



FICHES DE PSYCHO

Les jeunes et la Covid-19

10 fiches pour comprendre

*Prévention, soin, famille, vie sociale,
enseignement à distance, précarité, stress...*

Jean-Pascal Assailly

• EDITIONS IN PRESS •

Les jeunes et la Covid-19

ÉDITIONS IN PRESS

74, boulevard de l'Hôpital – 75013 Paris

Tél. : 09 70 77 11 48

www.inpress.fr

Collection dirigée par Lydia Fernandez, professeur en psychologie de la santé et du vieillissement, psychologue clinicienne, université Lyon 2, Institut de psychologie, département du PSED.

LES JEUNES ET LA COVID-19.

ISBN : 978-2-84835-734-8

© 2022 ÉDITIONS IN PRESS

Couverture : Lorraine Desgardin

Mise en pages : Mathieu Richir

Toute représentation ou reproduction, intégrale ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur, ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite (Loi du 11 mars 1957, alinéa 1^{er} de l'article 40). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code pénal.

Les jeunes et la Covid-19

Jean-Pascal Assailly



SOMMAIRE

L'auteur.....	7
Introduction.....	9
<u>Fiche 1</u>	
Des modèles théoriques pour analyser les modifications des comportements.....	15
<u>Fiche 2</u>	
Les « gestes barrières » et la vaccination	23
<u>Fiche 3</u>	
La scolarité.....	31
<u>Fiche 4</u>	
Les styles éducatifs parentaux	41
<u>Fiche 5</u>	
La santé physique.....	61
<u>Fiche 6</u>	
La santé mentale des jeunes en population générale.....	79
<u>Fiche 7</u>	
La santé mentale des jeunes en situation de vulnérabilité	101

Fiche 8

Les usages de produits et le virtuel 115

Fiche 9

Les effets de certains types d'interventions..... 125

Fiche 10

Conclusion 133

Quiz général sur l'ensemble de l'ouvrage 145

Bibliographie 147

L'AUTEUR

JEAN-PASCAL ASSAILLY est psychologue, docteur en psychologie du développement, chargé de recherches, Université Gustave-Eiffel.

DU MÊME AUTEUR

Jeunes en danger. Les familles face aux conduites à risques, Imago, 2007.

La psychologie du risque. Lavoisier, Collection Sciences du Risque et de la Décision, Septembre 2010.

The psychology of risk, Nova Science, New York, 2011.

Directeur de l'ouvrage : *The psychology of risk-taking*, Nova Science, New York, 2012.

La mortalité des jeunes, Codes Rousseau, 2016.

Homo automobilis, humanité routière, Imago, 2018.

La psychologie de l'enfant. Volume 1 : Les évolutions des connaissances et modèles théoriques, ISTE/Wiley, Londres, 2021.

INTRODUCTION

La Covid-19 (*Coronavirus Disease 2019*) est une maladie infectieuse très contagieuse, qui est causée par le Sars-Cov-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*). Afin d'éviter de surcharger les services hospitaliers, de nombreux gouvernements ont décidé de confiner leur population chez elle, limitant ainsi la propagation du virus. Ce type de confinement est totalement nouveau, car contrairement aux quarantaines précédentes, il s'agissait de confiner l'ensemble de la population, qu'elle soit malade, à risque ou saine.

Dans notre pays, un confinement à domicile a été mis en place pendant près de deux mois (du 17 mars au 11 mai 2020). Au printemps 2021, une reprise de l'épidémie en France et en Europe a conduit les gouvernements à de nouvelles mesures de confinement, plus légères que celles du premier confinement, mais globalement, la vie des familles a été sous contraintes depuis le début de la pandémie.

La pandémie a perturbé très fortement la vie quotidienne des individus de tous âges. En dehors des effets néfastes sur la santé directement liés au virus, le monde a subi des effets secondaires dévastateurs, notamment une augmentation du taux de chômage, parfois une perturbation des chaînes d'approvisionnement alimentaire et une transformation de la communication en personne en communication virtuelle. Nous ne sommes qu'au début de l'observation des conséquences psychologiques à long terme pour notre population. S'il ne fait aucun doute que la pandémie a touché tous les secteurs de la société, on s'inquiète de plus en

plus des effets plus persistants et permanents qu'elle pourrait avoir sur les jeunes. La situation des jeunes s'est en effet dégradée : bloqués dans leurs études, pour les petits boulots, pour l'accès à la vaccination, pour la convivialité, pour l'accès aux résidences secondaires spacieuses lors des confinements, etc.

Les confinements ont complètement bouleversé le système social au sens large (professionnel, familial, amical, etc.) de chacun. L'effet de ce type de confinement d'une population à domicile à l'échelle d'un pays n'avait jamais été évalué auparavant et une série d'études ont été menées depuis la mise en place de ces mesures dans différents pays (Chartier, 2020).

Les enfants représentent 2,2 milliards d'habitants dans le monde, soit **28 % de la population mondiale**. L'impact du Covid sur cette population est donc un phénomène de masse, planétaire. Si la majorité des études sur les conséquences psychologiques de la pandémie ont porté sur des adultes, une littérature non négligeable existe dorénavant sur les jeunes, et cet ouvrage vise à faire le point sur cet état des connaissances.

Face à une situation de crise, d'anxiété et de stress, les enfants sont essentiellement dépendants des adultes référents (parents, tuteurs, enseignants, etc.) pour déterminer leurs réponses émotionnelles et comportementales (Gindt, 2021) : lorsque les « figures référentes » arrivent à sécuriser l'enfant et à lui expliquer la situation, ce dernier présente un meilleur niveau de bien-être psychologique. À l'inverse, avoir un parent anxieux ou déprimé lors d'une épidémie augmente le stress ressenti par l'enfant : ainsi, pendant l'épidémie, 41 % des enfants ont pris du poids, 34 % ont présenté une augmentation du temps de sommeil et 69 % une augmentation de l'utilisation d'internet (Gindt, 2021).

Dans les études préliminaires menées pendant la pandémie, il a été constaté que les enfants plus jeunes (3-6 ans) étaient plus susceptibles de manifester des besoins de contacts corporels et des craintes que les membres de leur famille soient infectés que les enfants plus âgés (6-18 ans). En revanche, les enfants plus âgés étaient plus susceptibles de faire preuve d'inattention et se renseignaient constamment sur la pandémie. Cependant, des conditions psychologiques sévères d'irritabilité accrue, d'inattention et de besoins de contacts corporels ont été observées pour tous les enfants, quel que soit leur groupe d'âge (Singh, 2020). Sur la base des questionnaires remplis par les parents, les résultats révèlent que de nombreux enfants se sont sentis craintifs et isolés et ont souffert de troubles du sommeil, de cauchemars, de manque d'appétit, d'agitation, d'inattention et d'anxiété liée à la séparation.

En ce qui concerne les adolescents et les jeunes adultes, les fermetures d'écoles et d'universités ont eu un impact négatif sur plus de 91 % de la population étudiante mondiale. Le confinement des adolescents a été associé à l'incertitude et à l'anxiété qui sont attribuables à la perturbation de leur éducation, de leurs activités physiques et de leurs possibilités de socialisation. L'absence de cadre scolaire structuré pendant une longue période a entraîné de la routine, de l'ennui et un manque d'idées novatrices pour s'engager dans diverses activités scolaires et extrascolaires.

La littérature antérieure sur les quarantaines

Il existait en fait déjà une littérature sur les quarantaines, car il y en a eu de multiples dans l'histoire ; par exemple, l'équipe de Samantha Brooks du King's College, à Londres, a proposé

une méta-analyse de 24 études scientifiques, réalisées dans 11 pays depuis 2003, suite aux épidémies de SRAS, MERS, grippe H1N1 et Ebola, pour identifier les conséquences psychologiques des quarantaines, les facteurs aggravants, ainsi que les conseils à prodiguer. Les symptômes de stress post-traumatique, anxiété, dépression, irritabilité, confusion, peur, colère, abus de médicaments ou de drogues, insomnie ou encore stigmatisation ont été les dommages les plus fréquemment observés lors des confinements (Brooks, 2020).

Brooks (2020) a souligné que la durée de la quarantaine, la peur de l'infection, la frustration et l'ennui étaient des facteurs de stress dont les effets s'apparentent aux troubles du choc émotionnel. De plus, elle a souligné que le manque d'informations de la part des autorités était une source d'anxiété pour les participants ; les femmes ressentaient une détresse psychologique plus importante que les hommes, les personnes âgées de 18 à 30 ans et de plus de 60 ans présentaient également un score plus élevé, et les personnes ayant un niveau d'éducation supérieur avaient tendance à ressentir davantage de détresse.

Il s'agit en effet d'être prudent quant aux risques d'effets psychiques immédiats et prolongés de la quarantaine avec identification de facteurs prédictifs négatifs et de facteurs protecteurs ; en effet, cette méta-analyse s'est intéressée à des sujets en situation de quarantaine ou d'isolement infectieux, situation bien différente du confinement généralisé de la Covid-19. En effet, la quarantaine consiste à séparer une personne potentiellement infectée du reste de sa communauté (que ce soit à son domicile ou dans un lieu dédié de quarantaine). L'isolement, quant à lui, consiste à mettre de côté un sujet de la communauté après avoir été diagnostiqué positif pour la maladie.

Ainsi, la multiplicité des termes utilisés parfois de façon interchangeable recouvre des situations bien différentes avec des répercussions psychiques non généralisables à l'ensemble. L'impact des situations de quarantaine est en effet aisément imaginable pour des individus potentiellement malades, marqué par une anxiété importante à l'idée de développer les symptômes de la maladie, pour eux-mêmes et pour leur groupe familial. On comprend par ailleurs aisément le poids des facteurs de stigmatisation inhérents aux situations de quarantaine qui apparaissent inadaptées à celle du confinement qui s'impose à tous, sans discrimination. Certaines études portent quant à elles sur des individus placés en quarantaine dans un lieu dédié ou sur leur lieu de travail, séparés de leur famille, situation bien différente de celle où l'on se trouve à domicile.

Aussi, la méthodologie utilisée dans ces études permet certes d'apprécier le statut de santé mentale de la population étudiée, cependant elle ne permet pas de conclure quant aux causes de la symptomatologie et en particulier de savoir si la symptomatologie est secondaire à l'épidémie en elle-même (ou à d'autres aspects de la crise) ou la conséquence propre du confinement. Par ailleurs, la plupart des études portent sur des effectifs de petite taille, certaines s'intéressent à des populations qui présentent des risques spécifiques. La majorité de ces études est notamment réalisée auprès de professionnels de santé. De ce fait, leurs résultats ne sont pas généralisables à l'ensemble de la population.

En effet, le stress post-traumatique implique généralement de revivre des événements sensoriels particuliers tels que le bruit d'une bombe, la sensation de la main d'un agresseur sur soi, l'odeur du sang, etc. Or, pendant les confinements, la plupart des personnes se sont retrouvées dans un environnement fermé qui leur était familier, avec peu d'éléments sensoriels violents apparents. Elles se sentaient protégées des menaces extérieures

grâce à leur isolement, à condition bien sûr qu'elles ne soient pas victimes de maltraitance ou de violence domestique au sein de leur foyer (Chartier, 2020).

Par conséquent, Brooks (2020) pensait que l'on devait s'attendre à observer peu de stress post-traumatique lié à ces confinements. En effet, certaines études ont conclu que certains individus n'ont pas du tout souffert lors du confinement, et que la plupart des personnes ont même fait preuve de comportements pro-sociaux et altruistes (Chartier, 2020). Nous présenterons dans un chapitre de cet ouvrage les données à propos des jeunes sur ce thème.



La situation sanitaire inédite et les confinements successifs qu'a connus la population interrogent dans bien des domaines. L'équilibre psychologique des jeunes, lié à leur vie sociale, leur scolarité, leur santé physique et mentale, leur famille, est ici développé aux travers de thèmes spécifiques à la pandémie de Covid-19.

L'auteur propose une mise au point sur les modèles théoriques et les dispositifs expérimentaux en vigueur pour analyser les modifications des comportements des jeunes par rapport à une situation normale, notamment l'impact des « gestes barrières » et des confinements.

Il étudie également les effets de la pandémie sur la scolarité, les styles éducatifs parentaux, les relations sociales et amicales, la santé physique, la santé mentale, la prise de risque et le virtuel et les effets des interventions. Cet ouvrage fait le point sur les conséquences psychologiques de la pandémie de Covid-19 sur les enfants, les adolescents et les jeunes adultes.

L'auteur :

Jean-Pascal Assailly est chercheur en psychologie du développement à l'Université Gustave Eiffel. Il est expert pour le Conseil National de Sécurité routière. Il a publié une dizaine d'ouvrages sur les prises de risques et les addictions.

Collection dirigée par Lydia Fernandez.



9 782848 357348

ISBN : 978-2-84835-734-8

11 € TTC – France

www.inpress.fr