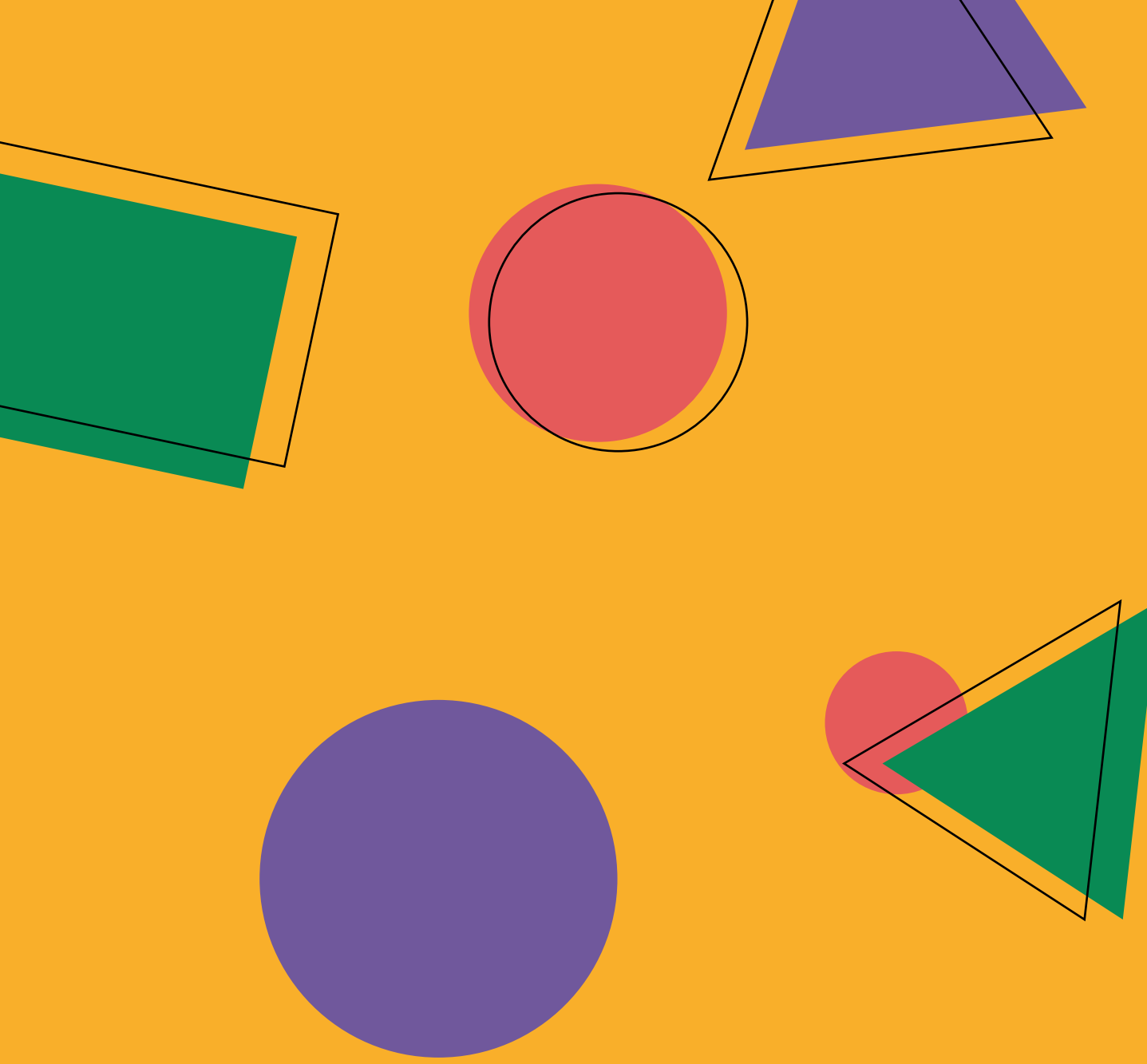
---

## Références bibliographiques

1. The adolescent brain: a second window of opportunity. Florence: UNICEF Office of Research; 2017 (<https://www.unicef-irc.org/publications/933-the-adolescent-brain-a-second-window-of-opportunity-a-compendium.html>, consulté le 3 mars 2021).
2. Bailey D, Duncan GJ, Odgers CL, Yu W. Persistence et fadeout in the impacts of child and adolescent interventions. *J Res Educ Eff.* 2017;10(1):739.
3. Patton GC, Sawyer SM, Santelli JS, Ross DA, Afifi R, Allen NB et al. Our future: a Lancet commission on adolescent health and wellbeing. *Lancet.* 2016;387(10036):2423–78.
4. Jané-Llopis E, Barry M, Hosman C, Patel V. Mental health promotion works: a review. *Promotion & Education.* 2005 ; 12 (2\_suppl) : 9-25.
5. Guidelines on mental health promotive and preventive interventions for adolescents: helping adolescents thrive Genève : Organisation mondiale de la Santé; 2020 (<https://apps.who.int/iris/handle/10665/336864>, consulté le 3 mars 2021).
6. Plan d'action global pour la santé mentale 2013-2020 Genève: Organisation mondiale de la Santé; 2013.
7. Plan d'action global pour la santé mentale 2013-2020 Genève: Organisation mondiale de la Santé; 2013.







**Cas contact**

Organisation mondiale de la Santé  
Santé mentale et usage de substances psychoactives  
Avenue Appia 20  
1211 Genève 27  
Suisse

mailto: brainhealth@who.int  
<https://www.who.int/health-topics/brain-health>

