

Pandémie COVID-19 et jeunesse : le point de vue et les réflexions d'un groupe d'expert.es

Yara Barrense-Dias¹, Joan-Carles Suris¹, Sébastien Urben²

¹ Unisanté – Centre universitaire de médecine générale et santé publique, Département Épidémiologie et systèmes de santé – DESS
Groupe de recherche sur la santé des adolescents - GRSA

² CHUV – Centre Hospitalier Universitaire Vaudois, Département de psychiatrie
Service Universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent - SUPEA

Juin 2021

Contexte

Entre août 2020 et janvier 2021, nous avons mené une étude exploratoire qualitative sur le vécu du confinement et de la pandémie chez les adolescent-es âgé-es de 14 à 19 ans et les parents d'adolescent.es. Un total de 41 entretiens individuels ont été menés avec, à 2 exceptions près, des parents qui n'étaient pas les parents des adolescent.es interrogé.es. Cette étude nous a permis de collecter les expériences des participant.es quant à la maladie, aux mesures sanitaires, au confinement (son annonce, son déroulement, sa levée) incluant l'école à la maison et la vie familiale, la vision du futur et la place des jeunes dans cette pandémie. Bien qu'une telle recherche n'ait pas pour objectif d'obtenir un échantillon représentatif de la population, nous avons néanmoins pu assurer une diversité quant aux participant.es (exemple : jeunes en foyer, famille monoparentale, etc.) Le 1er juin 2021, nous avons présenté une sélection de ces nombreux résultats à un panel d'expert.es travaillant dans le domaine de la jeunesse afin d'obtenir leur point de vue quant aux résultats de cette étude mais surtout quant aux perspectives d'avenir afin de proposer des réflexions pratiques.

Sans se prétendre exhaustif, ce document a pour objectif de mettre en lumière des éléments importants à prendre en considération dans les décisions futures portant sur les effets de la pandémie et sur le bien-être des jeunes et des personnes les entourant.

Éléments à considérer – réflexions

Stigmatisation des jeunes et communication

Les médias ont eu un grand rôle dans la stigmatisation des jeunes, particulièrement lors de la première vague de la pandémie, par rapport à l'irrespect des mesures sanitaires. Les résultats de notre étude ont pourtant démontré d'excellentes connaissances des jeunes quant aux gestes barrière et un grand respect avec, pour raison principale, le fait de protéger les autres.

Il est aujourd'hui important d'assurer une communication autour de cette stigmatisation subie, du respect des mesures, de la solidarité et de la promotion des besoins et droits des enfants et adolescent-es afin de transmettre un message positif. De plus, une bonne communication permettrait aussi de souligner auprès des adultes les effets importants que la pandémie a pu avoir sur les jeunes, même si, du point de vue de la maladie, ils-elles ont été moins touché-es.

En termes de communication, il est aussi important de souligner et de mettre en évidence les côtés positifs et opportunités qui ont pu émerger durant cette pandémie. Dans le cadre de notre étude, les jeunes ont, en effet, démontré des capacités de résilience et des stratégies pour rebondir avec beaucoup de créativité qu'il s'agirait aussi de mettre en avant afin de sortir de ce discours très négatif.

Importance des transitions

Des périodes-clé et des rites de passages n'ont pas pu être vécus ou ont été vécus très différemment. Il y a eu des cassures dans cette période transitoire qu'est l'adolescence pour certains jeunes. Notre étude a, en effet, démontré que les jeunes en transition comme, par exemple, le fait de terminer l'école obligatoire et d'entamer un autre cycle d'études ou trouver un emploi, ont particulièrement rapporté plus de difficultés.

Une importance particulière doit donc être portée à ces jeunes dont certaines phases de transition n'ont pu être faites. Des réflexions pourraient également être menées sur comment ritualiser ces transitions lorsque ces rites ne sont plus possibles, ce qui ne concernerait pas uniquement des crises sanitaires mais aussi des événements de vie personnels, comme une maladie.

Espaces de parole

Certain-es professionnel-les ont rapporté que la demande principale des jeunes actuellement était d'être écouté-es car il était difficile de trouver des solutions par eux-elles-mêmes. Leur donner la parole peut, notamment, se faire par le biais de commissions de jeunes. Des espaces de

parole dédiés aux jeunes peuvent également permettre de renforcer un sentiment d'appartenance mis à mal durant la pandémie et les relations en ligne.

Ces espaces de parole, en plus de pouvoir s'adresser à celles et ceux qui en ont particulièrement besoin et sont plus vulnérables, doivent pouvoir s'adresser à l'ensemble des jeunes. Même si un-e jeune semble avoir toutes les ressources nécessaires sur le moment, il-elle doit toujours se sentir légitime à se rendre sur ces plateformes et demander de l'aide.

Il s'agirait donc davantage de promouvoir ou d'améliorer les plateformes d'échange et de discussion déjà existantes et d'en assurer une diffusion massive.

Discussion avec les écoles et les départements

L'école à la maison a été une grande thématique dans le cadre de notre étude, du point de vue des adolescent-es, mais aussi des parents. La deuxième vague, bien que la présence d'une plus grande lassitude ait été soulignée par les participant-es, a été mieux vécue grâce aux écoles restées ouvertes. En revanche, il y a un appel des jeunes à reconsidérer le programme et les exigences afin de prendre davantage en considération cette période de crise COVID-19.

Dans ce sens, des discussions devraient être menées avec les écoles, les directions et les départements concernés afin d'assurer un suivi, notamment du point de vue des enseignant-es. Les réflexions avec les écoles pourraient également être menées par rapport au futur des jeunes et comment répondre à leurs craintes.

Un autre défi par rapport aux écoles c'est de pouvoir créer ou améliorer les espaces dédiés aux échanges lorsque quelque chose ne va pas bien. Selon certain-es expert-es, les infirmier-es scolaires et autres professionnel·les du terrain sont actuellement débordé-es par les demandes et des solutions doivent alors être trouvées pour continuer à offrir ces services et sensibiliser les adultes ressources sur leur rôle.

Adultes comme ressources

Les adolescent-es sont entouré-es d'adultes pouvant avoir le rôle de personne ressource. Que cela soit les parents, les enseignant-es ou d'autres professionnel·les travaillant avec des jeunes, ces adultes ont beaucoup tenu pour les jeunes mais ont également subi la pandémie en tant qu'individu.

Durant la pandémie, les parents ont dû concilier vie de famille et travail, et se sont parfois sentis abandonnés, notamment par rapport à l'école. Ils ont également fait part de questionnements et de craintes quant au développement de leur(s) enfant et à leur avenir. Il est important d'inclure les parents dans les réflexions et les prises de décisions concernant les jeunes afin de les soutenir dans leur parentalité.

Maintenant qu'une sortie de crise semble se dessiner, des débuts de rupture du côté des professionnel·les pourraient apparaître en termes de ressources et de bien-être. Certain-es expert-es ont ainsi fait part de l'attention à

porter sur des possibles épuisements chez certain-es professionnel·les. Il s'agirait donc de rester attentif·ve à ce risque et aux éventuelles demandes ou questions de ces professionnel·les ayant aidé au quotidien durant la crise.

De même, la pandémie a généré une certaine ambivalence chez certain-es professionnel·les qui se sont alors senti-es un peu abandonné-es face à leur problématique et à certaines incohérences. Cela a été difficilement vécu de par la contradiction entre mesures sanitaires et réalité du travail avec des enfants en difficultés. Par exemple, un-e enseignant-e spécialisé-e devant s'occuper d'un-e enfant atteint-e d'autisme qui décide de ne pas porter son masque.

Penser à la suite

Les connaissances acquises grâce à l'étude que nous avons menée nous permettent surtout d'éclairer le passé et de comprendre certains mécanismes liés à une crise sanitaire. Des apprentissages pour une éventuelle future pandémie peuvent donc se faire grâce à ces résultats. Néanmoins, une partie de nos résultats, ainsi que l'ensemble des expert-es, appellent davantage à considérer la suite. En d'autres termes, que fait-on à partir de maintenant pour que cette période ne fasse pas perdurer des effets négatifs ?

Il s'agit donc de mener des réflexions et de prendre des décisions sur des conséquences possibles dont la grande majorité ne sont certainement pas encore connues. La sortie de crise ne signifie pas que tout est derrière nous. Certaines conséquences commencent à apparaître et laisse présager des difficultés sur plusieurs années : certain-es jeunes, notamment en formation, n'ont pas trouvé d'emploi, certain-es jeunes présentent des difficultés psychosociales importantes, certain-es jeunes en formation ont développé une peur de reprendre les cours en présentiel, etc. De tels problèmes vont indéniablement impacter leur futur. Il faut donc rester très attentif·ve aux difficultés psychosociale qui pourraient émerger dans les années à venir car on ne connaît pas encore les conséquences sur le long terme.

Si certaines décisions peuvent et ont déjà été prises dans une optique non pérenne permettant d'assurer une solution immédiate, il s'agit de les différencier des projets pérennes, comme l'amélioration des compétences sociales des jeunes, qui peuvent, politiquement parlant, s'avérer parfois plus compliqués à mettre en place. Les questions de pérennisation touchent également et assurément les moyens budgétaires avec, comme différence, des budgets urgents et à court-termes concernant l'impact de la COVID-19 *versus* des budgets à long-termes et renouvelables pour les conséquences à venir.

Observatoire de la jeunesse

Dans la même lignée que le paragraphe précédent sur l'importance d'assurer un suivi à l'avenir sur les conséquences qui ne sont pas encore connues, des expert-es ont émis l'idée de créer un système de veille en la forme d'un observatoire pour ne pas passer à côté de certaines conséquences qui ne vont pas apparaître dans l'immédiat. Il y a des discussions sur certaines dépendances qui vont peut-être augmenter, des troubles du

comportement alimentaire, des problèmes de santé mentale, des crises existentielles, etc.

Il ne s'agirait pas d'un observatoire lié à la COVID-19, mais bien d'un observatoire de la jeunesse au sens large incluant, notamment la santé, les besoins sociaux, la formation, etc. Cet observatoire regrouperait des professionnel·les, mais aussi des jeunes, afin d'assurer un suivi des problématiques liés à la jeunesse sur le long terme.

Les modalités et les détails entourant la mise en place d'un tel observatoire devront alors être discutés, notamment par rapport au fait de le relier à un organisme particulier. Un tel projet pourrait s'inscrire dans la politique de l'enfance et de la jeunesse du canton de Vaud.

Adresser le futur des jeunes

Dans le cadre de notre étude, les craintes des jeunes portaient principalement sur leur futur personnel, au niveau de l'école, des études ou de leur emploi. Ces craintes ont également été partagées par les parents vis-à-vis de leur(s) enfant(s).

Dans cette optique, il s'agirait tout d'abord d'améliorer les informations sur les transitions et leur préparation, comme mentionné auparavant, ainsi que celles sur leur futur et les possibilités qui s'offrent aux jeunes.

Des réflexions doivent donc être menées pour pouvoir adresser ces craintes, du point de vue des jeunes mais aussi des parents, et offrir des espaces d'écoute spécifiques aux questionnements portant sur leur avenir, leurs idées et leurs projets.

Il se peut également que des refus ou des échecs subis par rapport à leur avenir puissent engendrer une image négative de soi. Ce sujet doit faire partie des réflexions sur la manière d'adresser leur futur et leur permettre de le considérer plus sereinement.

Rappeler les droits de l'enfant

Pour certain·es expert·es, cela peut sembler théorique mais lors de la pandémie, certains droits fondamentaux ont été mis de côté ou n'ont pas du tout été présentés comme tels. Par exemple, l'accès à l'école est un droit fondamental, il s'agit donc de faire attention à la perception que certains jeunes, mais aussi la population, peut dorénavant avoir par rapport à ce droit. La fermeture des écoles a été un choc pour les jeunes et les parents, cela doit rester exceptionnel.

D'autres droits ont également été mis à mal durant la pandémie, notamment dans le milieu hospitalier avec la gestion de patient·es, parfois très vulnérables, à distance ou encore la suppression de rendez-vous en raison d'un besoin de renfort dans d'autres équipes pour gérer la pandémie. La Charte de l'Enfant hospitalisé a donc également été mise à mal durant cette période.

Un rappel de ces droits et une balance entre droits et risques sanitaires devraient systématiquement être faits dans des situations de crise.

Sensibiliser les jeunes et le public à la santé mentale

Bien que la problématique de la santé mentale ne soit pas nouvelle, la pandémie a mis en lumière son importance. Pourtant, un grand travail de sensibilisation à la santé mentale doit être fait, ce concept étant très flou pour les jeunes, mais aussi pour les adultes.

Une telle sensibilisation pourrait également être intégrée à l'école afin que le terme santé mentale commence à être divulgué dans ce lieu pour ne plus l'assimiler à la folie ou pour éviter des tabous. Les jeunes semblent également avoir de la peine à assimiler certains états et ressentis liés à cette pandémie : une baisse d'énergie, de motivation, etc. Ils-elles ne parviennent alors pas à se sentir concernés lorsqu'on parle de santé mentale et de la COVID-19.

Comme susmentionné, la prévention primaire est importante et doit être assurée afin de sensibiliser les jeunes à leurs ressentis et à leur expression.

Groupe d'expert·es (par ordre alphabétique)

Dre Christina Akre, Directrice ad interim de Santé communautaire à la Direction Générale de la Santé du Canton de Vaud

M Kim Carrasco, Responsable de l'Unité de pilotage de la prévention, Direction Générale de l'enfance et de la jeunesse

Mme Delphine Corthésy, Cheffe de projet, Secrétariat général, Direction de l'enfance, de la jeunesse et des quartiers, Ville de Lausanne

Mme Laurence Di Benedetto, Infirmière spécialisée en santé de l'enfant, l'adolescent et la famille, Hôpital de l'Enfance- Centre Hospitalier Universitaire Vaudois (CHUV)

Dr Olivier Duperrex, Référent en pédiatrie communautaire, Unisanté

M Yves Froté, Infirmier clinicien spécialisé, Chef adjoint de la Cellule psychologique vaudoise, CHUV

Dre Céline Pelet, pédiatre et médecin scolaire à Epalinges

Dr Daniel Schechter, Médecin adjoint et professeur associé dans le domaine de la pédopsychiatrie, Service universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent (SUPEA), CHUV

Prof. Kerstin von Plessen, Cheffe de Service du SUPEA, CHUV

Mme Marjory Winkler, Directrice de l'Association romande Ciao

Le rapport complet de l'étude sur le vécu de la pandémie et du confinement dus à la COVID-19 comprenant l'ensemble des résultats du point de vue des adolescent-es et des parents est disponible à l'adresse ci-dessous :

<https://www.unisante.ch/fr/formation-recherche/recherche/publications/raisons-sante/raisons-sante-320>

Citation suggérée

Barrense-Dias Y, Suris JC, Urban S. Pandémie COVID-19 et jeunesse: le point de vue et les réflexions d'un groupe d'expert-es. Lausanne, Unisanté - Centre universitaire de médecine générale et santé publique, 2021 (Raisons de Santé : Les Essentiels 33) <https://doi.org/10.16908/rds-essentiels/33>