

Mara Foppoli

Les enfants et les jeunes durant la pandémie



Psychotherapie-Wissenschaft
12. Jahrgang, Nr. 1, 2022, Seite 109–110
DOI: 10.30820/1664-9583-2022-1-109
Psychosozial-Verlag

Impressum

Psychotherapie-Wissenschaft
ISSN 1664-9583 (Print-Version)
ISSN 1664-9591 (digitale Version)
12. Jahrgang Heft 1/2022
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-1>
info@psychotherapie-wissenschaft.info
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Herausgeber

Assoziation Schweizer
Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten
Geschäftsstelle ASP
Riedtlistr. 8
CH-8006 Zürich
Tel. +41 43 268 93 00
www.psychotherapie.ch

Redaktion

Mara Foppoli, Lugano
Lea-Sophie Richter, Zürich
Mario Schlegel, Zürich
Peter Schulthess, Zürich

Hinweise für AutorInnen befinden
sich auf der Homepage der Zeitschrift:
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG
Walltorstr. 10
D-35390 Gießen
+49 6421 96 99 78 26
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Abo-Verwaltung

Psychosozial-Verlag
bestellung@psychosozial-verlag.de

Bezugsgebühren

Jahresabonnement 44,90 € (zzgl. Versand)
Einzelheft 24,90 € (zzgl. Versand)
Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt.
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern
nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende des Bezugs-
zeitraums erfolgt.
ASP-Mitglieder wenden sich wegen des Abonnements bitte
direkt an die ASP.

Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:
anzeigen@psychosozial-verlag.de
Es gelten die Preise der auf www.psychosozial-verlag.de
einsehbaren Mediadaten.
ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an
die ASP-Geschäftsstelle: asp@psychotherapie.ch

Digitale Version

Die Zeitschrift Psychotherapie-Wissenschaft ist auch online
einsehbar: www.psychotherapie-wissenschaft.info



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons
Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert.
Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte
Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle
Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter:
creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de

Les enfants et les jeunes durant la pandémie

Comment vivent-ils les changements qui ont submergé leur vie et la nôtre ?

Mara Foppoli

Psychotherapie-Wissenschaft 12 (1) 2022 109–110

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-1-109>

Mots-clés : adolescence, covid, aide psychosociale, bas seuil

Introduction

L'objectif de ce travail est de mettre en lumière un point de vue qui reste souvent à l'arrière-plan, à savoir comment les enfants, les jeunes et les adolescents vivent ces années de pandémie en se basant sur les rapports des principales organisations de jeunesse en Suisse. En fait, nous avons d'abord constaté qu'il existe une prolifération de recherches qui tentent de faire la lumière sur ce qui se passe d'une manière plus ou moins optimiste. C'est pourquoi nous aimerions nous appuyer sur les résultats d'une partie de ces nombreuses recherches pour tenter de faire ressortir ce point de vue.

L'apparition de la pandémie de COVID-19 et les mesures prises pour contenir la propagation du nouveau coronavirus ont profondément affecté la vie quotidienne de la population, notamment avec les limitations de la liberté de mouvement, de la distanciation sociale, du chômage partiel, du télétravail et de l'école à domicile. Ainsi, l'incertitude, la peur de la contagion, les préoccupations au sujet du lieu de travail, les craintes liées au développement économique ou les multiples charges à la maison ont mis à rude épreuve la santé mentale des adultes, des enfants et des jeunes.

La pandémie agit comme un accélérateur et un multiplicateur des inégalités sociales préexistantes et des risques de développement connexes. Dans ce contexte, la fracture sociale se creuse de manière alarmante, non seulement en termes de richesse et de revenus, mais aussi en termes de santé mentale. Les personnes à faibles revenus sont nettement plus susceptibles de voir leur santé mentale se détériorer de manière persistante. Là encore, nous constatons la concomitance de facteurs de risque tels que l'isolement social, le manque d'emploi ou d'employabilité.

La charge psychique

Les premiers résultats des études sur la crise déclenchée par le coronavirus ont révélé que la charge psychique et les conséquences de la maladie affectent la population de manière hétérogène et en particulier certains groupes, dont les enfants et les adolescents. Ces résultats sont

corroborés par les données rapportées par les services de conseil et d'information à bas seuil dans le domaine de la santé mentale tels que Pro Juventute, Unicef¹, Pro Mente Sana, Telefono amico, en 2020 et 2021.

Globalement, une première analyse de ces données démontre qu'il n'existe pas de modèle uniforme de réaction psychique à la crise : les réponses vont d'une forte augmentation des symptômes de charge psychique à une grande résilience jusqu'à des effets émotionnels positifs. Parmi ceux-ci, cependant, il apparaît que les problèmes de conciliation dus au coronavirus, l'incertitude de l'emploi, les problèmes financiers et les craintes liées à l'avenir peuvent compromettre le bien-être mental et que les personnes qui vivent seules ou socialement isolées sont plus à risque. Même les réactions à la fin du confinement peuvent être considérées comme inégales et ne correspondaient pas toujours à des sentiments de soulagement immédiat ou de diminution des charges psychiques.

Bien que la majeure partie de la population semble bien gérer la crise, les effets à long terme ne sont pas encore bien connus.

Il y a des rapports qui parlent de la génération perdue covid dans lesquels il est mis en évidence de quelle manière la santé mentale peut être affectée pendant la pandémie. En fait, les effets économiques négatifs tels que la perte de travail, peuvent changer la vie familiale et donc aussi celle des enfants et des jeunes en augmentant l'austérité et les réactions sur la charge psychique. Un autre point de vue révèle qu'il peut également y avoir des effets positifs dans le sens de stratégies plus adaptatives telles que ralentir

1 Unicef a effectué une enquête en 2020, auprès de 2000 adolescents âgés de 15 à 19 ans en utilisant le questionnaire sur le futur que nous voulons en Italie. Entre 15 et 19 ans, filles et garçons vivent la période de transition délicate qui marque le passage de l'enfance à l'âge adulte, à l'autonomie. Tout cela se produit à travers des étapes cruciales qui touchent leur sphère cognitive et émotionnelle. Il s'agit de cette phase de la vie marquée par le développement de la capacité à planifier et organiser son propre temps et espace ; c'est une période empreinte de changements émotionnels soudains, caractérisée par un stress accru, en particulier pour les femmes – des études à ce sujet indiquent que les effets du stress dans la vie sont plus importants pour les filles, pour qui la transition vers l'adolescence représente une période de vulnérabilité particulière. À ce stade, la socialisation joue un rôle fondamental dans le développement du mineur.

le rythme pendant le confinement ou une plus grande cohésion familiale et un sentiment d'auto-efficacité.

Lorsque l'on considère les enfants et les adolescents, un aspect qui émerge de manière prépondérante est le fort besoin de contact physique avec les pairs. La fermeture des écoles et les règles de distanciation représentent une grande difficulté. Il serait souhaitable que le fait de se voir en groupe ne soit pas qualifié de comportement irresponsable si par exemple cette rencontre s'effectue avec port de masques, vaccination et désinfectant pour les mains.

En examinant les résultats du rapport Pro Juventute Corona, nous pouvons facilement remarquer que les enfants et les adolescents font face à la pandémie différemment en fonction des ressources émotionnelles et matérielles. En effet, face à un choc à court terme de la première phase de la pandémie (printemps 2020), nous assistons à l'émergence de nouveaux défis.

En ce qui concerne l'état de santé mentale, beaucoup rapportent que leur qualité de vie et leur bien-être ont considérablement diminué en raison de contraintes sociales et en général en raison d'incertitudes dans leur vie et surtout en ce qui concerne l'avenir. Environ 40 % de la population affirme que la pandémie a eu un impact négatif sur leur humeur. En outre, pour le groupe d'âge des 16–24 ans, ce pourcentage peut atteindre 55 %. Ainsi, plus de la moitié de ce groupe d'âge se sentait plus mal au moment de l'enquête en raison de la pandémie de Corona et de ses effets collatéraux.

Bien que les nouvelles générations s'adaptent bien à la pandémie et aux restrictions par rapport aux générations plus âgées, de nombreux jeunes éprouvent de la solitude et un manque d'énergie et se sentent sous pression dans la vie quotidienne et à l'école, s'inquiétant d'une éducation considérée comme insuffisante ou manquante et craignant une diminution des possibilités d'emploi et de carrière. À cela s'ajoutent les préoccupations de l'appauvrissement du réseau social également à long terme.

Depuis le début de la pandémie, les restrictions de la « vie analogique » ont intensifié la « vie numérique » des jeunes. Des études récentes confirment qu'au cours du verrouillage, la numérisation a connu une forte poussée et que les jeunes – bien qu'ils fussent pour la plupart « natifs du numérique » avant la pandémie – ont découvert eux-mêmes de nouvelles activités sur les médias numériques. La période de pandémie a notamment permis de découvrir l'utilisation intensive des services de streaming.

Plusieurs résultats indiquent également des différences entre les sexes. Le bien-être psychologique s'est davantage détérioré chez les adolescentes et les jeunes femmes à mesure que la pandémie progressait que chez les adolescents

et les jeunes hommes. Au moins, les filles et les jeunes femmes sont plus susceptibles d'exprimer ces sentiments. Dans le même temps, ils expriment davantage de craintes pour l'avenir, sont plus susceptibles de présenter des symptômes dépressifs et des problèmes émotionnels, font état d'un moins bon bien-être et craignent davantage de perdre leurs amitiés.

Un autre point de vue révèle qu'il peut également y avoir des effets positifs dans le sens de stratégies plus adaptatives telles que ralentir le rythme pendant le confinement ou une plus grande cohésion familiale et un sentiment d'auto-efficacité.

Réflexions concluantes

Il n'est pas encore clair quelles seront les conséquences sur une période moyenne-longue ou si la crise aura des répercussions sur la santé mentale. Certains notent une augmentation des tentatives de suicide. Les facteurs qui pourraient augmenter cette prévalence des tentatives de suicide pourraient être les mêmes que ceux qui peuvent affecter la santé mentale en général. Sher (2020) souligne l'importance particulière de la situation économique (incertitude économique, difficultés financières et chômage) par rapport aux suicides. Encore une fois, nous voudrions souligner que l'accès aux soins dans les secteurs publics et privés est une condition à garantir, en particulier pour les jeunes et les enfants, en comblant les lacunes et en développant davantage les offres.

Les adolescents demandent essentiellement le retour à une nouvelle normalité qui tienne compte de leurs besoins et de leur vision de l'avenir. En cela, il devient essentiel de leur garantir l'accès à des services d'écoute et de conseil à bas seuil, à des services de psychothérapie et à un niveau adéquat d'information en temps utile sur ce qui se passe, par une communication dédiée. On espère également voir se développer des outils permettant de détecter et de suivre le niveau de bien-être qu'ils ont atteint.

L'auteur

Mara Foppoli, psychologue, psychothérapeute Gestalt, ASP, Emdr Practitioner, Gestalt Play Therapy, membre fondateur de l'IGIS (International Gestalt Institute Switzerland), Manager Fondation pour l'Enfance et la Jeunesse, Directrice IGIS Lugano.

Contact

E-Mail : mara.foppoli@gmail.com