

Le dossier – Psychiatrie de l'enfant

Éditorial

Des adolescents-cigales ?



A.-C. PERNOT-MASSON
Pédopsychiatre, PARIS.

Dans tous les pays occidentaux, on constate une importante augmentation des troubles psychiatriques chez les jeunes, depuis 2020 : quelles peuvent en être la ou les causes ?

>>> En tout cas, il ne s'agit pas de l'augmentation de l'offre pédopsychiatrique, contrairement aux hypothèses des gouvernements successifs en France, qui estimaient pouvoir réduire les dépenses d'assurance maladie en réduisant le nombre des médecins : le nombre de pédopsychiatres en France reste dramatiquement insuffisant, que ce soit à l'hôpital, en institution ou en libéral, malgré les alertes successives aux pouvoirs publics.

>>> Serait-ce l'augmentation du repérage, du diagnostic ? À la marge seulement ! Bien sûr, les outils diagnostiques anglosaxons (DSM-5) et internationaux (CIM-11) tentent depuis 40 ans de mettre de l'ordre dans les symptômes psychiatriques : je dis bien symptômes et non maladies ! Même les médecins rédacteurs des DSM successifs l'écrivent dans leurs introductions (rarement lues, ni citées) : *"Il n'y a pas de preuves du fait que chaque catégorie de troubles mentaux soit une entité autonome avec des frontières absolues la séparant d'autres catégories de troubles ou même d'une absence de troubles mentaux."* (DSM-4). Un exemple est celui du TDAH, estimé de plus en plus fréquent, un des éléments en cause en étant l'évolution de sa définition, restrictive dans le DSM-3 en 1980, beaucoup plus large dans le DSM-5.

Pour nous, cliniciens, l'augmentation de la souffrance des enfants, des adolescents et des jeunes adultes est donc indéniable, en fréquence et en intensité, depuis 4 ou 5 ans.

>>> La première hypothèse a été d'accuser le COVID-19 et les confinements de 2020-2021. Certes, ils ont imposé aux jeunes une déprivation sociale à un moment clé de leur développement psychique. Certes, ils ont pu entraîner une augmentation des maltraitances dans les huis-clos familiaux. Mais les conséquences nationales, sociales, familiales et individuelles devraient s'estomper depuis l'été 2021, où les progrès de la prise en charge des cas graves en réanimation, la généralisation de la vaccination ont fait reculer la mortalité et nous ont soulagés de ces angoisses de mort.

>>> Parmi les autres causes externes, lui ont succédé la prise de conscience du dérèglement climatique, les guerres en Ukraine, en Israël, la persistance des menaces terroristes. Les enfants paraissent en être relativement protégés par leurs parents, contrairement aux adolescents et aux jeunes adultes.

>>> En effet, un facteur important est celui des réseaux sociaux et de leurs algorithmes. Chaque fois que nous lisons, "cliquons" ou "likons" un texte ou une vidéo, le réseau qui le porte (TikTok ou Instagram pour les jeunes, Facebook pour les moins jeunes...) nous en re-présente sur le même thème sans relâche, avec le même axe

Le dossier – Psychiatrie de l'enfant

d'interprétation. Ces algorithmes enferment dans une lecture unique et réductrice des événements du monde, sans aucune discussion contradictoire. Les jeunes en sont les premières proies, pensant trouver une information, ils se laissent prendre à ces mécanismes qui ne cherchent qu'à les maintenir captifs pour des raisons mercantiles. Eco anxieux ou éco septiques, pro Israéliens ou pro Palestiniens, accusant les émigrés ou les dédouanant de tout, etc. L'abrasion de toute complexité laisse les jeunes – et certains moins jeunes – seuls devant des "forces du mal" qui les submergent.

>>> Évoquons le contexte de la Seconde Guerre mondiale : comment les jeunes gens des années 40 ont-ils supporté, encaissé ces événements dramatiques, tous potentiellement traumatisants, et ont-ils pu reprendre une vie "normale" quand la paix est revenue ? Sur quoi se sont-ils appuyés ? La réponse d'une vieille dame, née en 1927, est laconique : "On ne se posait pas de questions, c'était comme ça, il fallait avancer, c'est tout !".

>>> Les jeunes d'aujourd'hui, qu'ont-ils de plus, ou de moins ? Pour ma part, je rapprocherais les difficultés actuelles des jeunes d'un phénomène apparu il y a plus de 20 ans... C'est en 2000 que j'ai commencé à recevoir de nombreux enfants restés dans la toute-puissance des bébés. J'ai d'abord cru à un biais lié à mon recrutement de patients, avant de constater que les revues scientifiques de pédopsychiatrie publiaient de plus en plus d'articles sur cette question, et amorçaient quelques pistes de réponse : la prise en charge de ces enfants, pas vraiment "malades" et pas du tout demandeurs, repose sur la guidance parentale. Depuis la fin du siècle dernier, en effet, l'accent est mis, dans les familles, et dans la société en général, sur l'épanouissement individuel, les droits de ces enfants précieux, tant désirés voire fétichisés : ne serions-nous pas tombés d'un excès (imposer aux enfants une absolue soumission aux

adultes, et aux règles familiales, scolaires, sociales, à leurs dépens) dans un autre excès inverse ? Il est vrai que l'accès à "internet illimité" et aux réseaux sociaux a encore amplifié cette tendance à estimer que tout et tout le monde sont à notre disposition, tout le temps.

Mon hypothèse est que la plupart de ces jeunes en souffrance aujourd'hui étaient ces bébés des années 2000, qui ont gardé la structure psychique narcissique des bébés, où tout leur est dû, tout de suite, toute frustration est un scandale, qui peut déclencher une rage parfois meurtrière.

Prenons l'exemple de Hugo, 15 ans, déscolarisé depuis 1 an pour "phobie scolaire", à la suite de "harcèlement scolaire". Lors de nos téléconsultations (il a aussi la phobie du métro pour se rendre à nos séances) il m'explique qu'il a été moqué pour sa coiffure et ses vêtements soigneusement apprêtés, et qu'il n'était plus le plus "populaire" de sa classe, supplanté depuis peu par un autre garçon : il pense que c'est définitif, irrattrapable, sa colère lui a d'abord fait monter un plan pour tabasser son rival plus heureux, mais la peur l'en a dissuadé à temps, il a recouru à la fuite plutôt qu'au combat. Sur le même modèle, il avait pu fondre en larmes devant une note qu'il estimait mauvaise au collège. Cependant, depuis 2 ans déjà, ce bon élève passait plus de temps sur les réseaux sociaux, à tenter de devenir "influenceur" de chaussures de marques, très sensible au nombre de "vu" et de "like" qu'il pouvait gagner. Il garde des phobies de tout-petit : phobie des insectes, des prises de sang, d'une IRM de la cheville.

À la maison, il se montre tyrannique, harcelant sa mère pour qu'elle lave et sèche en urgence le seul T-shirt qu'il estime assorti au pantalon du jour, harcelant son père pour obtenir l'autorisation, l'organisation et le budget pour aller à 500 km de chez lui, assister à un concert

de son groupe musical favori, usant régulièrement d'une évocation d'idées suicidaires, avec tout le risque, bien réel chez un adolescent, de passage à l'acte. Ses parents l'estiment "fragile" : ils sont séparés et, très culpabilisés, cèdent à toutes ses demandes, tentant de "réparer" la souffrance qu'ils lui avaient, certes, infligée 5 ans auparavant, une dette pour l'éternité, totalement décorrélée des années qui passent, et de ses potentialités évolutives. Ce faisant, ils ont entravé sa maturation psychique, empêchant tout entraînement à une meilleure régulation émotionnelle, et le maintenant dans l'immaturité psychique d'un enfant de 5 ans. Notre travail patient, auquel il a peu à peu adhéré, a permis qu'il se replonge dans les apprentissages à distance, entièrement soutenu par sa mère enseignante, ce qui lui évite toute confrontation avec ses pairs, puis qu'il retourne au lycée, mais uniquement au foot, en latin (où il n'est pas inscrit, mais il a un "crush" pour une jeune latiniste !) et à la cantine (pour voir les copains) : pour toute la scolarité *stricto sensu*, il se dit "pas motivé", et repousse sa reprise à la rentrée prochaine. Adeptes des jeux vidéos en ligne, Hugo pense que GOAT ("*Greatest Of All Time*") est la seule position vivable pour lui, sans délai possible. Nous essayons qu'il découvre qu'entre GOAT et "WOAT" ("Le pire de tous les temps"), il pourrait explorer au fil du temps toute une palette de gris pour donner du sens à son existence.

Comme la cigale, on les a laissés "chanter" toute leur enfance, leur fragilité les a trouvés "fort dépourvus, quand la bise (de l'adolescence) fut venue" : notre rôle, en tant que pédopsychiatres, pédiatres, médecins, adultes en général, n'est pas de les laisser seuls, "danser maintenant" dans une souffrance qui leur semble insurmontable, et la rage qui en est conséquente, mais de les accompagner dans une croissance psychique et une maturation de leur régulation émotionnelle qui leur permettent d'affronter les frustrations et les incertitudes de la vie.