

De l'école à l'emploi : comment accompagner les ruptures ?

INSERTION Les premiers pas des jeunes dans le monde professionnel génèrent souvent un stress qui impacte leur santé mentale. Prévenir les difficultés inhérentes à ce passage est de la responsabilité de tous.

PAR YANNICK BARILLON, JOURNALISTE RP

Des jeunes ressentent souvent inconfort, démotivation, lassitude à l'entrée dans le monde professionnel. Le passage de l'école au premier emploi induit naturellement du stress. Selon Marie Israël, responsable de formation à santépsy.ch, «Les transitions émotionnelles et relationnelles sont constantes entre 16 et 25 ans. C'est l'âge de la construction identitaire, sociale et professionnelle. Pour se différencier, l'exploration s'impose et peut prendre du temps selon les individus.»

La Plateforme T1 soutient les jeunes qui rencontrent des difficultés dans leur insertion socio-professionnelle. Sa responsable, Aïan Jaffé souligne: «Après l'école, tout le monde commence quelque chose : un stage, un séjour à l'étranger, des études ou un apprentissage. Les difficultés commencent souvent après. En Valais 6,7 % des jeunes en fin de cycle obligatoire ont bénéficié de mesures de transitions en 2024.» Il peut s'agir de compléter le bagage scolaire ou d'effectuer un stage pratique.

Comprendre pour mieux soutenir

Aujourd'hui ces transitions durent parfois jusqu'à 18 mois, observe Aïan Jaffé : «La période post covid a aussi révélé des difficultés plus tard au collège.» Une culture de la performance renforce ces tensions. De plus, le cerveau des jeunes se développe encore explique Marie Israël : «Leur maturité cognitive ne leur permet pas de faire face au stress comme à quarante ans. Ils n'ont pas encore les pleines capacités d'anticipation et de planification pour gérer un rythme de travail soutenu et une nouvelle organisation des tâches.» D'où l'importance d'une prévention ciblée.

L'OMBUDSMAN VOUS INFORME

LE DOSSIER MEDICAL

Tout professionnel de la santé doit tenir à jour un dossier médical pour chaque patient. Toute personne a un droit d'accès à l'ensemble de son dossier médical et le droit de s'en faire expliquer le contenu. Font exception au droit d'accès les notes personnelles du professionnel qui ne sont pas utiles pour votre prise en charge médicale. Si le professionnel estime que la remise du dossier pourrait avoir de graves conséquences pour vous, il peut demander à ce que vous le consultiez en sa présence ou avec un autre professionnel de la santé que vous désignerez vous-même. Selon la Loi sur la santé valaisanne, le dossier médical doit

être conservé aussi longtemps que l'intérêt pour la santé du patient et pour sa famille le nécessite mais au moins pendant 20 ans. En cas de cessation d'activité (retraite, départ à l'étranger), le professionnel est tenu de vous en informer et de vous restituer gratuitement et directement votre dossier médical ou de le transférer au professionnel de la santé que vous désignerez. Si le professionnel ne fait pas le nécessaire, il peut être sanctionné administrativement, cette violation du droit des patients pouvant en effet avoir de lourdes conséquences sur votre prise en charge. En cas de décès du professionnel, ses dossiers sont placés

sous la responsabilité du Service de la santé publique. Cette autorité doit faire le nécessaire pour restituer les dossiers aux patients concernés. Si cela n'est pas possible (adresse du patient inconnue notamment) et sauf exceptions, les dossiers médicaux seront détruits 10 ans après la dernière consultation du patient concerné. ●



LUDVINE DÉTIENNE
RESPONSABLE DE L'OMBUDSMAN
INFO@OMBUDSMAN-VS.CH
TÉL. 027 321 27 17

«NOUS DEVONS ÊTRE DES ADULTES QUI LEUR DONNENT ENVIE DE DEVENIR ADULTES ET CRÉER UN CADRE SÉCURISANT POUR L'APPRENTISSAGE.»

MARIE ISRAËL
PSYCHOLOGUE RESPONSABLE DE FORMATION
À SANTÉPSY.CH

«Nous voulons éviter l'effet catalogue des mesures et une réaction trop rapide. On s'aperçoit que prendre le temps d'écouter et de comprendre les besoins débouche sur des solutions plus durables», estime Aïan Jaffé. Avec l'accord des jeunes, impliquer si possible la famille améliore le soutien. Marie Israël acquiesce : «Aider les 16 25 ans à déve-

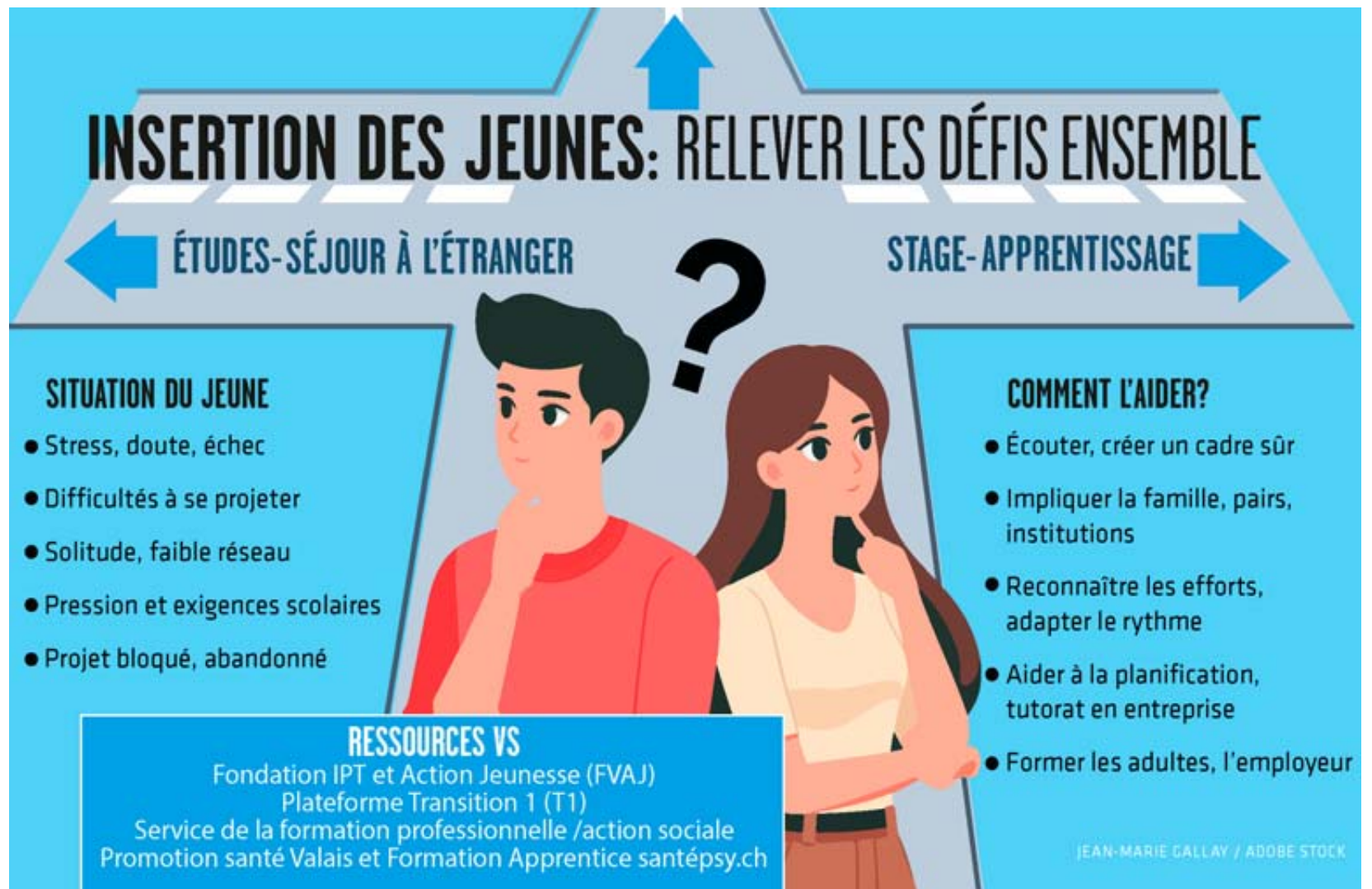
lopper leurs compétences psychosociales contribue à une meilleure gestion de leurs émotions et du stress. Nous devons être des adultes qui leur donnent envie de devenir adulte et créer un cadre sécurisant pour l'apprentissage.»

Agir simplement, s'informer et se former

La culture d'entreprise compte. Santépsy.ch propose des ateliers pilotes «Apprentice» sensibilisant les entreprises à la santé mentale des jeunes. «Il ne s'agit pas de faire le psy mais de rester dans son rôle de patron. Mettons de nouvelles lunettes sur des processus existants. Le simple ajout d'une question dans la grille d'évaluation peut suffire», assure Marie Israël. Promotion santé Valais a dispensé une formation courte aux formateurs de l'entre-

prise OIKEN qui emploie 38 apprentis. «Cet atelier a renforcé notre conviction que le dialogue améliore le bien être et les compétences», confie Valentine Rey, collaboratrice chez OIKEN. Formateur, Nicolas Berthod témoigne : «On s'est mis dans la peau du jeune que nous étions pour se souvenir de nos difficultés. Le partage d'expérience a été positif. Je continuerai de discuter avec mes apprentis pour coconstruire leur avenir, en tenant compte de leur potentiel tout en les soutenant dans les moments difficiles.» Entre une journée avec les personnes de confiance et des ateliers de sensibilisation, l'entreprise met en œuvre plusieurs mesures pour faciliter la transition des jeunes.

Aïan Jaffé conclut : «Les jeunes nous font confiance, avec eux nous continuerons d'adapter nos dispositifs à leurs besoins.» Soutenir les transitions est un défi systémique où la prévention est essentielle : laisser du temps pour faire les bons choix, soutenir et accepter le droit à l'erreur. ●



PARTENAIRES



DSSC Service cantonal
de la santé publique
www.vs.ch/sante



Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis
www.promotionsantevalais.ch

LIGUE PULMONAIRE VALAISANNE

LUNGENLIGA WALLIS
www.liguepulmonaire-vs.ch

POUR EN SAVOIR PLUS...

