

# Les plus jeunes durement fragilisés par la crise sanitaire

Trois professionnelles tirent la sonnette d'alarme quant à la santé mentale des jeunes. La crise sanitaire a aussi des conséquences sur eux, et plus petits aux étudiants.

« Depuis le mois d'août, je tire la sonnette d'alarme... dans le désert. » Nelly Janin Quercia, psychologue libérale à Fontaine, affirme que les enfants sont très fortement impactés par la crise sanitaire, et cela commence à se voir.

Son inquiétude, voire sa colère, a commencé par le port du masque pour les enfants dès 6 ans. Si elle met en doute son utilité d'un point de vue sanitaire, elle devient beaucoup plus virulente quant aux effets négatifs du masque : « Sur le plan cognitif, mes collègues orthophonistes me disent voir apparaître des troubles de l'apprentissage du langage. Comment apprendre à faire un O si vous ne voyez pas les bouches ? »

« On leur fait croire qu'ils sont dangereux pour l'autre »

Pire, il serait un obstacle à la lecture des émotions. « Les micro-expressions qui passent sur nos visages... c'est sur tout le visage, pas que dans les yeux. Les 6-7 ans sont beaucoup plus sensibles au langage corporel qu'aux mots. »

Mais le masque n'est pas le seul problème pour Nelly Janin Quercia. La peur que crée la Covid « place nos enfants dans un monde où on leur fait croire qu'ils sont potentiellement dangereux pour l'autre. J'ai entendu des enfants dire ne pas embrasser leurs grands-parents parce que cela pourrait les faire mourir. Comment se construire psychiquement



En dessous de 12 ans, « la famille est ce qui fait se sentir en sécurité. Mais si les parents sont stressés en permanence — et beaucoup le sont par cette crise — la famille devient insécure. » Photo Le DL/Benoît LAGNEUX

en ayant cette croyance ? À cet âge-là, ils n'ont pas accès au symbolisme, ils prennent les choses au pied de la lettre : « Je t'embrasse, tu meurs ».

Ce monde sans contact nuitrait à leur épanouissement. « Ils se construisent dans la sensorialité, dans ce qu'ils ressentent de leur environnement. En empêchant cela, on abîme forcément quelque chose, tant au niveau cognitif que psychologique », se fâche Nelly Janin Quercia.

« La famille est ce qui fait se sentir en sécurité »

Elle en redoute les conséquences. « Quand on empêche les enfants de jouer, de se toucher, de se voir, d'expérimenter les liens, on peut sentir qu'il y aura des consé-

quences. On ne sait juste pas lesquelles. Ce que vivent les enfants n'est pas anodin. » En dessous de 12 ans, « la famille est ce qui fait se sentir en sécurité », affirme la psychologue. « Mais si les parents sont stressés en permanence — et beaucoup le sont par cette crise — la famille devient insécure. Donc des enfants grandissent dans une famille qui ne remplit plus sa fonction première. » Illustrant son propos : « J'ai entendu « Je n'emène plus mes enfants au parc, car je ne veux plus qu'ils jouent avec d'autres enfants ». Alors qu'on sait qu'on se construit dans le lien à l'autre, c'est notre humanité. On grandit par les neurones miroirs, par imitation... Et tout ça, vous l'enlevez en pensant qu'il n'y aura pas de conséquences ? Je redoute une génération de paranoïaques. »

Les signes de ce mal-être sont déjà visibles estime Nelly Janin Quercia, notant « de l'anxiété, des troubles du sommeil, des phobies scolaires. On en sent certains entrer en dépression : « Je n'ai pas envie de jouer, de sortir... » C'est un mouvement de repli. Ils perdent l'élan de vie et ont des mouvements régressifs (perte du dernier apprentissage) et surtout une tristesse, une perte de légèreté, allant jusqu'à l'apparition de tics. »

Alors, pour la psychologue, « il convient de se demander comment ramener nos enfants à reprendre vie. »

Katia CAZOT

« Mes lycéens s'éteignent, ils n'ont plus de joie »



« Mes lycéens s'éteignent, comme si la vie les quittait. Ils n'ont plus de joie, plus de motivation. » Laurence R. est professeure de langue dans un lycée de l'académie. Un lycée « sans problème, avec des élèves travailleurs ». L'établissement pratique « l'hybridation » : pour respecter les consignes sanitaires à la cantine, les classes viennent en cours une semaine sur deux, par niveau. « La semaine où les élèves ne sont pas présents, ils ont beaucoup de devoirs à faire à la maison, avec cette impression d'être seuls face à une montagne de travail personnel. Et lorsqu'ils reviennent en classe, ils ont énormément d'évaluations. Du coup, le plaisir du retour, qu'ils expriment, est entaché du fait qu'ils ont cinq voire six évaluations sur la même journée. »

Laurence R. dénonce cette pression qui pèse sur les lycéens. « D'autant que le nouveau Bac comprend un grand oral — qui n'est pas prêt et donc qui les stressent — et un contrôle continu. Ce qui veut dire que chaque évaluation est perçue comme une sanction. » De là, la profes-

K.C.

## Des adultes eux aussi touchés, des conséquences sur les enfants

Nelly Janin Quercia s'inquiète aussi de l'état des adultes qui s'occupent des enfants. « On a vu la hausse de la maltraitance des enfants, on en parle, on le sait ! Je vois dans mon cabinet des adultes qui n'ont normalement pas besoin d'un psy, qui ont les ressources nécessaires pour gérer leur problème. Avec la Covid, ils entrent en dépression pour des raisons qui ne viennent pas de l'intérieur. Ils se mettent une telle pression à obéir à toutes les injonctions paradoxales actuelles qu'ils en perdent la capacité de penser. Ils n'ont plus le pouvoir sur leur vie et ont peur du lendemain. D'où un repli sur soi, des troubles du sommeil, un mal-être, une fatigue, un sentiment d'impuissance et d'être submergés. » Alors la psychologue se demande « comment les enfants peuvent se construire si les adultes sont dans cet état ? »

## Des étudiants devenus si vulnérables

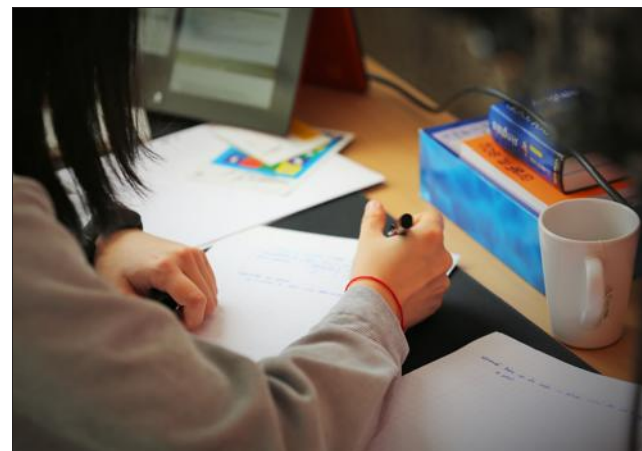
Avant d'évoquer l'impact de la crise sanitaire sur les étudiants, Laura Fraysse, psychologue clinicienne à l'association Apsytude, pose un préalable. « Contrairement à un certain discours idéalisé sur la vie étudiante, il s'agit d'une population qui peut souffrir de mal-être. » Depuis onze ans, l'association aide de changements, « que ce soit au niveau de l'autonomie ou du choix des études. Ils doivent s'adapter à de nouvelles normes, de nouvelles valeurs... avec le stress des examens. La période 15-30 ans est une période de vulnérabilité et d'intense maturation cérébrale. »

Cette vulnérabilité est amplifiée par la situation sanitaire et ses contraintes : cours en distanciel, quasi-confinement, perte des liens, précarité... « Tout cela impacte inévitablement leur mode de vie. On le ressent au niveau des troubles : anxiété, dépression, idées suicidaires.

Des troubles qu'on trouvait hors Covid et qui se voient augmentés. Tout comme le repli sur soi, la baisse de motivation, le sentiment d'impuissance ou d'insécurité. L'isolement est important ainsi que les questions d'ordre existentiel. Ce n'est pas évident de faire des choix pour l'avenir et dans ce contexte, c'est d'autant plus présent. »

### Précarité et anxiété

Elle relève également des difficultés inhérentes à la situation actuelle, comme « les difficultés de concentration qui peuvent aller jusqu'au décrochage scolaire. Plus ce que nomme l'OMS, la fatigue pandémique : une lassitude liée aux différents aspects anxigènes de la crise sanitaire — manque de vie sociale, absence de repères, de perspectives claires et difficulté à voir le bout du tunnel ». Enfin, certains se posent la question de la validité de leur diplôme. La précarité étudiante est un



Depuis un an, les étudiants vivent la difficulté de suivre des cours en distanciel, qui vient se cumuler à la précarité et à la solitude. Photo Le DL/Benoît LAGNEUX

problème majeur. « On parle là de besoins fondamentaux, alors oui, ça met à mal un nombre considérable de jeunes. Quand vous ne savez pas comment vous allez manger, ça suscite de l'anxiété. »

Par ailleurs, la psychologue ne voit aucun paradoxe entre le

sentiment d'isolement et l'ultra-connexion de cette génération : « Nous sommes des êtres biopsychosociaux, des êtres de liens ayant besoin de communiquer en présentiel. La vie étudiante est une période de construction identitaire, d'expérimentation qui ne peut

pas être remplacée par les écrans. L'appartenance sociale fait partie des trois besoins psychologiques fondamentaux avec l'autonomie et la compétence. » D'autant, sourit-elle, que pour être en lien sur les écrans, « il faut avoir eu l'occasion de tisser un maillage social, ce qui n'est pas le cas pour les premières années. »

On en vient alors parfois au sujet tabou : le suicide des étudiants. « Lorsqu'on a des idées suicidaires, il est très important de pouvoir en parler, de demander de l'aide. Et de ne pas avoir honte si on ne va pas bien, se dire que c'est OK de s'orienter vers un professionnel. »

K.C.

Apsytude : 06 27 86 91 83 ou apsyttude@gmail.com  
RETROUVEZ LE SON SUR [ledauphine.com](http://ledauphine.com)

## TRAVAUX/CIRCULATION



Des fermetures nocturnes sont à prévoir à partir de ce lundi 15 mars sur le chantier de l'A480/Rondeau. Photo Le DL/J.-B.V.

### AGGLO GRENOBLOISE A480/Rondeau : les fermetures nocturnes à partir de ce lundi

À partir de ce lundi 15 mars, la pose des dalles du viaduc de l'Isère se poursuit. Des travaux d'assainissement vont être réalisés sur la rive droite de l'Isère, au niveau du viaduc. Après une période consacrée aux travaux préparatoires et aux études d'exécution, la première phase des travaux d'aménagement du Rondéau, qui devait démarrer mi-mars, est finalement reportée au 12 avril prochain.

Par ailleurs, l'A480 sera fermée les nuits du lundi 15 au jeudi 18 mars 2021 inclus :

- En direction de Sisteron, entre le diffuseur de Saint-Égrève (n° 14) et le diffuseur de Catane (n° 3) de 20 h 30 à 6 h.

- En direction de Lyon, entre le diffuseur du Rondéau (n° 5) et la bifurcation A48/A480/N481 de 21 h à 6 h.

- En direction de Grenoble, la N481 sera fermée entre la bifurcation A48/A480/N481 et le diffuseur d'Oxford (n° 16) de 20 h 30 à 6 h.

Les bretelles d'entrée sont fermées une heure avant la section courante.

Les nuits du lundi 15 au jeudi 18 mars, de 22 h à 5 h, la D531 sera également fermée dans les deux sens de circulation entre le carrefour rue de l'Argentière/rue de la Sûre et le giratoire de sortie en direction de Lyon du diffuseur des Martyrs (n° 1). Afin de garantir la sécurité des usagers pendant les travaux, la piste cyclable passant sous le viaduc sera fermée du lundi 15 mars à 20 h au mardi 16 mars à 17 h et du mercredi 17 mars à 20 h au jeudi 18 mars à 17 h.

## SUR LE NET



Archives photo Le DL

### Votez pour choisir le sujet de notre prochaine enquête

Vous avez jusqu'au 20 mars, 20 heures, pour vous prononcer parmi les quatre propositions suivantes. Le dossier sera publié d'ici le 1<sup>er</sup> avril prochain.

► La cantine scolaire, combien ça coûte réellement ?

► Immobilier : les jeunes

peuvent-ils toujours espérer devenir propriétaires ?

► Quelle est l'évolution de l'enneigement ces 30 dernières années dans la région ?

► Confinement, cours à distance : comment aider les élèves à ne pas décrocher ou à rattraper leur retard ?

Rendez-vous sur notre site [www.ledauphine.com/isere](http://www.ledauphine.com/isere) pour voter.

## TRANSPORT AÉRIEN

### AÉROPORT DE LYON SAINT-EXUPÉRY

#### Volotea ouvre une nouvelle ligne vers Sétif (Algérie)

La compagnie aérienne espagnole Volotea, qui inaugure une liaison avec Nantes le mois prochain, ouvre une nouvelle ligne vers l'Algérie au départ de l'aéroport Lyon-Saint-Exupéry.

À partir du 17 septembre 2021, il sera donc possible de rejoindre Sétif depuis Lyon, et ce trois fois par semaine. Les billets sont déjà disponibles. Volotea propose 26 destinations au départ de Lyon dont dix exclusives : en Italie, en Espagne, en Croatie, en Grèce, en République Tchèque, au Portugal et donc bientôt en Algérie (Sétif).

