

Crise sanitaire: de la souffrance à l'opportunité – la parole aux jeunes

Qui sommes-nous, pour prétendre écrire sur ce virus? Y a-t-il encore quelque chose à en dire, après plus d'une année, qui n'eût déjà été écrit par d'autres? Pourquoi un énième article sur ce thème déjà tant discuté, disputé même?

Parce que nous, adolescent-e-s et jeunes adultes, souffrons de cette situation autant que nos grands-parents. Parce que nous souhaitons partager notre volonté de faire entendre notre voix. Et surtout, parce que nous avons beaucoup à dire, parce que nous avons envie, besoin de sortir de l'impuissance et de participer activement.

Il y a beaucoup à dire sur la souffrance.

Nous avons peur d'attraper le virus et de l'amener à la maison où nous côtoyons parfois les plus vulnérables de nos familles. Celles et ceux d'entre nous avec des maladies chroniques ont vu les soins se réduire drastiquement, pour ne garder que l'urgent. Les souffrances psychiques ont du mal à trouver les espaces où s'exprimer. Pour beaucoup, le poids s'envole, faute d'activités pour le réguler. Pour d'autres, il chute, dans une expression de souffrance, une tentative de contrôle. L'image de soi s'en retrouve d'autant plus troublée. Les appels aux lignes téléphoniques et sites internet de soutien se multiplient. Le chemin de l'école s'arpente dans l'incertitude de savoir si, le lendemain, on pourra y revenir. Les examens se révisent seul-e, sans le bruissement studieux des bibliothèques ni les pauses café pour décompresser. Derrière les recommandations de rester à la maison, les tensions s'accroissent.

La solitude s'est installée et elle dure.

Parce qu'au-delà de l'école, où sommes-nous supposés sociabiliser? Faire des rencontres, nous confronter à «l'autre», apprendre, rire, souffrir parfois... Vivre?

«Un virus se pointe et tout s'annule. Et je comprends, il y a des vies, en jeux. Mais, à quelque part, il y a la mienne, aussi. Et celles de toute une génération, votre «futur», mise entre parenthèses. Je ne suis pas en détresse respiratoire, mais je suis en détresse quand même.» (Étudiante, 23 ans).

Oui, il y a beaucoup à dire sur la souffrance. Mais une crise, ce n'est pas que cela. Et si nous essayions de la voir autrement? À la manière de l'idéogramme chinois pour le mot «crise», qui signifie à la fois «danger» et «opportunité», si nous regardions les portes que cette situation a entrouvertes?

Il aura fallu du temps, pour que l'opportunité soit décelée derrière le danger. En tant que Comité Jeunes & Santé, né au CHUV en mai 2019, nous avons été sollicités pour la première fois fin septembre 2020 autour de cette thématique. Depuis, les démarches se multiplient. Nous avons pu témoigner lors du colloque de la Fondation Brocher,¹ nous avons eu la chance, conjointement avec la Commission de Jeunes du canton de Vaud, de rencontrer Mme Cesla Amarelle au début de cette année. On nous parle d'intégrer des jeunes dans les Task Force, de capsules vidéos. Les articles de presse qui parlent de jeunes, avec des jeunes, paraissent fréquemment.

Dans d'autres pays, nous constatons aussi que certains gouvernements s'adressent aux plus jeunes de leurs citoyens, que l'on s'inquiète pour la santé mentale des étudiant-e-s.

Nous sommes conscient-e-s que vous faites de votre mieux, dans ces circonstances qui dépassent tout le monde. Malgré tout, nous aimerions vous demander de continuer à nous écouter. Il nous est plus facile de suivre des mesures qui ont été décidées conjointement plutôt que dictées arbitrairement. Il nous est plus aisé de nous confier si nous connaissons les espaces de confiance. Nous avons d'autant plus besoin de liens que les contacts se font avec distance.

Nous saisissons donc cette opportunité d'apprendre, de grandir avec la situation sanitaire plutôt que malgré elle.

À 12, 15 ou même 20 ans, c'est parfois impressionnant de rencontrer, même par écrans interposés, des personnes influentes et de leur exposer notre vécu, d'initier un dialogue. Mais c'est essentiel, parce que cela nous permet de ressentir que nous

sommes aussi des personnes importantes, même si nous n'avons pas (encore, qui sait?) fait de politique, décroché de thèse ou achevé un FMH... Parce que si cette pandémie nous a appris une chose, c'est peut-être que, justement, chaque vie, même la plus fragile, est importante.

Remerciements : Les auteurs remercient chaleureusement la Dre Anne-Emmanuelle Ambresin et le Pr Pierre-André Michaud pour leur soutien actif aux actions de participation des jeunes, dont fait partie cet article. Ils remercient également les membres de la Commission de Jeunes du Canton de Vaud et M. Frédéric Cerchia, délégué cantonal à l'enfance et à la jeunesse, pour les riches échanges à l'occasion de la rencontre entre les deux groupes.

ROMANE GARCIA

Étudiante en pédagogie curative, membre du Comité Jeunes & Santé*, Département femme-mère enfant CHUV, 1011 Lausanne
garcia.romane@gmail.com

STÉPHANIE BIDAUX

Coresponsable du Comité Jeunes & Santé*
Espaces éducatifs, Département femme-mère enfant CHUV, 1011 Lausanne
stephanie.bidaux@chuv.ch

YUSUKE LEO TAKEUCHI

Coresponsable du Comité Jeunes & Santé*
Division interdisciplinaire de santé des adolescents
Département femme-mère enfant, CHUV, 1011 Lausanne
yusuke-leo.takeuchi@chuv.ch

* Comité Jeunes & Santé

Ce comité est un organe participatif réunissant une quinzaine de membres âgé-e-s de 10 à 25 ans, dont la mission est de porter la voix des jeunes dans des projets concernant les soins et la recherche pour cette tranche d'âge. Il répond à des mandats provenant de professionnel-le-s impliqué-e-s dans la santé des adolescent-e-s et jeunes adultes. Cet article, entièrement rédigé par une jeune du comité, fait suite au travail de réflexion réalisé dans le cadre de la participation au colloque de la fondation Brocher mentionnée dans le texte.¹

¹ Michaud PA, Vassalli JD, Schmitt PA, Jaffé PD, Ambresin AE. Impact de la pandémie de Covid-19 sur la santé et le développement des jeunes en Suisse. Quel rôle pour les médecins? Rev Med Suisse 2021;17:150-4.