

Cette crise qui brûle les ailes des jeunes

À l'âge où ils auraient pu se projeter vers l'avenir, la vie en a décidé autrement. Souvent oubliés, les jeunes ne sont pas moins affectés par la crise sanitaire. Témoignages.

Marine Dupasquier

Ils ont entre 15 et 21 ans, la tête remplie de projets et la vie devant eux. Pourtant, pour ces jeunes Vaudois, le quotidien se résume désormais souvent à des va-et-vient entre le cocon familial et le cercle des études. Cette génération charnière serait-elle particulièrement touchée par cette crise, qui lui vole sa jeunesse à l'heure de la prise d'indépendance et des nouvelles expériences? «C'est presque l'âge le plus compliqué mais on en a très peu parlé, remarque Tanguy Ausloos, délégué romand à la jeunesse. Car contrairement aux personnes âgées, qui souffrent de la solitude et peuvent en mourir, la jeune génération ne voit - a priori - pas sa santé menacée par le virus.»

Vie sociale mise à mal, baisse de motivation à l'école, ennui, perte de repères, mais aussi difficultés à se projeter dans l'avenir et frustrations liées à l'abandon de projets ou de voyages. Le constat est alarmant tandis que s'élèvent les voix de Lou Dumez (16ans), Margot Donzé (19ans), Marie Musy (17ans), Nora Caspary (21ans) et Virgile Spühler (19ans). De manière générale, un climat morose semble s'être installé auprès des jeunes. «On est assez déprimés face à l'avenir et au fait d'entreprendre notre vie d'adulte, résume Nora Caspary, étudiante en maturité artistique au CEPV. On se sent impuissants face au gouvernement qui nous dicte quoi faire sans qu'on sache toujours pourquoi.»

«Notre monde a gelé»

Lou Dumez était impatient de commencer sa première année de gymnase. «Je me disais que ce serait un nouveau départ, l'occasion d'élargir mon cercle d'amis. Finalement, on reste presque toujours avec le même groupe de gens qu'on connaît déjà. La vie a freiné, notre monde a gelé.» Pour ces adolescents qui n'ont pas encore quitté le foyer parental, les opportunités de passer des soirées entre amis se sont restreintes. «Nos parents sortent moins que d'habitude donc on n'a plus vraiment de lieu où nous poser car il fait trop froid pour qu'on se voie à l'extérieur», continue l'étudiant.

De son côté, Margot Donzé, étudiante de 3e année en relations internationales à l'Université de Genève, partage ses regrets: «On est en plein dans l'âge où on peut profiter de sortir. Dans deux ans, quand je commencerai ma vie professionnelle, ce ne sera plus à ce moment-là que je vais aller en boîte de nuit!» Et le port du masque complique encore les choses, à l'âge où l'épanouissement en société joue un rôle clé. «On ne reconnaît pas forcément certaines personnes qu'on aurait saluées ou avec lesquelles on aurait discuté en temps normal», regrette Margot. Pour Nora, le masque «fausse les relations», tout en ayant «un impact négatif sur la confiance en soi».

Scolarité bringuebalante

Dans ce climat troublé, la famille et l'école font figure de piliers, quoique pas toujours à l'abri de s'effriter. «Je pensais gagner en liberté en arrivant au gymnase, mais là on a l'impression

de se retrouver à l'école obligatoire, note Lou. De plus, on n'a que peu d'interactions approfondies avec les profs, qui sont aussi stressés face à la situation.» À l'heure des cours en ligne, qui ont bousculé le cadre rigoureux de l'uni, Margot a réagi en se plongeant dans ses révisions. «Je n'ai pas pris de jour de congé durant le semestre de printemps, se remémore-t-elle. À la fin j'en ai eu tellement marre, c'était devenu pesant, une sorte de cercle vicieux.»

Une journée de vingt-quatre heures, à cet âge, c'est souvent trop court. Mais une fois les sorties et les sources de divertissement ôtées, il reste du temps - beaucoup - pour cogiter. «Déjà qu'on est à un âge où on se pose beaucoup de questions sur l'avenir», souligne Lou. «Durant le premier semi-confinement, il y a eu initialement une phase d'ennui, où l'on a essayé de trouver ses repères, mais j'ai ensuite pris le temps de mieux m'occuper de mon mode de vie et de revenir à des choses terre à terre, se remémore Marie Musy. C'est une liberté qui n'est pas forcément positive et qui peut être contraignante. On se retrouve seul face à soi-même, sans cadre, et on doit prendre seul des décisions importantes.»

Projets tombés à l'eau

Les frustrations évoquées par les témoins sont fréquemment dues à un avenir professionnel incertain ou à des projets tombés à l'eau. «Je devais effectuer mon dernier semestre à Boston, mais ça a été annulé, lâche Margot. Ça a été une énorme déception car j'avais beaucoup travaillé pour être prise. Si tout ça s'éternise, ça risque d'être compliqué car dans mon cursus il n'y a pas beaucoup d'opportunités à l'étranger.» Pour Marie, dont le travail de maturité consistait en un spectacle monté de A à Z, le choc a été si dur à accuser que même sa passion pour le chant en a pris un coup. Quant à Virgile, il a dû tirer un trait sur des répétitions et deux concerts prévus avec son groupe de musique. Malgré tout, le gymnasien admet avoir pris du recul sur la situation. «On est conscients de faire tout ça pour de bonnes raisons, mais on est quand même frustrés de ne pas pouvoir faire ce qu'on veut quand on veut. On a été habitués à pratiquer tellement plus d'activités!»

Pour les jeunes, l'incertitude qui plane sur la durée de la crise est d'autant plus sournoise qu'«on n'a qu'une fois 20ans». «En tant qu'adulte, on met le poing dans sa poche, mais on assume; c'est finalement une année parmi pas mal d'autres», note Tanguy Ausloos. Mais à leur âge, ce sont des années qui risquent d'être difficilement rattrapables après coup. Et comment imaginer le retour à la normale? «C'est triste à dire, mais je sais que je ne vais sûrement plus voir mes amis autant qu'avant, avoue Margot. À force, on s'est habitué. Je n'ai pas envie que ça dure si longtemps qu'on n'arrive plus à revenir à la vie d'avant.»

Est-on en train de sacrifier notre jeunesse pour le bien d'une population plus fragile? C'est une question délicate, commence Lou. Dans notre société, la mort est taboue et on ne pourrait pas accepter de laisser mourir quelqu'un, même si l'on peut se dire que ça fait partie du cycle de la vie. On a peut-être mis beaucoup de contraintes pour sauver la vieille génération. Pour les jeunes, c'est un problème car c'est un âge de découvertes, où on se lance dans la vie. Ça nous laisse très peu de liberté; on a l'impression d'être face à un compte à rebours.»

Une santé psychique en danger

Avez-vous constaté une dégradation de la santé psychique chez les jeunes?

Entre juin et septembre, on a observé une augmentation des demandes d'hospitalisation de 50% par rapport à l'année dernière. On voit des cas de crises d'angoisse, des refus scolaires, des troubles d'adaptation et des troubles d'humeur. On sent une fatigue chez les jeunes qui sont assez limités dans leur rayon d'action. Cette crise a agi comme une loupe ou un catalyseur. On constate aussi souvent que la santé des jeunes qui sont soignés au Service universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent (Supea) se détériore.

Les jeunes sont-ils particulièrement touchés?

C'est assez spécifique chez les adolescents car c'est un âge où l'on a vraiment besoin d'avoir un cadre clair qui, paradoxalement, apporte le sentiment de liberté. C'est aussi une phase sensible au niveau du développement, où l'on est facilement influencé par notre environnement et surtout nos relations. À la maison ou à l'école, ces échanges sont maintenus, mais d'une manière différente et limitée.

Comment vous êtes-vous adaptés à la situation?

On a essayé de différencier notre réponse à la crise avec plus d'alternatives à l'hospitalisation. La chaîne de soins a davantage de maillons qu'avant. On essaie notamment de mieux prévenir les crises grâce à des échanges avec les foyers, on a mis sur pied un centre d'accueil thérapeutique de crise et on a renforcé les suivis en ambulatoire.

Quelles mesures prendre pour réparer les pots cassés? Il faut prendre les jeunes au sérieux et comprendre ce que la situation signifie pour chacun d'entre eux et à quel point elle est en train de changer leur trajectoire et la vision du futur. On remarque dans leurs témoignages qu'ils ont peu d'interactions approfondies avec les adultes; c'est peut-être un appel à ces derniers de faire mieux. Il faut aussi créer des espaces où les jeunes peuvent se voir, par exemple que les parents ouvrent la maison pour faciliter les liens entre les ados.

A-t-on négligé la santé psychique des ados, en se concentrant sur le virus?

C'est normal qu'on ait pensé en premier lieu au virus. On a plutôt oublié que «négligé» la santé physique, car au début on n'était pas conscients de tout ça. C'est la durée de cette crise qui nous a fait comprendre qu'on allait devoir s'adapter. Mais les jeunes n'ont pas tous cette capacité d'adaptation.