

# À Pont-Audemer, Quillebeuf et Bourg-Achard

## Santé psychologique des jeunes : les consultations en hausse

Depuis plus d'un an, la crise sanitaire affecte la santé psychologique des plus jeunes. La semaine passée, trois professionnels nous ont confié que le nombre de patients enfants et adolescents était en nette hausse.

\* **Cynthia Hérou, neuropsychologue à Pont-Audemer** : « 90 % de mes patients sont des enfants et des adolescents, âgés entre 6 et 18 ans. Depuis octobre, je constate une hausse des demandes. J'en ai une à deux par jour. Il faut compter sept mois d'attente avant de pouvoir obtenir un rendez-vous. Beaucoup de jeunes souffrent de troubles anxieux qui peuvent déclencher des troubles de l'attention et de l'apprentissage. Je reçois des jeunes qui me disent qu'ils ont peur du virus, de le transmettre à leurs grands-parents, que c'est compliqué de respecter les mesures barrières comme le port du masque ou encore de ne plus faire de sport, de voir sa famille...

Avec les confinements, j'ai également observé une anxiété sociale qui se caractérise par la peur de sortir de chez soi et d'affronter le monde extérieur. L'addiction aux écrans s'est également accentuée. »

\* **Ellen Liblin, hypnothérapeute et art-thérapeute à Bourg-Achard** : « Je reçois de plus en plus d'enfants et d'adolescents depuis octobre novembre. Je constate un phénomène qu'on appelle 'syndrome de la cabane' ou 'syndrome de l'escargot'. Après avoir été confinés pendant longtemps à la maison, les enfants ont beaucoup de mal à en ressortir. Certains n'ont plus envie d'aller vers l'autre, de sortir de leur zone de confort. Ils sont angoissés à l'idée de retourner à l'école. Ils se retrouvent alors en manque de repères. En s'éloignant longtemps des uns des autres, il faut réapprendre les codes de la vie en société.

Des parents viennent me voir en me disant qu'ils n'en peuvent plus. Avant, la maison représentait le retour au cocon familial. Les enfants rentraient de l'école et les parents du travail. Mais avec les confinements et le télétravail, les enfants et parents n'ont plus revécu ces moments de partage. Les réseaux sociaux ont pris une place encore plus importante. On a des adolescents 100 % connectés. Ils s'exposent de plus en plus et ont tendance à perdre la notion d'intimité. »

\* Pascale Duval, psychologue à Quillebeuf-sur-Seine : « Il y a plus de larmes que d'habitude au sein du cabinet. Depuis le deuxième reconfinement, je reçois un peu plus d'enfants. Après avoir pris l'habitude de vivre confinés avec leurs parents ou leurs frères et soeurs pendant de longs mois, certains enfants du mal à trouver la motivation pour retourner à l'école. Ce retour rend aussi compliqué les relations avec les autres. Il y a une perte du lien social. La gestion des émotions est plus difficile à gérer, ce qui peut engendrer des disputes ou de la violence entre camarades. »

Propos recueillis par

Stéphane Fouilleul