

Bonjour,

Tom et Léa sont des enfants, comme toi. Ils sont amis, dans la même classe en CM, et se posent plein de questions sur les mots « santé mentale », « psychologue », « harcèlement »,...

*On est en bonne santé quand on se sent bien,  
à la fois, dans son corps, dans sa tête,  
et dans son environnement.*

Et toi, que connais-tu ? Réponds librement aux questions suivantes. Tu peux répondre par « oui », « non » ou « je ne sais pas ».

Toutes les réponses sont bonnes, ce qui compte c'est ton avis. Personne ne saura ce que tu as répondu. Merci beaucoup de ta participation. C'est parti !



## Question 1/30

**La « santé mentale », c'est comment on se sent dans la tête et dans le corps. Comme Léa et Tom, tout le monde a une santé mentale. Es-tu d'accord ?**

OUI

NON

Je ne sais pas



## Question 2/30

**Ces derniers temps, Tom et Léa disent qu'ils sont heureux, qu'ils ont envie de jouer et qu'ils se sentent bien.**

**Selon toi, sont-ils déprimés ?**

OUI

NON

Je ne sais pas



## Question 3/30

**Depuis quelque temps, Léa crie et se met en colère contre ses parents. Est-ce qu'elle se comporte correctement ?**

OUI

NON

Je ne sais pas





## Question 4/30

**Tom se concentre plutôt bien sur ses devoirs, il arrive bien à écouter en classe. Penses-tu que son attention est bonne ?**

OUI

NON

Je ne sais pas



## Question 5/30

**Depuis quelque temps, Léa se sent très calme et patiente.  
Penses-tu qu'elle est anxieuse ?**

OUI

NON

Je ne sais pas



## Question 6/30

**Si Léa se sent triste, inquiète, se met facilement en colère, penses-tu qu'elle peut en parler avec un adulte en qui elle a confiance ?**

OUI

NON

Je ne sais pas



## Question 7/30

**Si Tom n'a vraiment pas le moral en ce moment, penses-tu qu'il peut en parler avec sa maîtresse ou son maître ?**

OUI

NON

Je ne sais pas



## Question 8/30

**Ces dernières semaines, Tom a été vraiment triste.**

**Est-ce que Léa devrait parler à un adulte pour aider Tom ?**

OUI

NON

Je ne sais pas



## Question 9/30

**Lorsqu'il doit travailler, Tom a beaucoup de mal à se concentrer et pense sans arrêt à autre chose. Penses-tu que c'est mieux qu'il n'en parle à personne ?**

OUI

NON

Je ne sais pas





## Question 10/30

**Quand Léa se sent anxieuse, triste, sans trop savoir pourquoi, penses-tu qu'elle devrait en parler à ses parents pour obtenir de l'aide ?**

OUI

NON

Je ne sais pas





© 2024 - The Ink Link - Edith Chambon

Avec le soutien de l'IRESP

AAP-2022-SIP-310745 - Ce projet de recherche a été financé par l'IReSP dans le cadre de l'appel à projets de recherche 2022 sur les Services, Interventions et Politiques favorables à la santé (SIP) soutenu par la CNAM, la DGS, l'Inserm et Santé publique France.