

SYNOPSIS DE LA CONFÉRENCE-DÉBAT

(ado +
crise) x crise = ?

Le confinement causé par le virus COVID-19 a donné naissance au projet ZoomART - Voyage au bout du confinement. Les créations artistiques, réalisées avec les jeunes en groupe virtuel, encadré par des thérapeutes du service Impuls de Solidarité Jeunes a.s.b.l., ont été exposées du 26 novembre au 15 décembre 2021 à l'Abbaye de Neumünster. Cette exposition itinérante se retrouvera au Lycée des Arts et Métiers dès le début de l'année prochaine et continuera son voyage vers d'autres lycées au cours de 2022.

Dans le cadre de cette exposition a eu lieu la matinée de conférence-débat, organisée par le service IMPULS et animé par la journaliste Mme Monica Camposeo (RTL) à l'Abbaye de Neumünster, le 25 novembre 2021.

Des acteurs de différents secteurs, en lien avec la jeunesse, sont intervenus pour apporter des éléments de réponses sur : Comment les jeunes ont vécu la période de confinement en 2020 ? Comment les institutions ont pu s'adapter aux besoins émergents de certains adolescents en crise durant cette période de pandémie ? Quelles ont été leurs ressources et limites pour répondre aux exigences de jeunes en souffrance tout en observant les contraintes liées à la crise sanitaire ?



Vous trouverez à la fin de ce document, le QR Code pour visionner le débat dans son intégralité sur la plate-forme Izicast parmi les trois langues proposées (traduction en français, anglais ou version originale)

Domaine psychologique :

M. René Meneghetti – chargé de direction de Impuls, président du Suchtverband

Mme Susana Ribeiro – chargée de direction adjointe, psychologue et psychothérapeute au service Impuls

Mme Céline Danhyer – psychologue diplômée au service Impuls

M. Nuno Cardoso – assistant social à la communauté thérapeutique pour mineurs ART au Portugal

Domaine médical :

Dr Salima Aarab – médecin responsable de l'hôpital de jour à Esch, médecin spécialiste en pédopsychiatrie à l'hôpital de Kirchberg

Mme Lisa Clees – psychologue et psychothérapeute au CHNP unité psychiatrie juvénile

Domaine scolaire :

M. Fabrice Roth – directeur du Lycée des Arts et Métiers

Domaine éducatif :

M. Gilles Gerges – chargé de direction Refuge Péitrusshaus

M. Pol Thomé – assistant social Refuge Péitrusshaus

Mme Christelle Kodische – chargée de direction du centre de rencontre et d'informations pour jeunes d'Esch

M. Christophe Laoumer – éducateur à la maison de jeunes de Esch

Domaine artistique :

Mme Cristina Nunez, PhD – artiste-photographe créatrice de la méthodologie SPEX, présente à Esch-Culture 2022 <https://selfportrait-experience.com>

CONSTATS DES DIFFÉRENTS INTERVENANTS :

D'une manière générale, les dernières années, et surtout depuis la pandémie Covid-19, les problèmes en matière de santé mentale sont en augmentation, dans la population générale, mais aussi auprès des jeunes.

En matière de troubles de l'addiction, les dépendances aux jeux et à internet se rajoutent aux dépendances liées aux substances, ce qui constitue un défi pour travailler avec des adolescents.

Les conséquences de la pandémie, à savoir, le confinement, les mesures sanitaires ou encore les restrictions de contact ont entraîné beaucoup de difficultés, de contraintes et de nombreux défis.

Voici quelques exemples rapportés par les différentes institutions :

Par le service Impuls :

- Difficulté à gérer des crises dans les familles via Zoom ou téléphone
- Équipes réduites en présentiel et peu d'échange entre les collègues en home office
- Augmentation des inquiétudes parentales
- Exacerbation de certaines situations familiales difficiles
- Constatation, lors de situation de crise, d'un accès limité aux services d'aide et de soins stationnaire
- Création du projet Zoomart pour notamment maintenir le lien avec les jeunes

Par le CHNP unité psychiatrique des adolescents :

- Pas de contact en présentiel entre les jeunes et leurs parents pendant 6 semaines (mais 2 fois par jour contact téléphonique)
- Pendant le confinement, les entretiens de thérapie familiale n'étaient plus possibles au CHNP

Par l'hôpital de jour et la psychiatrie juvénile stationnaire :

- Hôpital de jour fermé pendant le confinement
- Séparation de l'unité hospitalière en unité Covid et unité sans-covid plus mesures sanitaires
- Entretiens via Zoom ont fonctionné avec certaines familles avec d'autres non
- Moins d'offres possibles
- Hausse en hiver 2020 de troubles anxieux, de troubles du comportement alimentaire et de tentatives de suicide
- Beaucoup de jeunes en décrochage scolaire
- Personnel dépassé par les nombreuses demandes

Par le Lycée des Arts et Métiers :

- Une réorganisation complète au niveau technique, logistique et pédagogique
- Au début chaotique, mais au fur et à mesure une adaptation était possible
- Il fallait repenser complètement le système scolaire et pédagogique, adaptation du programme scolaire
- Difficultés de joindre les élèves par téléphone ; beaucoup étaient partis à l'étranger ou se retrouvaient p.ex. sur un camping
- Certains élèves arrivaient à s'organiser avec le « homeschooling » et d'autres étaient dépassés
- La question « Comment apprendre aux jeunes à apprendre ? » était et reste un grand défi
- Instauration d'un nouveau cours de coaching sur la régulation émotionnelle, de stress, gestion de conflits, etc...

Par la Maison de Jeunes de Esch :

- Effort supplémentaire pour contacter tous les jeunes
- Développement de nouveaux projets (création musicale et textes en petits groupes)
- Mise en place de plateformes pour permettre aux jeunes de s'exprimer
- Flexibilité en termes d'horaires pour rester joignable et accessible
- Après le confinement, retour des jeunes compliqué
- Mise en place de petits ateliers pour gérer le stress au quotidien

Par le Refuge-Pétrusshaus :

- Interventions de crise pour les 12-21ans (au lieu de <18 ans)
- Pendant le confinement autorisation d'accueillir ceux de 18-21 ans

Par les communautés thérapeutiques de ART au Portugal :

- Adaptation des visites
- Instauration de chambres de quarantaine
- Fonctionnement dans une sorte de « bulle »
- Fatigue des professionnels, rotation difficile

Question de la journaliste : Quel a été l'impact de la pandémie sur le plan de santé mentale des jeunes ?

- L'impact a été plus conséquent pour les jeunes qui étaient déjà vulnérables au niveau psychique avant la pandémie.
- Pour certains jeunes, l'environnement (les parents, la famille) était lui-même dépassé, n'avait ni les ressources psychiques, ni logistiques pour être un soutien.
- Certains jeunes associaient la vaccination avec un sentiment de plus de sécurité et de liberté.
- Pour les jeunes internés en psychiatrie, ils avaient déjà perdu leur liberté, même avant la pandémie. Donc pour certains d'entre eux, ils ont pu voir que tout le monde avait finalement des restrictions de liberté et de contact. Ayant moins de contact avec leurs familles, ceci leur a permis de retrouver un certain calme, un apaisement.
- Le confinement a complètement aggravé la symptomatologie des jeunes qui avaient déjà des troubles d'anxiété auparavant.
- Dans les lycées, beaucoup d'élèves étaient contents d'avoir pu revenir en présentiel après le confinement. La dynamique de classe fut davantage renforcée.
- Durant et après le confinement, dans certaines familles, le stress et les tensions étaient élevés au point qu'il y avait de nombreuses escalades de violence. Dans certaines situations, il fallait désamorcer la crise en permettant un transfert rapide vers les communautés thérapeutiques à l'étranger.
- Le Refuge-Pétrusshaus, qui était confronté à de nombreuses demandes sur le terrain, s'est vu contraint d'adapter l'âge d'admission au-delà des 18 ans pour l'hébergement. Beaucoup de jeunes se sont retrouvés sans logement, à la rue.
- Par faute de logements alternatifs, plusieurs professionnels se sont vus contraints d'envoyer des jeunes de plus de 18 ans dans des structures de sans-abris, une situation intolérable.
- Pour les adolescents vulnérables, qui ont p.ex. une phobie scolaire, il y a très peu d'alternatives. Qu'est-ce qui se passe pour ceux qui sont en décrochage scolaire et qui n'arrivent pas à s'intégrer sur le marché du travail ?

Question du public : Un an de vie avec le port des masques, est-ce que cela laisse des traces sur l'image corporelle ?

- Le masque devient une échappatoire, permet d'éviter, de rester anonyme.
- Les troubles du comportement alimentaire ont doublé en chiffres.
- Le masque pour certains peut rassurer, permettre de pouvoir cacher encore davantage son corps.
- Oui pour certains adolescents, le masque a constitué un risque en empêchant de se voir tel qu'on est.
- Porter un masque pendant les entretiens réduit les moyens d'expression, car la mimique du visage est réduite aux yeux, beaucoup du non verbal échappe. Le fait qu'on peut se cacher derrière le masque, au niveau de l'expression orale et surtout non verbale, n'est pas forcément favorable pour la thérapie.
- Dans le travail avec l'outil SPEX, qui est un travail sur le visage et les émotions, le défi était justement d'arriver à enlever « le masque » de façon symbolique pour créer une connexion très profonde avec soi-même.

Question du public : L'impact et l'influence du modèle des adultes sur les jeunes ?

- La question du modèle en tant qu'adulte, qu'on soit parent, enseignant ou professionnel en contact avec des jeunes a toujours eu un impact sur les générations plus jeunes.
- Notre société nous incite à « avoir », à posséder, qu'en est-il du verbe « être » ? Il faut s'interpeller là-dessus. Comme s'il y avait une difficulté dans notre société, à ne pas

savoir vivre dans le temps. Comment favoriser les rencontres avec un tiers, entre jeunes et vieux ?

- Evitons de trop culpabiliser jeunes et les parents. Beaucoup de parents sont sensibilisés et ont plus de compréhension pour les sujets de l'éducation. Ils essaient de faire de leur mieux et c'est important que les jeunes réalisent que tout n'est pas parfait. Nous sommes tous vulnérables et capable d'apprendre de nos erreurs jusqu'à la fin de notre vie. C'est un message important pour un jeune qui est en train de devenir adulte.

Tout au long du débat, les intervenants n'ont pas seulement témoigné des contraintes et des difficultés, mais également des **ressources** mises en œuvre, comme p.ex., les entretiens online, les adaptations de visite, **l'émergence de nouveaux projets** comme ZoomArt, le projet PSSM au lycée (projet de secours et de santé mentale), SPEX, etc...

En plus de la création de nouveaux projets, d'autres **éléments de résilience** ont été rapportés :

Au niveau de la solidarité, c'était rassurant de voir comment beaucoup de jeunes se sont épaulés entre eux et dans quelle mesure ils ont pu se sentir utiles et valorisés en aidant par exemple des personnes âgées. De nouvelles dynamiques constructives se sont créées aussi entre les jeunes et les éducateurs dans les foyers d'accueil.

Une observation des communautés thérapeutiques : Le fait que le monde s'était en quelque sorte arrêté dans la pandémie, cela a facilité le traitement de certaines personnes souffrant de dépendances. Cela entraînait une certaine prise de conscience, les personnes ont compris qu'elles avaient déjà subi beaucoup de pertes et qu'elles voulaient avancer dans leur traitement.

Ce constat fut confirmé en psychiatrie juvénile stationnaire : Il y avait très peu de conflits, étant donné qu'il n'y avait pas de facteurs de stress en provenance de l'extérieur. Les jeunes étaient beaucoup plus calmes et accessibles. C'était une chance et un moment opportun pour travailler avec certains d'entre eux.

POINTS COMMUNS ENTRE LES DIFFÉRENTS INTERVENANTS ET CONCLUSIONS POUR LE FUTUR :

La pandémie a eu quelque chose de positif dans le sens où nous avons tous été amenés à nous arrêter. Qu'est-ce que nous pouvons apprendre de cet arrêt ? Comment pouvons-nous changer nos habitudes ? Comment pouvons-nous sortir de la spirale à toujours vouloir aller plus haut, plus loin et plus rapide ?

- Quand une nouvelle crise surgit, il faut **réinventer les prises en charge** peu importe le contexte dans lequel on se retrouve. Il faut apporter une réponse, devenir créatif et en quelque sorte se réinventer. Faire preuve de **résilience** c'est de cela dont il s'agit.

Il faut **repenser l'Éducation**. Il est trop tard pour commencer à inculquer aux jeunes au lycée comment ils peuvent être entrepreneur dans leur vie. Il faut que la **réflexion et l'éducation au bien-être et à l'inclusion** se fasse non seulement dans le lycée, mais également à **l'école fondamentale** pour qu'elle devienne un **fil conducteur** depuis le plus jeune âge.

Cet aspect de **l'intervention précoce** semble **crucial**. Un constat confirmé par la psychiatre : très souvent le volet de l'enfance n'est pas suffisamment pris en compte. Les problèmes déjà présents dans l'enfance s'accroissent souvent à l'adolescence. Dans une perspective de **prévention** et afin d'éviter une

chronicisation de symptômes, il s'agit de repérer et d'intervenir tôt, d'être vigilant déjà à l'école fondamentale. Cela nous permet de réduire beaucoup d'interventions et des prises en charge par après.

Le lycée, mais aussi toute institution d'éducation formelle et non-formelle, ne peut pas être un endroit de thérapie, mais clairement un endroit de détection du mal-être chez un jeune. Dans ce sens, il s'agit d'arriver à repérer les jeunes vulnérables très tôt. Il s'agit également de sensibiliser tous les jeunes en leur donnant des outils pour qu'eux-mêmes puissent réaliser quand ils sont à risque ou quand leurs camarades le sont. Au Portugal, il y a des cours d'intelligence émotionnelle qui pourraient être une source d'inspiration. Des projets comme le projet de secours et de santé mentale (PSSM) du lycée des Arts et Métiers sont des initiatives dans la bonne direction.

Pour pallier aux besoins en terme de structures d'aide et de soins pour les jeunes et jeunes adultes, il faut mettre en place des ressources :

- Davantage d'interventions de crise ambulatoire et hébergement
- Extension de l'offre de la psychiatrie juvénile au-delà de 18 ans ?
- En milieu psychiatrique, nécessité d'une prise en charge spécifique à cet âge
- Logements encadrés pour ceux qui sont en crise
- Logements post-thérapeutiques
- Centre thérapeutique pour jeunes en situation d'addiction
- Hébergements de crise pour les jeunes au-delà de 18 ans

Aux professionnels de faire le lien entre les jeunes et les vieux et de les amener de façon créative à participer à des projets intergénérationnels. Idem pour d'autres projets d'inclusion : leur faire rencontrer des personnes qui sont différents. D'où l'importance de ne pas négliger les associations de jeunes, de bénévolat, de loisirs dans ce but d'inclusion.

L'échange entre la psychiatrie et les lycées s'améliore de plus en plus. Le projet d'une école à l'intérieur de la psychiatrie est sur une voie constructive avec le ministère de l'Éducation.

Pour pallier le manque d'une éducation au travail, quels projets peuvent être lancés pour que les jeunes apprennent p.ex. les codes, l'attitude, la ponctualité, la posture, la mise en valeur de leurs compétences, etc... quand ils sont confrontés avec le marché du travail ?

Beaucoup d'adolescents ont déjà accumulé une série d'échecs tout au long de leur jeune parcours. Favoriser l'insertion sociale par la culture, permettre aux jeunes de fréquenter des associations, des musées, des centres culturels pour qu'ils puissent vivre quelque chose de positif.

Il faudrait développer et renforcer les liens entre services, institutions et instances encadrant les jeunes. Renforcer le travail en réseau, améliorer les coopérations entre les différents secteurs du domaine médico-psycho-éducatif-social. Il est souhaité que les différents ministères collaborent encore davantage.

Il faudrait développer dans chaque structure qui accueille des jeunes (lycées, foyers, MJ, clubs de loisirs, etc...) des guides d'intervention axés sur la santé mentale et le bien-être.

Chaque crise nous renvoie à nous-même et nous donne l'opportunité de réfléchir sur nos propres besoins et nos relations. Ce sont les relations qui sont les plus importantes et c'est là-dessus qu'il faut se baser et construire.

Depuis la pandémie, le sujet de la santé mentale se retrouve davantage au centre des attentions, c'est devenu enfin un sujet d'actualité, ce qui était absolument nécessaire. Il s'agit dorénavant de saisir le moment et de rendre les services de santé mentale le plus visible possible pour faciliter l'accès.

Bref, il s'agit de fortifier les pistes amorcées, de faire avancer les projets novateurs cités par les intervenants et surtout de développer une éducation au bien-être dès le plus jeune âge.

