

Les très jeunes filles souffrent davantage de dépression

SANTÉ MENTALE
Inégalités, crises diverses, troubles non diagnostiqués: la souffrance des filles de moins de 14 ans a de multiples causes. Révélée par la pandémie avec une explosion des tentatives de suicide, elle est en augmentation depuis une dizaine d'années.

MARIE PARVEX
marie.parvex@lematindimanche.ch

Layla* avait 10 ans quand, après le confinement, l'école a repris. Malheureusement, elle est restée pétrifiée par l'angoisse, les maux de tête et les vomissements. Et n'a pas pu retourner dans sa classe.

Comme elle, de nombreuses jeunes filles de moins de 14 ans vivent des troubles anxieux, des états dépressifs ou des tendances suicidaires. Les hospitalisations de filles entre 10 et 14 ans ont augmenté de 1327 cas en 2018 à 2015 en 2021, selon une étude publiée par l'Office fédéral de la statistique (OFS). Ce mouvement est beaucoup plus marqué que chez les garçons du même âge. Si elle s'est accentuée avec la pandémie, cette tendance existe, selon tous les spécialistes que nous avons consultés, depuis environ une décennie et s'observe dans tous les pays occidentaux.

Boris Guignat est chef de la pédopsychiatrie à l'Hôpital du Valais. Il observe d'importants changements dans les pathologies des enfants ces dix dernières années. «Il y a beaucoup plus de jeunes qui ont des angoisses relationnelles très tôt avec des difficultés dans la confrontation au groupe. Cela conduit parfois à des dépressions ou à des idées suicidaires et implique aussi une augmentation des phobies scolaires.»

Mais qu'est-ce qui, dans nos sociétés, angoisse les très jeunes filles, les déprime

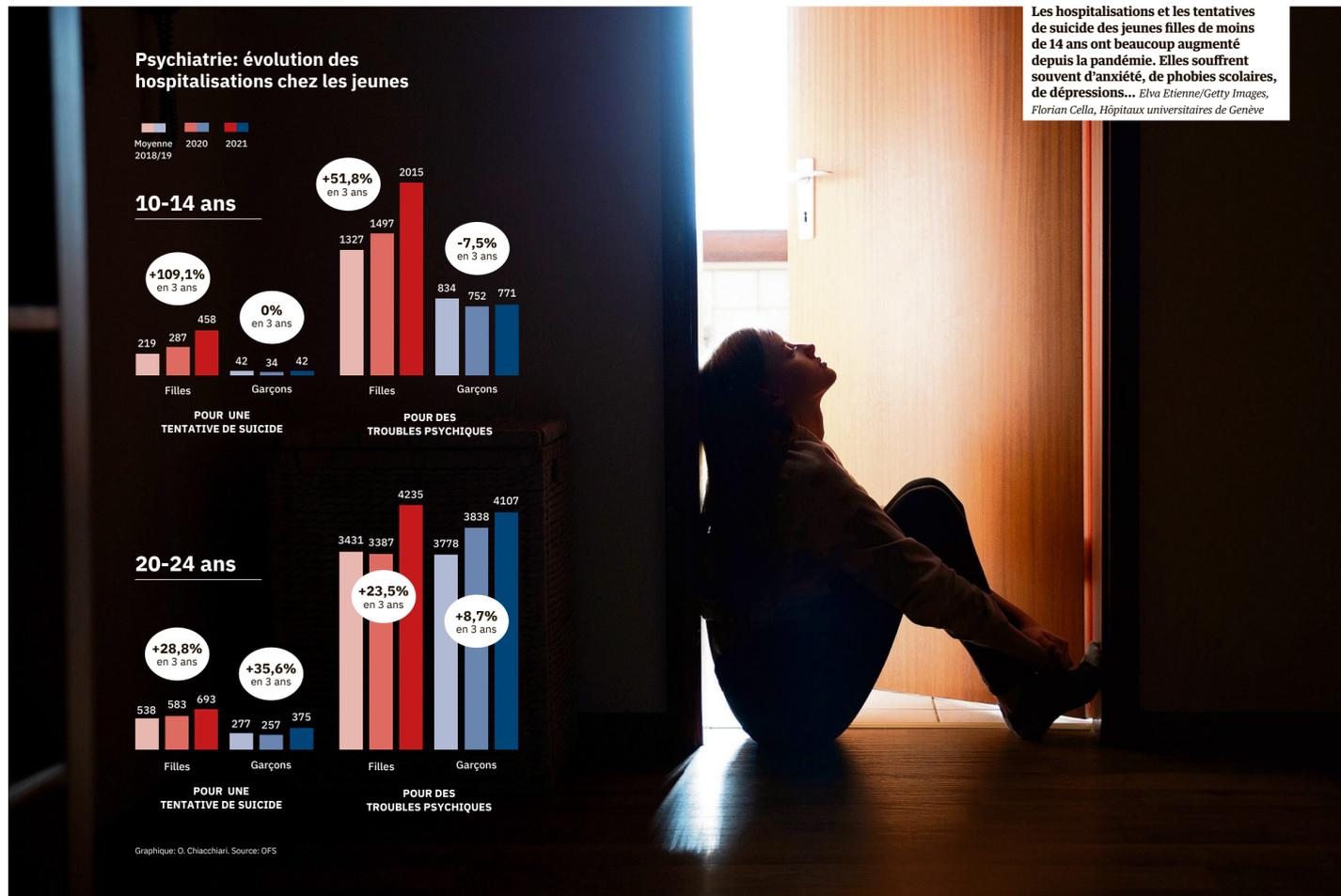
et leur donne envie de mourir? «En fait, on ne sait pas avec certitude. On ne peut que faire des hypothèses parce que l'on manque de recul et d'études suffisantes», souligne Rémy Barbe, responsable de l'unité psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent au sein des Hôpitaux universitaires de Genève (HUG). «Il faut aussi être très prudent dans l'interprétation des chiffres: y a-t-il réellement une si forte augmentation du mal-être des jeunes ou est-ce plutôt un meilleur accès de ces derniers aux soins? La très importante campagne médiatique sur ces sujets rend sans doute les adultes plus attentifs et diminue la stigmatisation des troubles», nuance-t-il.

Troubles non diagnostiqués
Layla est donc restée paralysée d'angoisse au moment de reprendre l'école. Mais ses problèmes ne datent pas de ce moment-là. Diagnostiquée haut potentiel alors qu'elle avait 4 ans, elle se voit proposer par son école d'avancer d'une classe. Ce

«Les jeunes avec un trouble autistique non diagnostiqué représentent une partie de ceux qui développent une phobie scolaire.»

Boris Guignat, chef de la pédopsychiatrie à l'Hôpital du Valais

qu'elle fait sans aucun problème. «Mais j'étais mise de côté par les autres, qui me considéraient comme une petite. J'ai toujours eu beaucoup de difficultés à avoir des conversations normales avec eux», raconte-t-elle. Tant qu'elle va à l'école tous les jours, elle s'entraîne à affronter ses problèmes relationnels et son ennui scolaire. «J'ai essayé d'en parler aux adultes, notamment à ma psychologue qui me suivait



Les hospitalisations et les tentatives de suicide des jeunes filles de moins de 14 ans ont beaucoup augmenté depuis la pandémie. Elles souffrent souvent d'anxiété, de phobies scolaires, de dépressions... Elva Etienne/Getty Images, Florian Cella, Hôpitaux universitaires de Genève

depuis des années, mais je crois qu'ils n'ont pas compris ou pas écouté. Et puis soudain, pendant le confinement, on m'a isolée de ce qui, pour moi, est un virus, avant de me replonger en pleine maladie quand je n'étais plus immunisée», décrit-elle.

Marie avait aussi des difficultés discrètes dans ses relations sociales et quelques problèmes de harcèlement scolaire. Ses angoisses ont augmenté progressivement avec la pandémie, l'empêchant de se rendre à l'école et allant jusqu'à des idées suicidaires. Elle avait 10 ans. Son histoire nous est racontée par les mots de son médecin, dont les investigations ont permis d'établir que Marie souffrait d'un trouble autistique non diagnostiqué jusque-là.

«Pendant la pandémie, ceux qui ont des phobies sociales allaient beaucoup mieux», relève Boris Guignat. «Mais au moment où il a fallu retourner à l'école, pour beaucoup, ça s'est compliqué. Les jeunes avec un trouble autistique non diagnostiqué représentent une partie de ceux qui, suite à des problèmes de mobbing, développent une phobie scolaire», estime-t-il. Une hypothèse corroborée par plusieurs de ses confrères.

Le stress des adultes pèse sur les enfants
Layla n'en parle pas spontanément. Mais si on l'interroge sur la manière dont sa famille a vécu le confinement, elle confie que ses parents étaient plus stressés. «Ils étaient très irritables, on ne pouvait jamais discuter sans se fâcher. Je suis très en colère en y repensant. J'étais un peu leur balle antistress, celle sur qui ils se défoulaient. Je me suis sentie seule et triste. Aujourd'hui encore, je ne sais pas très bien pourquoi ils étaient comme ça.»

Pour Manuel Tettamanti, chercheur et psychologue au sein de l'Unité de psychiatrie du jeune adulte des HUG, quand on parle d'enfants entre 10 et 14 ans, on doit aussi comprendre ce qui se passe dans la famille. «C'est une ressource centrale pour les jeunes», explique-t-il. L'une des hypothèses, pour expliquer que les jeunes filles sont beaucoup plus touchées par l'augmentation des angoisses et des dépressions, est de considérer qu'elles sont plus sensibles au climat relationnel. Si les parents sont



«Les stéréotypes féminins auxquels les jeunes filles sont exposées sont encore largement connotés négativement.»

Kerstin von Plessen, professeure et cheffe du Service universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent au CHUV



«On ne peut que faire des hypothèses parce que l'on manque de recul et d'études suffisantes.»

Rémy Barbe, responsable de l'unité psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent au sein des Hôpitaux universitaires de Genève (HUG)

climatique, la pandémie et la guerre et interrogent l'exemple que donnent les adultes dans la gestion de leur propre anxiété.

Kerstin von Plessen souligne qu'«au Danemark, une étude récente révèle que trois filles sur cinq ne souhaitent pas avoir d'enfants en raison de leurs inquiétudes pour le futur. Cela pose la question de savoir si les filles sont plus sensibles aux crises sociales.» Comme aux crises familiales.

Les inégalités de genre
Pour Manuel Tettamanti, elles seraient aussi plus exposées à la violence en raison notamment des inégalités de genre. Cette exposition pourrait expliquer la différence d'incidence des troubles dépressifs entre les filles et les garçons. «Le parcours de vie des jeunes filles comporte une grande exposition aux violences et aux abus.» «Ces

Publicité

Protégeons ce qui compte

OUI
Loi climat 18 juin

S'informer et s'engager maintenant
oui-loi-climat.ch

Association pour la protection du climat et du paysage 18003 Zurich

Le nombre de tentatives de suicide a presque doublé en trois ans

Le nombre d'hospitalisations suite à des tentatives de suicide a explosé chez les filles de moins de 14 ans. Mais le nombre de suicides est, lui, resté stable. «Les idées suicidaires sont la raison principale des hospitalisations chez les moins de 14 ans», confirme Kerstin von Plessen. Elles sont la suite logique des angoisses et des dépressions. «Cela nous questionne beaucoup. Les chiffres d'autres pays montrent que 20% des enfants commettent des auto-agressions ou ont des idées suicidaires. C'est nouveau pour les jeunes de cet âge-là», dit-elle.

Mais comment des enfants si jeunes peuvent-ils avoir l'idée de se suicider? «Ils sont exposés à ces concepts à travers les médias, les réseaux sociaux - même à cet âge - ainsi que lors des échanges avec les pairs», dit Kerstin von Plessen. «La question du suicide est de moins en moins taboue, mais du coup est aussi beaucoup plus présente dans la société,

abonde Rémy Barbe, l'un des spécialistes de ces questions aux HUG. C'est un peu comme l'exposition à la pornographie ou aux contenus violents, ce n'est pas toujours régulé.»

Pour les spécialistes, les enfants très jeunes agissent surtout sous le coup d'une impulsion, pour mettre fin à une souffrance ou un conflit qui leur est trop insupportable. «Je connais le cas d'une enfant qui se promène dans un immeuble et a soudainement l'impulsion de se jeter en bas, poursuit Kerstin von Plessen. Elle est rattrapée de justesse par sa mère.» «Ces idées devaient être là depuis longtemps mais elle n'a pas réussi à les développer et à les exprimer. C'était une occasion et elle a tenté de la saisir», analyse-t-elle. «La représentation de la mort arrive assez tôt, bien avant 10 ans, explique Rémy Barbe. À cet âge, il peut cependant rester quelques interrogations autour de l'irréversibilité de l'acte.»

«Différents traumas répétés peuvent conduire à la dépression ou à des troubles borderline.»

Manuel Tettamanti, chercheur et psychologue au sein de l'Unité de psychiatrie du jeune adulte des HUG

différents traumas répétés peuvent conduire à la dépression ou à des troubles borderline. Il existe des études assez frappantes aux USA dans lesquelles on voit que les États qui connaissent moins d'inégalités de genre ont aussi moins de différence d'incidence de la dépression entre les hommes et les femmes», poursuit-il.

Kerstin von Plessen souligne aussi l'exposition des jeunes filles à de nombreuses critiques explicites et implicites. «Jusqu'à la puberté, elles ont globalement une bonne estime d'elles-mêmes. Puis, il y a un changement et elles n'osent plus agir comme avant. Les stéréotypes féminins auxquels elles sont exposées sont encore largement connotés négativement.» Or, l'adolescence est un moment très particulier, pendant lequel on est très sensible à l'opinion des autres, particulièrement des pairs.

Les injonctions amplifiées par les réseaux
Aujourd'hui, ces opinions sont largement relayées et amplifiées par certains réseaux sociaux. La doctoresse Olga Sidiropoulou est cheffe de la filière de Centres de jour du Service universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent du CHUV. Elle gère quatre unités pour les enfants entre 2 et 12 ans. Pour elle, ces médias jouent un rôle important dans l'augmentation des troubles anxieux des préadolescents. «Je ne remets pas en question leur utilisation qui peut

*Nom connu de la rédaction

BESOIN D'AIDE?
En cas de difficultés, on peut appeler La Main Tendue, au 143 (ou 143.ch), Le 147 (ou 147.ch) de Pro Juventute est destiné aux enfants et aux jeunes (0-25 ans). Il est possible de contacter la ligne ados de Malatavie (022 372 42 42). Les 11-20 ans trouveront des soutiens sur le site ciao.ch. Stop Suicide fait l'inventaire sur internet des possibilités d'aide. Enfin, Pro Juventute offre une aide aux parents par téléphone (058 261 61 61) ou sur internet.