

# Crise Covid : l'importance du vivre ensemble chez les jeunes

L'ADOLESCENCE EST NORMALEMENT LE MOMENT DE CERTAINES PRISES D'ENVOL ET DE LIBERTÉ

**L**a crise sanitaire que nous vivons n'est simple pour personne mais il est désormais établi qu'elle a de fortes et multiples répercussions sur les jeunes.

« Nous constatons que la crise actuelle est de plus en plus difficile à vivre pour les jeunes, certaines situations très complexes nous étant parfois adressées par des parents désemparés ou par les jeunes eux-mêmes », explique Mélissa Fransolet, responsable Formation chez La-

« Le vivre ensemble entre pairs favorise le bien-être et a un effet protecteur par rapport aux symptômes dépressifs »

titude Jeunes, une asbl du Réseau Solidaris. Pour elle, cela peut s'expliquer de plusieurs façons : « Leurs

réalités, leurs avis et leurs besoins de développement sont peu pris en compte pour l'adaptation des mesures sanitaires. Par exemple, comme l'explique l'ULiège, la structure familiale a été décrétée du jour au lendemain comme étant quasiment l'unique sphère de vie, devant répondre aux besoins de ses membres. Or, on sait que la sphère familiale ne peut répondre à tous les besoins : certains se réalisent en dehors de ce contexte, surtout pendant l'adolescence », ajoute-t-elle.

## LA PROMESSE D'UNE VIE NOUVELLE

Premières vacances entre potes, festivals, grande fête pour leurs 18 ans ou voyages... l'adolescence est le moment de certaines prises d'envol et de liberté. Mais les jeunes d'aujourd'hui se retrouvent confinés en famille : c'est un virage à 180° qu'il faut réussir à opérer.

C'est pour-  
quoi,

d'après Latitudes Jeunes, il faudrait les encourager, les féliciter pour cet effort et leur offrir des perspectives concertées.

Tout en s'adaptant à cette nouvelle réalité, les jeunes ont continué à se projeter dans une vie sociale qu'ils ne peuvent pas vivre. Ils doivent donc momentanément faire le deuil de celle-ci, la mettre entre parenthèses pour une période indéterminée. Le deuil de cet avenir qu'ils avaient imaginé a évidemment des répercussions sur leur bien-être.

« Le vivre ensemble entre pairs favorise le bien-être et a un effet protecteur par rapport aux symptômes dépressifs », poursuit la responsable formation. Il aide à la connaissance de soi et au développement identitaire. La construction d'une identité d'adulte se joue dans les interactions sociales entre pairs, qui permettent de se tester en tant que personnes.

L'adolescent choisit l'environnement social qui détermine son évolution. Or, si on n'offre pas d'environnement social à l'adolescent, on le freine dans ce développement.

## RÉOUVERTURE DES ACTIVITÉS

La reprise des cours dans les écoles a certainement soulagé un grand nombre de jeunes en mal de lien social. Cependant, le contexte scolaire n'est pas le seul contexte dont les jeunes ont besoin ! Nombre d'apprentissages sociaux ne se réalisent pas à l'école.

« Les moments de loisirs offrent aux participants un espace de vie entre pairs, avec des activités ludiques mais aussi des moments d'échanges informels et des moments d'organisations collectives », note encore Mélissa Fransolet. Le groupe occupe en effet une fonction importante dans le développement de l'estime de soi et du sentiment d'appartenance chez les enfants et les jeunes. Cela leur permet de vivre des expériences communes de plaisir, de découvertes et d'échange, d'affirmer des valeurs claires et communes, d'apprendre à gérer les



La fatigue numérique a été une réalité pour bon nombre de jeunes.

conflits, à relever des défis communs, entre autres choses. (Source : ONE Bruxelles)

En outre, le phénomène de la fatigue numérique est fortement accentué par la transposition des relations sociales vers des contacts par écrans interposés, générant une fatigue mentale plus grande. En effet, les interactions online sont bien plus exigeantes cognitivement que celles qui se déroulent en face-à-face. Dans les groupes de pairs, le partage est à nouveau possible (dans le respect des conditions sanitaires), ce qui leur permet de

sortir de la structure familiale et des écrans. « Vivre avec ses parents, parler de la crise avec des adultes... ce n'est pas la même chose que de le faire avec quelqu'un de son âge qui partage les mêmes envies, besoins, priorités... »

Le récent assouplissement des mesures va donc probablement être très bénéfique pour l'épanouissement et la santé psychosociale de milliers de jeunes... dans l'attente d'une même mesure pour les 18-25 ans. —●—

L. B.



Les jeunes ont souvent été pointés du doigt pendant la crise.

## Durant la crise : stigmatisation à l'égard des jeunes

**U**n autre facteur de difficultés pour les jeunes face à la crise sanitaire est la stigmatisation dont ils sont souvent victimes.

« Les jeunes sont régulièrement montrés du doigt dans les médias comme étant les responsables de la propagation de la pandémie. On entend souvent des adultes et des médias dire que les jeunes ne suivent pas les règles, qu'ils organisent des fêtes dans les kots, qu'ils ne portent pas le masque à la sortie de l'école... Mais pourquoi réduire tous les jeunes à ce genre de comportements ? C'est un raccourci trop rapide, car nous observons une écrasante majorité de jeunes qui font tout le nécessaire pour suivre les règles. Pourquoi ne pas féliciter les jeunes ? Ils sont moins à risque, et pourtant ils

acceptent de mettre des pans entiers de leur vie entre parenthèses pour protéger les personnes plus fragiles. Et quand bien même ils n'appliquent pas toutes les règles à la perfection, est-il nécessaire de les pointer du doigt ? Ne devrait-on pas faire notre propre examen de conscience avant ? Doit-on vraiment trouver un coupable à la pandémie ? Plutôt que d'opposer les groupes les uns aux autres, au lieu de monter les plus âgés contre les plus jeunes, d'encourager la délation... ne serait-il pas plus efficace de créer de la solidarité et de faire confiance aux capacités des uns et des autres, y compris des jeunes, à prendre des dispositions par rapport aux mesures sanitaires ? », s'interroge Méliissa Fransolet, responsable Formation chez Latitude Jeunes. —●—

L. B.

### RADIO RG

## Maladies rares : une campagne pour sensibiliser

**À** l'occasion de la Journée Internationale des Maladies Rares, ce dimanche, RaDiOrg, l'association coupole belge pour les personnes atteintes d'une maladie rare, lance la campagne de sensibilisation #notaunicorn, avec le soutien de personnalités connues dont Jill Vandermeulen (Silent Jill) et de patients qui viennent partager leur vécu.

Les maladies rares ne sont finalement pas si rares puisqu'environ 500.000 personnes en souffrent en Belgique et qu'on dénombre environ 6.100 maladies rares chez nous. Une maladie est dite rare quand elle touche moins d'une personne sur 2.000. Dans 75 % des cas, elles concernent les enfants.

RaDiOrg (Rare Diseases Belgium), l'association coupole belge pour les personnes atteintes d'une maladie rare, lance une campagne de sensibilisation intitulée #notaunicorn, sur le thème de la licorne, un animal rare qu'on ne connaît qu'à travers les contes. Tout le monde la connaît, même si elle n'existe pas. Avec les maladies rares, c'est exactement le contraire : elles existent vraiment mais elles sont inconnues dans notre société.

L'objectif de la campagne est de sensibiliser davantage notre société aux maladies rares et de récolter des fonds pour la recherche et des soins ap-

propriés. « La recherche sur les maladies rares est malheureusement encore trop peu développée aujourd'hui en raison de l'insuffisance de fonds. Actuellement, seuls 5 % des patients belges ont accès à des médicaments et à des traitements efficaces », explique Eva Schoeters, directrice de RaDiOrg.

### UN VISAGE, UNE VOIX

Avec la campagne #notaunicorn, les personnes atteintes d'une maladie rare deviennent visibles. Elles ont un visage, elles ont une voix. Les patients partagent leur vécu durant la campagne. Les visages de la campagne sont dès lors très variés. De Lou, 5 ans, atteinte d'ataxie-télangiectasie, un trouble progressif complexe, caractérisé par une grave déficience immunitaire combinée à des problèmes progressifs de coordination des mouvements, à Pierre, 23 ans, souffrant de déficit immunitaire commun variable ayant pour conséquence, entre autres, des infections répétées des voies aériennes et/ou digestives.

Jill Vandermeulen, plus connue sous le nom de Silent Jill, a accepté d'être ambassadrice de la campagne #notaunicorn. —●—

Plus d'infos sur la campagne, sur <https://www.radiorg.be/>

L. B.



**I'M NOT A UNICORN**

500.000 MALADIES RARES TOUCHENT 500.000 PERSONNES EN BELGIQUE.



#notaunicorn

LOU (4)  
AT. MALADIE  
NEUROGÉNÉRATIVE