



Participez à l'Étude FEDEC sur la Santé Mentale !

Année académique 2025-2026

Date limite pour s'inscrire : 24 juin 2025

Lien d'inscription: [ici](#)

Une **réunion de préparation** sera organisée après la date limite des inscriptions pour discuter de la mise en œuvre de l'étude, en fonction des profils et des besoins des écoles.



Financé par l'Union européenne. Les points de vue et avis exprimés n'engagent toutefois que leur(s) auteur(s) et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne sauraient en être tenues pour responsables.

01. Quoi ?

Dans le cadre du projet [Take Care](#)[1], la FEDEC s'associe avec la [section recherche de Codarts](#) en lançant une étude sur la santé mentale des étudiant·es dans les écoles de cirque professionnelles, pendant l'année scolaire 2025/2026.

L'Université des Arts de Rotterdam (Codarts) a développé le Moniteur de la Santé des Artistes de Scène (Performing Artist Health Monitor - PAHM), un outil numérique qui peut être utilisé pour suivre l'état de santé mentale. Le PAHM est un questionnaire en ligne que les étudiant·es remplissent mensuellement, tout au long de l'année. Ils peuvent voir les résultats de leur questionnaire dans leur profil numérique personnel. Ce profil fournit des informations en temps réel sur leur santé mentale et leur bien-être, ainsi que sur leurs capacités mentales et physiques. Leur profil offre aussi des recommandations personnalisées pour améliorer leur santé et leur performance.

L'outil primé PAHM s'inscrit dans une initiative de recherche en cours à Codarts, visant à prévenir les problèmes de santé, comme les blessures ou les troubles de santé mentale, tout en améliorant le bien-être physique et mental des artistes pour maximiser leur performance.

Les données collectées via le PAHM peuvent être utilisées de façon anonyme à des fins de recherche, contribuant au développement d'interventions visant à améliorer la santé mentale et physique des artistes. Avec le PAHM, les étudiant·es peuvent choisir de consentir à partager leurs données de façon anonyme.

La FEDEC a organisé une réunion d'information en ligne avec Rogier van Rijn de Codarts en mars, afin d'expliquer le processus de cette étude. Si vous n'avez pas pu assister à la réunion, mais êtes curieux·ses d'en apprendre plus sur le PAHM, vous pouvez consulter l'enregistrement [à ce lien](#).

Les questionnaires **peuvent être traduits sur demande** des écoles, afin de favoriser la participation et la compréhension des équipes et des étudiant·es.

02. Qui ?

Toutes les écoles FEDEC (préparatoires et supérieures) sont éligibles pour participer à l'étude. Elles peuvent impliquer quelques étudiant·es (attention, les étudiant·es qui participent doivent être majeur·es) ou bien toute l'école pour mettre en œuvre le questionnaire mensuel. Il est important que les étudiant·es impliqués répondent **tous les mois** au questionnaire, c'est pourquoi une personne dans chaque école doit être responsable de sa bonne mise en œuvre. L'objectif est de garantir une continuité dans la collecte de données pour être en mesure de faire le suivi de l'évolution de la santé mentale des étudiant·es au cours de l'année.

[1] Take Care est le tout premier projet européen consacré à la santé mentale et au bien-être dans le secteur des arts du cirque. Le projet vise à prévenir les troubles de santé mentale dans le secteur des arts du cirque en sensibilisant à cette problématique, formant les étudiant·es, le personnel et les professionnel·les, facilitant l'échange de bonnes pratiques dans la prise en charge des jeunes artistes, évaluant la santé mentale des étudiant·es.

Take Care est co-financé par le programme [Creative Europe](#) de la Commission Européenne, et est mené par la FEDEC – Réseau international pour la formation professionnelle aux arts du cirque, en collaboration avec 5 autres partenaires. Plus d'informations sur www.fedec.eu/fr/take-care.

03. Quand ?

Le questionnaire d'auto-évaluation sera mis en œuvre **de Septembre 2025 à Juin 2026** (à redéfinir avec chaque école participante en fonction de leur calendrier). Une réunion sera organisée avec les écoles en amont pour discuter de la mise en œuvre du questionnaire.

04. Pourquoi ?

Objectifs

Pour les écoles :

- Mieux comprendre les réalités des étudiant·es et favoriser leur bien-être,
- Améliorer la grille horaire annuelle des étudiant·es en fonction des données,
- Éviter les problèmes de santé mentale et augmenter l'efficacité de l'apprentissage,
- Attirer de futur·es étudiant·es en positionnant la santé mentale comme une priorité.

Pour le secteur du cirque :

- Visibiliser et fournir des données tangibles sur les troubles de santé mentale et leur évolution dans la formation professionnelle aux arts du cirque,
- Collecter des données chiffrées,
- Reconnaître les barrières et les besoins spécifiques des étudiant·es / artistes de cirque,
- Développer de nouveaux outils, notamment préventifs.

Pour la FEDEC (en tant que réseau) :

- Créer des synergies entre les membres et les soutenir dans leurs difficultés,
- Faire évoluer le secteur vers une meilleure prise en charge de ces troubles,
- Mieux défendre les intérêts du secteur au niveau politique européen.

Ce département recherche à Codarts

Le groupe de recherche Arts & Bien-être (anciennement Médecine des arts du spectacle) a débuté en 2015, et est unique dans le secteur des arts du spectacle, car il utilise une approche pluridisciplinaire en réunissant les arts du spectacle, le sport, la médecine, la technologie et la science.

Utilisant une méthode de recherche axée sur la pratique, il s'intéresse à la santé physique et mentale des danseur·euses, des musicien·nes, et des artistes de cirque afin de prévenir les problèmes de santé, d'améliorer le bien-être, et de maximiser la performance.

Plus de 1000 artistes nationaux·ales et internationaux·ales ont pris part au Moniteur de la Santé des Artistes de Scène (Performing Artist Health Monitor - PAHM). Au niveau international, il n'y a pas d'autre groupe de recherche qui collecte des données sur la santé des artistes à une échelle aussi large. Cette approche unique a mené à la publication d'études dans les revues de sport et d'arts du spectacle les plus lues et reconnues.



Cette étude est possible grâce aux expert·es :



Rogier M. van Rijn

Professeur Associé à Codarts,
Rotterdam (NLD)

Dr. Rogier M. van Rijn est un scientifique du mouvement humain et un professeur associé au professorat d'Arts & Bien-être à l'Université des Arts de Rotterdam (Codarts, NLD). Il est aussi membre du Conseil d'Administration du Laboratoire de Recherche des Artistes et Athlètes (PEARL). Son travail repose sur l'optimisation de la santé mentale et physique des artistes (danseur·euses, circassien·nes, musicien·nes) et athlètes dans le but de prévenir les problèmes de santé et de maximiser leur performance. En 2010, il termine son doctorat avec sa thèse "Les entorses aiguës de la cheville en soins primaires" au sein du Département de la Médecine Générale du Centre médical universitaire Erasmus MC à Rotterdam (NLD). Jusqu'en 2016, il y a occupé un poste de post-doctorant au sein du Département de la Santé Mentale.



Janine Stubbe

Directrice de la Recherche
à Codarts, Rotterdam (NLD)

Janine dirige à Codarts le professorat d'Arts & Bien-être, qui s'intéresse à la santé mentale et physique des danseur·euses, musicien·nes, circassien·nes et athlètes de haut niveau pour améliorer leur performance. Ce professorat est unique dans le secteur des arts du spectacle, car il utilise une approche pluridisciplinaire en réunissant les arts du spectacle, le sport, la médecine, la technologie et la science. Utilisant une méthode de recherche axée sur la pratique, il a construit des partenariats stratégiques avec des compagnies de danse, des orchestres, des festivals de cirque, et des équipes sportives. Au niveau international, il n'y a pas d'autre groupe de recherche qui collecte des données sur la santé des artistes et des athlètes de haut niveau à une échelle aussi large. Cette approche unique a mené à la publication d'études dans les revues de sport et d'arts du spectacles les plus lues et reconnues.

05. Besoin d'analyse – La santé mentale dans le secteur du cirque professionnel

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit la santé mentale comme ceci :

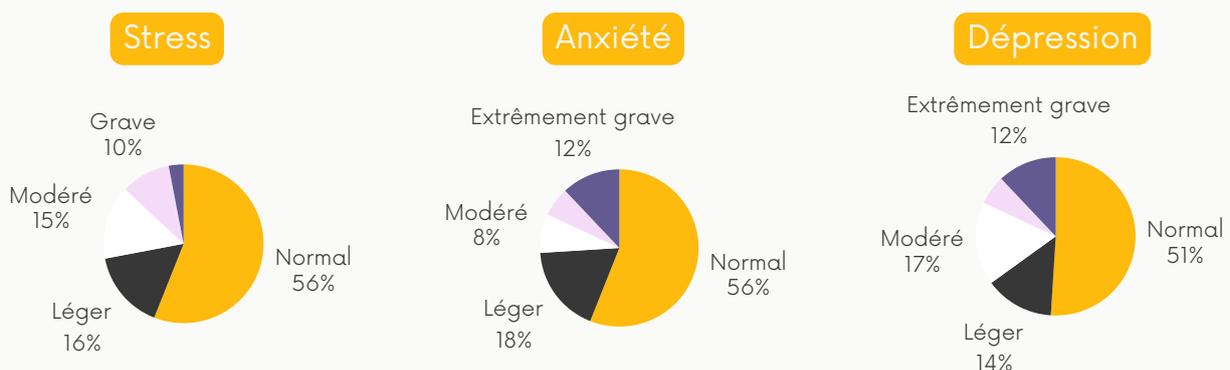
« La santé mentale correspond à un état de bien-être mental qui nous permet d'affronter les sources de stress de la vie, de réaliser notre potentiel, de bien apprendre et de bien travailler, et de contribuer à la vie de la communauté. Elle fait partie intégrante de la santé et du bien-être, sur lesquels reposent nos capacités individuelles et collectives à prendre des décisions, à nouer des relations et à bâtir le monde dans lequel nous vivons. La santé mentale est un droit fondamental de tout être humain. C'est aussi un aspect essentiel du développement personnel, communautaire et socioéconomique. La santé mentale ne se définit pas seulement par l'absence de trouble mental. Il s'agit d'une réalité complexe qui varie d'une personne à une autre, avec divers degrés de difficulté et de souffrance et des manifestations sociales et cliniques qui peuvent être très différentes. »

D'après cette définition, la santé mentale n'est pas une réalité universelle, mais elle consiste en une pluralité d'expériences et de perceptions.

Fleur van Rens, une chercheuse australienne – Maîtresse de Conférences en Psychologie du Sport et Présidente académique du Programme des athlètes de haut niveau à l'Université de Murdoch (Perth, AUS), a conduit la « Grande étude sur la santé mentale des artistes de cirque » début 2020 avant la pandémie COVID-19. Elle a collecté 500 réponses d'artistes de cirque (professionnel·les et étudiant·es) à travers le monde. Elle conclut que « même si le cirque de loisirs peut être bénéfique pour la santé mentale (McGrath & Stevens, 2019; Stevens, McGrath, & Ward, 2019) [...] **les artistes de cirque subissent des états émotionnels plus importants, tels que la dépression, l'anxiété ou le stress, et des niveaux beaucoup plus bas d'épanouissement** », en comparaison avec d'autres publics étudiés dans l'étude.

États émotionnels de stress, d'anxiété et de dépression chez les artistes de cirque

Source: [Psychology of sport and exercise](#)



Elle a aussi observé que les jeunes artistes circassien·nes étaient plus vulnérables que les plus agé·es. De plus, les artistes de cirque transgenres et non-binaires étaient encore plus à risque. Dans cette étude, la population des artistes de cirque semble faire face à des défis similaires aux « athlètes professionnel·les et aux autres artistes de scène ». Cela corrèle avec les affirmations de l'OMS dans un rapport de 2012, démontrant que « les jeunes font face à beaucoup de pression et défis, y compris des attentes académiques plus élevées, et des relations sociales changeantes avec leurs pairs et leurs familles. » Par ailleurs, la pandémie COVID-19 a eu un impact plus grand sur les jeunes.

D'après le rapport "Culture pour la Santé" (Culture Action Europe, 2022), les jeunes agé·es de 15 à 24 ans sont les cibles les plus vulnérables en matière de santé mentale. En 2022, leurs problèmes de santé mentale avaient doublé par rapport à 2020. Le rapport qualifie ces troubles de "seconde pandémie silencieuse".

Dans son livre, *La psychologie du cirque, un Guide pour s'épanouir sous le chapiteau* (van Rens, 2023), Fleur van Rens explique les différents problèmes observés en matière de santé mentale dans le secteur du cirque professionnel (stress, anxiété, dépression, troubles alimentaires...) et leurs conséquences sur les spectacles de cirque et les individus (blessures, manque de confiance en soi, isolement, violence). Elle observe que l'un des obstacles à la gestion de la santé mentale est tout l'imaginaire autour de la santé mentale et sa prise en charge. En effet, le processus de reconnaissance des troubles de santé mentale pourrait faire émerger la honte, la discrimination, la stigmatisation ou l'isolement chez les étudiant·es et professionnel·les.

Elle insiste aussi sur le fait "qu'il n'y a pas beaucoup de recherche sur la santé mentale des artistes de cirque (...)". Ce défi a été souligné par Janine Stubbe du groupe de recherche de la Médecine des Arts du Spectacle à Codarts, pour qui le caractère récent et le manque de recherche sur la santé mentale dans le secteur professionnel du cirque constituent un obstacle aux initiatives politiques dans ce domaine.

Le projet Take Care vise à surmonter le manque de données et de preuves en favorisant l'échange de connaissances sur la santé mentale dans le secteur du cirque professionnel.

06. Ce cadre du questionnaire

Ce questionnaire est en cours d'adaptation pour le projet Take Care : nous avons besoin de vous pour le finaliser. A partir du questionnaire et de la littérature existants, Codarts a identifié plusieurs sujets intéressants à étudier ci-dessous :

- **Ampleur des troubles de santé mentale**
 - Type de troubles,
 - Facteurs contribuant aux troubles,
 - Conséquences des troubles de santé mentale sur la participation et le volume de la formation,
 - Perte de temps sur les activités de cirque à cause des troubles de santé mentale,
 - Assistance médicale,

- Apparition et durée des troubles.
- **Sommeil**
 - Qualité et quantité
 - Latence (difficulté à s'endormir)
 - Éveil (fraicheur au réveil)
 - Défi de sommeil (niveau d'effort requis pour avoir un bon sommeil)
 - Gestion du sommeil (niveau de difficulté des étudiant·es à gérer leur sommeil)
- **Fatigue (niveau général de fatigue mentale et physique)**
- **Anxiété**
- **Bien-être psychologique**
- **Résilience psycho-sociale**
- **Troubles alimentaires**
 - Historique de troubles alimentaires
 - Risques de troubles alimentaires

Codarts aimerait savoir quels sujets les écoles participantes souhaiteraient étudier. Cette question sera abordée lors de la réunion préparatoire avec les écoles volontaires, afin de se faire une idée des sujets actuellement pertinents ou importants pour les écoles.

07. Questions (des membres) & Réponses (proposées par Codarts)

> **Comment les données seront-elles utilisées pendant et après la collecte des données (recherche, publications, etc.) ? Par exemple, si il n'y a qu'une école par pays ou des petites classes dans les écoles, il serait alors facile d'identifier les écoles ou les élèves lors de la publication des données. Comment protégeons-nous l'anonymat ?**

Bonne question, nous veillons à ce que les résultats ne soient présentés qu'à un niveau agrégé, de sorte qu'ils ne puissent pas être rattachés à un individu. En outre, si un article est rédigé à partir de données provenant d'élèves des écoles participantes, nous le soumettons d'abord à l'approbation des écoles avant de le publier.

> **Quels sont les objectifs de cette étude ?**

Cette étude vise à obtenir un aperçu sur l'ampleur et le type de troubles de santé mentale expérimentés dans le contexte de l'éducation au cirque.

> **Responsabilité: Que faire si un événement survient (par exemple un suicide) alors que des données ont été collectées sur la santé mentale de l'élève ?**

Comme nous ne savons pas quelles réponses appartiennent à quelles personnes, il n'est pas possible d'agir sur la base des résultats du questionnaire. En outre, ce n'est pas non plus souhaitable, car cela signifie que les résultats ne sont plus anonymes. Cela pourrait en effet conduire à des résultats biaisés, car les participant·es pourraient ne pas répondre honnêtement s'ils ont l'impression que leurs réponses peuvent être retracées.

> Les écoles bénéficieront-elles d'une aide pour lire les résultats de l'étude et adapter leurs solutions ?

Oui, les écoles seront aidées dans la lecture des résultats de l'étude. Des ateliers sur la prévention des troubles de santé mentale dans les pratiques de cirque seront proposés au cours du projet. Dans ces ateliers, les participant·es exploreront ensemble des sujets spécifiques et apprendront à mettre en œuvre de nouvelles pratiques de prise en charge.

> Comment communiquer le processus aux élèves et au personnel pour les impliquer ?

Comme mentionné lors de la séance d'information du 21 mars, au moins un membre de l'équipe pédagogique, le·a « responsable de la mise en œuvre », devrait s'assurer que l'étude est remplie chaque mois par les étudiant·es, pour garantir la continuité de la collecte des données et pour être en mesure de comprendre l'évolution de la santé mentale au cours de l'année. La communication avec les étudiant·es et le personnel relève principalement de la responsabilité de cette personne. Iels recevront bien entendu des informations de la part du groupe de projet.

> Y-a-t-il un formulaire de consentement à remplir ?

Oui, quand les étudiant·es se connectent pour la première fois, iels reçoivent un formulaire de consentement dans lequel iels indiquent si leurs données peuvent être utilisées à des fins scientifiques dans le cadre du projet.

Conclusion

Pour les écoles souhaitant participer à cette étude, nous disposons d'une grande flexibilité, donc n'hésitez pas à rejoindre cette expérience !

S'inscrire maintenant

- Date limite pour s'inscrire : **24 juin 2025**
- Lien pour s'inscrire : [ici](#)

Vous avez des questions ?

Merci de contacter Sarah à takecare@fedec.eu.



take care
circus life in a swing

www.fedec.eu/fr/take-care