



Pendant longtemps, la souffrance psychique n'a pas été une évidence chez les tout-petits.

© CANVA

50 %

En Belgique, les consultations psychologiques pour les enfants de 0 à 4 ans ont augmenté de près de 50 % entre 2023 et 2024.

Pourquoi certains jeunes enfants ont besoin de voir un psy

Les consultations psychologiques pour les enfants de 0 à 4 ans ont sensiblement augmenté ces dernières années.

MATHIEU COLINET

Le chiffre a été mis en évidence voici quelques jours par le quotidien flamand *De Standaard* : les consultations psychologiques pour les enfants de 0 à 4 ans ont augmenté de près de 50 % entre 2023 et 2024. Si ce pourcentage a pu surprendre le grand public, il n'a souvent étonné qu'à moitié les professionnels de la santé mentale qui, depuis quelques années, ont pu constater que les services spécialisés ne désemplissent pas, voire saturent à certains moments, devant une patientèle de parents avec leurs jeunes enfants de plus en plus nombreuse effectivement. Mais qu'est-ce qui peut amener autant de jeunes enfants à devoir consulter un ou une psychologue ?

« Sur les dernières années, je crois d'abord qu'il ne faut pas sous-estimer

l'effet de la sensibilisation », indique Louise Mathijs, psychologue clinicienne et doctorante à l'ULB en psychologie de la famille et du développement de l'enfant. « La santé mentale, y compris celle des plus petits, est devenue un véritable sujet avec une conscience de plus en plus aigüe de ce qui se joue pour eux à cet âge-là. »

Un sentiment de moindre compétence

Des recherches centrées sur les parents ont permis aussi, selon la doctorante, de mettre en lumière des évolutions. Il en va ainsi de la responsabilité plus grande ressentie par une partie d'entre eux, voire d'une pression à être des « parents parfaits » en quelque sorte. « Les standards à ce niveau ont eu tendance à devenir plus exigeants », affirme Louise Mathijs. « Des recherches ont pointé aussi un sentiment de moindre compétence chez certains parents. L'un dans l'autre, les deux éléments peuvent, je pense, expliquer la hausse des consultations psychologiques pour les tout-petits. Surtout – et c'est un troisième élément – que beaucoup de familles se trouvent aujourd'hui plus seules qu'hier sans véritable soutien de proches ou d'amis au quotidien. »

Bien sûr, ce qui amène de jeunes enfants devant un ou une psychologue, c'est aussi de la souffrance psychique.

Pendant longtemps, celle-ci n'a pas été une évidence chez les tout-petits. « C'est-à-dire qu'on n'imaginait pas tout simplement qu'à leur âge, ils puissent souffrir psychologiquement », affirme Cindy Mottrie, psychologue clinicienne au Centre médical pédiatrique Clairs vallons, maître de conférences à l'UMons et collaboratrice scientifique à l'ULB. « Heureusement, les choses ont bien évolué aujourd'hui à ce niveau-là. »

Pour appréhender cette souffrance éventuelle, il faut se rappeler la situation particulière des bébés ou des très jeunes enfants : dans une ultradépendance avec leur entourage et en particulier leurs parents. « Dans cette position, ils sont capables de capter par des canaux sensoriels la disponibilité moindre, l'angoisse, la dépression ou plus largement les difficultés psychiques de leurs parents », explique Cindy Mottrie. « Mais même dans un environnement satisfaisant, des enfants peuvent souffrir parce qu'ils ont une sensibilité particulière et que les difficultés à ce niveau sont toujours le fruit de la rencontre entre un tempérament et un environnement singuliers. »

Lorsqu'ils souffrent, les bébés et les très jeunes enfants réagissent de différentes façons. Certains se mettent en « retrait relationnel ». C'est-à-dire qu'ils se montrent moins interactifs



La santé mentale, y compris celle des plus petits, est devenue un véritable sujet avec une conscience de plus en plus aigüe de ce qui se joue pour eux à cet âge-là

Louise Mathijs
Psychologue clinicienne et doctorante à l'ULB

”

avec leur entourage, ne pleurent pas ou ne se signalent pas. D'autres vont développer des troubles : alimentaires, du sommeil ou du développement (moteur, langagier...) notamment.

« Du soin parfois déjà »

La mise en évidence de ces difficultés ces quinze ou vingt dernières années est venue souligner un impératif : celui de les détecter au plus vite pour pouvoir les traiter. « On est en effet je crois à l'aube de découvrir à quel point ce qui se passe entre 0 et 3 ans est capital pour la suite », affirme Cindy Mottrie. « Par exemple, il est plus que probable que derrière des adultes déprimés, il y a des bébés dont on n'a jamais détecté la dépression. C'est pour cette raison qu'en ce qui me concerne, je trouve qu'on ne devrait pas parler de prévention quand on travaille avec des enfants entre 0 et 5 ans, mais de soins déjà dans certains cas. D'ailleurs, dans ma pratique clinique, j'ai parfois eu l'impression, même avec des enfants de 2 ou 3 ans, que certaines choses auraient pu être travaillées plus tôt. »

Il existe des thérapies pour traiter la souffrance psychique des tout-petits une fois que celle-ci a pu être observée ou détectée. Particularité de celles-ci : elles impliquent très étroitement les parents jusqu'à prendre soin de leur propre santé mentale.



Le musée idéal

Van Gogh, Monet, de Vinci, Raphaël, Rembrandt, ... Pénétrez dans l'univers des grands peintres pour mieux comprendre leur évolution, leurs thèmes de prédilection et leur style pictural.

Offre promo

4€

au lieu de **7,99€**



Les beaux livres de la collection sont disponibles sur

www.lesoir.be/boutique (onglet Livres & BD)

S | boutique