

**L**e service de santé mentale de mes rêves est une tente accrochée à un arbre. [...] Au début de la tente, il y a un guichet d'information et une salle d'attente, puis il y a les chambres. La tente se trouve dans une forêt avec des sentiers de randonnée. Se promener pendant la thérapie, ça serait chouette. [...] Dans le service de santé mentale de mes rêves, les psychologues poseraient des questions moins difficiles. Ils joueraient aussi à des jeux. [...] Dehors, il y aurait des poules et des rapaces."

Ces mots ont été recueillis auprès d'un enfant (âgé de 10 ans), en souffrance mentale.

Depuis 1999, année de lancement du projet "What Do You Think?", Unicef Belgique veut faire entendre auprès du Comité des droits de l'enfant et des décideurs politiques belges, la voix des enfants et des jeunes en situation de vulnérabilité (enfants non accompagnés, porteurs d'un handicap, malades, hospitalisés, en conflit avec la loi, touchés par la pauvreté, migrants et réfugiés).

Pour atteindre cet objectif, il faut d'abord les écouter, avec toutes les précautions et la délicatesse indispensables à cette démarche. C'est ce qu'a fait l'Unicef, avec le concours de professionnels en santé mentale, en s'adressant aux enfants et adolescents des services hospitaliers de psychiatrie ainsi qu'aux jeunes des structures psycho-socio-thérapeutiques et des services de santé mentale entre 2020 et 2022. Des rencontres menées sous forme de débats, parfois suivies d'ateliers créatifs (de photographie, collage, peinture...), afin d'aider ces enfants à partager leurs sentiments et à expliquer ce qu'ils aimeraient et ce qu'ils n'aimeraient pas à l'hôpital. À identifier leurs trois priorités pour améliorer la situation.

Pour in fine les aider à dessiner leur "monde idéal". "Les enfants et les jeunes concernés par la santé mentale aiment être écoutés, souligne le rapport. Le sentiment d'être pris au sérieux est très important pour eux."

#### Plus de 16 % des adolescents concernés

Leurs témoignages, attentes, besoins ont ainsi été rassemblés dans le volumineux (105 pages) "Rapport des enfants et des jeunes concernés par la santé mentale en Belgique". Rendu public ce mardi, il propose des pistes d'action pour cette problématique plus sérieuse qu'on pourrait le penser, de surcroît aggravée par la crise sanitaire due au Covid.

"La plupart des jeunes interrogés avaient emmagasiné dans leurs têtes des images préalables négatives de l'hôpital psychiatrique, écrivent les auteurs du rapport. Parfois, l'appréhension laisse place à de bonnes surprises. Les clichés tombent. Mais ces aspects positifs sont à double tranchant." En témoigne cette adolescente de 15 ans: "On est protégé

de la vie réelle, et la transition en cas de renvoi est donc plus difficile."

Admission et vie à l'hôpital psychiatrique, présence et absence des parents, participation des enfants dans leur parcours de soins, évaluation du rôle de l'équipe soignante, école à l'hôpital, isolement et mise en chambre, liste des besoins, pandémie... De nombreux sujets ont été abordés, débattus, entendus. Si nombreux et détaillés qu'il est impossible d'en rendre compte de manière exhaustive ici. Alors, qu'en retenir?

#### Leurs besoins, leurs rêves

Les priorités telles que définies par les enfants peuvent se résumer en trois axes principaux: prévention, participation et prise en charge en dehors et à l'hôpital. "Ces jeunes insistent beaucoup sur la participation et la prévention, écrivent dans leurs conclusions les auteurs du rapport. Comment faire pour éviter l'hospitalisation? Écouter la jeunesse. Agir en amont. Les enfants et adolescents hospitalisés rêvent qu'on les écoute enfin, peu importe leur âge. Ils rêvent qu'on les associe aux décisions qui les concernent car ils sont 'les experts de leur propre vie'".

Ces jeunes hospitalisés rêvent aussi de lieux protecteurs "comme une ca-

bane", près de leur domicile, dans lesquels ils pourraient se rencontrer, être en lien avec d'autres jeunes.

Ils souhaiteraient en outre que l'on vienne en aide à leurs parents (une aide matérielle, psychologique, un soutien...). Ils veulent que l'on mette un terme à la violence, qu'ils ont parfois connue (violence des parents, des enfants entre eux).

Pour eux, le rôle de l'école devrait aussi évoluer. Ils la voient comme "un lieu névralgique où tous les enfants pourraient recevoir de l'aide. L'endroit de prédilection des jeunes pour qu'ils trouvent une écoute bienveillante et un soutien concret".

#### Lutter contre la méconnaissance

Parce qu'ils se sentent stigmatisés ou pas pris au sérieux, ces jeunes en souffrance voudraient que tous les professionnels de première ligne (enseignants, médecins généralistes...) mais aussi les élèves en général, soient formés et sensibilisés aux troubles de la santé mentale, qu'ils estiment mal connus. "Les enfants et les adolescents concernés par la santé mentale ont beaucoup de choses à exprimer, souligne le rapport d'Unicef Belgique. Peu importe leur âge. Ils ont des choses à dire, des idées, des rêves, des suggestions; pour peu qu'on leur demande et qu'on les écoute. [...] En informant, en sensibilisant; ils aimeraient 'briser le silence'. Et, ce faisant, être acceptés pour ce qu'ils sont. 'Pouvoir être soi-même', est le rêve que caressent ces jeunes. Une demande simple qui s'adresse à nous tous."

Laurence Dardenne

*"Si on nous écoutait, les internements seraient aussi un peu plus chouettes pour les enfants."*

Une fillette de 8 ans

*"Plus de verdure, une fleur dans chaque pièce. Donnez-moi plus d'espace. Une douche chaude, cela m'apporte de la joie."*

Un groupe d'enfants

Avec l'aide d'une art-thérapeute, des jeunes ont créé une chanson sur base des questions qui leur ont été posées durant le débat.

*"À l'extérieur, c'est chouette car ça me calme."*

Un garçon de 11 ans

*"J'aime le fait que nous sommes là, à l'hôpital pour nous soigner, mais être à l'hôpital, ce n'est pas une vie d'ado."*

Un jeune de 15 ans

*"J'aimerais pouvoir rentrer les week-ends avec l'autorisation de mes parents, c'est le plus important pour moi."*

Un ado de 14 ans

*"Je voudrais des moments où l'on puisse parler librement avec d'autres jeunes, sans surveillance."*

Un jeune de 14 ans

## EN BREF

### Spatial

#### Tractebel et l'Europe misent sur le nucléaire pour vivre sur la Lune

Tractebel a pris la tête d'un projet de recherche européen afin de développer une technologie nucléaire pour les missions spatiales. L'utilisation des batteries nucléaires actuelles nécessite trop de poids. La société d'ingénierie belge et son consortium mèneront des recherches sur les systèmes de puissance à radio-isotope (RPS) qui utilisent la chaleur de la désintégration radioactive naturelle du plutonium 238 pour produire de l'énergie électrique. Les RPS doivent fournir aux engins spatiaux et aux astronautes électricité et chaleur, par exemple pour une base permanente sur la Lune et pour explorer Mars. (Belga)

### Espagne

#### Les feux de forêt ne sont toujours pas maîtrisés

Les pompiers luttent toujours lundi contre les incendies de forêt qui affectent la Navarre où un millier d'habitants de douze petits villages ont été évacués en raison de l'avancée des flammes et des épaisses fumées. Les opérations sont particulièrement compliquées en raison des vents qui changent constamment de direction dans les montagnes, à quelque 20 km au sud de Pampelune. La situation tend cependant à s'améliorer lentement en raison de la fin de la vague de chaleur. L'incendie le plus violent, dans la Sierra de la Culebra, près de la frontière avec le Portugal, aurait été maîtrisé mais a réduit plus de 25 000 hectares en cendres. (AFP)

### Science

#### Les statistiques récompensées

La Fondation Roi Baudouin a annoncé lundi la remise du nouveau prix bisannuel "Rousseuw Prize for Statistics" à une équipe de cinq lauréats lundi. L'équipe, emmenée par James Robins (Harvard) a été récompensée pour ses recherches sur l'interférence causale, c'est-à-dire la recherche des causes et des effets, avec des applications en médecine. Les lauréats ont apporté des méthodes statistiques pour répondre à des questions épidémiologiques importantes comme les effets à long terme d'un traitement médical particulier. Ils ont ainsi pu déterminer des lignes directrices pour savoir quand commencer la prise de médicaments antiviraux chez les personnes séropositives. (Belga)