**Prendre soin de nos enfants au décours du confinement**

Dans le but d’éviter une catastrophe sanitaire notre pays a décidé d’adopter des mesures d’isolement social sans précédent. Pour beaucoup d’entre nous, cette période a été vécue comme un stress intense et prolongé avec de possibles répercussion psychologiques à court, moyen et long terme, la littérature scientifique est très claire à ce sujet.

Qu’en est-il des répercussions à attendre sur la santé de nos enfants ?

Dans leur immense majorité ils ont été épargnés par les conséquences directes de l’épidémie, quel soulagement. Mais qu’elles vont être les répercussions de ce long confinement sur l’équilibre psychique de nos jeunes ? Si les études épidémiologiques ne nous permettent pas encore de répondre à cette question, les premiers retours des cliniciens, psychologues ou psychiatres, nous permettent d’envisager l’avenir.

Pour beaucoup d’enfants et d’adolescents, cette situation inédite n’a pas eu de conséquence dramatique, elle a même parfois eu, paradoxalement, des conséquences positives. Nos jeunes ont eu l’occasion de découvrir leurs parents sous un nouveau jour, de passer de longs moments avec eux, de partager des temps de loisir ou d’échanges. Ils ont également réalisé que l’on peut apprendre sans aller nécessairement à l’école, il est même possible d’apprendre seul, ce qui ouvre des perspectives passionnantes. Pour eux, le changement n’est pas nécessairement un stress comme il l’est souvent pour nous, ce changement peut au contraire être parfois perçu avec curiosité, voire fascination. Pour ces jeunes résilients, ce moment hors norme les aura aidés à se construire.

Mais tous les enfants et adolescents ne vont pas avoir cette chance. Certains auront été privés de ressources alimentaires, culturelles ou affectives. Certains auront été témoins de violence au sein de leur famille, d’autres auront été directement victime de cette même violence. Ils auront vécu des moments d’abandon, voyant leurs parents perdre eux même leurs moyens. Pour ces enfants en situation difficile, l’école est un endroit apaisant. Ne plus être protégé par ce cadre structurant va les déstabiliser, souvent en profondeur. Certains étaient déjà en souffrance, souffrance parfois connue et prise en charge mais, parfois, souffrance ignorée des parents et de l’entourage. Ce brusque changement dans leur existence est alors un moment à haut risque d’une rupture de leur trajectoire de vie voire d'une authentique décompensation psychiatrique. Enfin, le déconfinement est susceptible de faire émerger une anxiété de séparation qui va parfois rendre difficile le retour en milieu scolaire.

Si l’on ne doit pas dramatiser en soi cette période de confinement sur la santé mentale de nos jeunes, nous devons à l’évidence anticiper que la demande de soin psychiatrique pour les enfants et les adolescents augmente sensiblement dans les mois qui viennent. Il faut absolument nous y préparer sans quoi nous seront confrontés à une autre forme d’impasse sanitaire.

Le problème est que la situation de notre système de soin pédopsychiatrique est actuellement particulièrement critique. Une statistique résume assez bien cela : en France, l’effectif des pédopsychiatres a été divisé par 2 en 10 ans.

Nous avons donc la responsabilité de nous réunir tous, syndicats, sociétés savantes, autorités de santé, pour penser le renouveau de la pédopsychiatrie française. Nous devons penser une pédopsychiatrie au plus près des situations rencontrées par nos patients, où les trajectoires de vie au sein des familles et de la société doivent être prises en considération au même titre que les données les plus pertinentes issues des neurosciences. L’occasion est unique, il ne faut pas la laisser passer.