

L'anxiété chez les enfants d'âge préscolaire et élémentaire face au confinement de 2020



Louise Mukadi, IA, M.Sc.inf. (candidate),
Anne-Marise Lavoie, PhD, Marie St-Onge, M. Ed. et Sylvie Larocque, PhD
Université Laurentienne, Sudbury, Ontario, Canada



INTRODUCTION

Les enfants peuvent manifester des craintes d'origine diverse. Cependant, lorsque ces craintes deviennent excessives au point d'affecter les relations ou même l'école, ceci fait référence à l'anxiété¹. L'anxiété se définit par des inquiétudes persistantes et excessives qui ne disparaissent pas même en l'absence de stress. L'anxiété chez l'enfant entraîne un ensemble des symptômes incluant l'insomnie, l'irritabilité, les maux de tête, les maux de ventre ou encore les crispations². Lorsque l'anxiété nuit au bien-être de l'enfant au point de nécessiter un traitement, on parle de trouble d'anxiété, dont les plus courants chez l'enfant sont l'anxiété généralisée, l'anxiété de séparation et la phobie sociale³. Ces troubles mentionnés sont d'apparition précoce chez l'enfant et comporte également un risque important d'apparition à l'âge adulte. Une étude récente sur la pandémie de la Covid-19, révèle que la prévalence de l'anxiété chez les enfants était comprise entre 19,4% et 21,8%, laquelle est plus élevée que la prévalence de l'anxiété chez les enfants sous les conditions normales⁴.

MISE EN SITUATION

Les mesures de quarantaine ou de confinement sont des mesures de santé publique importantes, utilisées dans le passé pour combattre des maladies infectieuses telles qu'Ébola ou Choléra. Cependant, le niveau de confinement appliqué en 2020 sur échelle mondiale est historiquement le plus sévère⁵. Les écoles et garderies étant fermées pendant le confinement, les enfants ont reçu une scolarisation à la maison sous la direction de leurs parents ou tuteurs, dont l'attention était partagée entre le soin des enfants, de la maison et du bureau à domicile, lesquelles circonstances sont inexorables et conduisent au stress, à l'anxiété et à un sentiment d'impuissance en tous⁶. Selon une étude récente, 43% de tous les enfants de moins de 5 ans dans le monde étaient estimés à risque de ne pas atteindre leur potentiel de développement avant la pandémie de Covid-19⁷. Notons également que la plupart des publications sur les niveaux d'anxiété des personnes en conjonction avec la pandémie de COVID-19, se sont plus concentrées sur les adultes⁸.

QUESTION DE RECHERCHE

Quelles sont les sources potentielles d'anxiété chez l'enfant d'âge préscolaire et scolaire en période de confinement ?

CRITÈRES 3QOCP

La question de recherche a été formulée en utilisant la méthode **3QOCP** (Fabre et Kramer, 2016)

Qui? Les enfants d'âge préscolaire et élémentaire.

Quoi? Sources potentielles d'anxiété

Quand? pendant le confinement de 2020

Où? Échelle internationale

Comment? : approche sociologique

Pourquoi? : Reconnaître les sources potentielles d'anxiété chez les enfants afin de promouvoir des stratégies efficaces de soutien psychologique et d'adaptation, ainsi que le développement optimal de ces derniers⁹.

MÉTHODOLOGIE

La réalisation de cette publication scientifique s'est faite au moyen de la recherche documentaire, selon les 5 étapes décrites dans le livre de Fortin, lesquelles incluent respectivement : cerner le sujet de la recherche, élaborer un plan de recherche, choisir les sources appropriées, utiliser les bases de données appropriées et évaluer la qualité et la pertinence des sources. Les bases de données utilisées pour cette recherche inclues : Cumulatif Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL), PubMed, Google scholar et quelques sources fiables de la littérature grise, tel que site Internet A.P.A.⁹. Les mots clés utilisés incluent : Lockdown, l'anxiété chez l'enfant, Confinement, covid-19, Preschooler(3-5 ans), enfant d'âge scolaire(6-12ans).

RÉSULTATS

Surinformation / désinformation:

Les enfants peuvent être particulièrement vulnérables aux effets du COVID-19, car ils disposent de ressources plus limitées pour comprendre et interpréter les événements associés à la pandémie¹⁰. D'une part que les enfants qui n'avaient pas d'informations adéquates sur les mesures de quarantaines prises ont démontré plus d'anxiété¹¹. D'autre part, l'actualité continue transmise par les médias de masse, dans les journaux et sur les réseaux sociaux concernant l'urgence de la pandémie actuelle alimente la peur et la terreur chez les enfants¹².

Stress parental : L'augmentation du niveau de stress chez les parents est un prédicteur majeur de la maltraitance et de la négligence envers les enfants¹³. Les schémas coercitifs et les pratiques parentales sévères prédisent des résultats défavorables chez les enfants vivant dans des situations stressantes. De même, les styles anxieux et surprotecteurs prédisaient des niveaux plus élevés d'inadaptation des enfants dans le contexte de catastrophes naturelles¹⁰.

Isolement social: Pour ces ménages vivant déjà dans des conditions d'adversité et le stress, cette crise peut avoir des effets particulièrement néfastes. Avec la fermeture de nombreuses garderies et établissements d'éducation préscolaire dans le monde entier, et les interactions avec les familles élargies perturbées, les enfants sont privés de stimulation à la fois sociale et cognitive au-delà de leur domicile, en plus des repas et autres ressources fournis par de nombreux programmes de DPE (Développement de la petite Enfance), laquelle situation peut causer beaucoup des malaises et des inquiétudes chez les enfants⁸.

Garde partagée des enfants: Pour les enfants dont les parents sont séparés sont en garde partagée, les enfants alternants entre deux foyers, les mesures de confinement peuvent perturber les modalités d'accès, ce qui signifie que certains enfants ne verront aucun de leurs parents pendant une période plus longue que d'habitude, ce qui peut créer de l'anxiété et de l'insécurité émotionnelle chez les enfants et peut être une source de conflit entre les parents¹⁴.

Membre de famille affecté par la Covid-19: Le confinement modifie considérablement la vie des individus en devenant une manifestation concrète de la menace, surtout pour ceux qui n'avaient pas encore connu de proche infecté par le SARS-CoV-2⁸. Une autre étude préliminaire sur la pandémie en cours ressort que les plus jeunes enfants (3-6 ans) étaient plus susceptibles de manifester des symptômes d'adhérence et la peur que les membres de la famille soient infectés que les enfants plus âgés (6-18 ans)⁶.

Ennui: Les études consacrées aux corrélats psychopathologiques et aux déterminants cognitifs et affectifs de la propension à l'ennui ont montré que cette propension est positivement corrélée au niveau de symptômes dépressifs et anxieux⁸.

Distanciation sociale: Des niveaux d'anxiété plus élevés (CAQ \geq 9) étaient associés à l'éloignement social. Les enfants gardant une distance sociale sans leurs parents avaient des niveaux d'anxiété plus élevés que les enfants dont les deux parents étaient à la maison⁴.

Condition préexistante de santé: Les enfants asthmatiques sont beaucoup plus susceptibles de souffrir d'anxiété que les enfants non asthmatiques. Des études futures sont nécessaires pour déterminer la séquence des événements qui mènent à cette comorbidité et pour tester des stratégies pour prévenir et traiter l'anxiété chez les enfants asthmatiques³.

Interruption des routines: Le confinement à domicile des enfants et des adolescents est associé à l'incertitude et à l'anxiété qui sont attribuables à des perturbations dans leur éducation, leurs activités physiques et leurs opportunités de socialisation. L'absence de cadre structuré de l'école pendant une longue durée entraîne une perturbation de la routine, de l'ennui et un manque d'idées innovantes pour s'engager dans diverses activités académiques et parascolaires⁶.

Famille monoparentale: Des associations ont été trouvées entre le trouble anxieux généralisé et le nombre de parents dans le ménage, de sorte que vivre avec les deux parents biologiques semblait protecteur. Une prévalence plus élevée de troubles chez les enfants exposés à la monoparentalité a été signalée³.

DISCUSSION

La plupart des études faites pour évaluer l'impact psychologique des enfants pendant le confinement de 2020 sont des études transversales qui ne permettent pas pour l'instant d'évaluer cet impact à long terme, sur les enfants d'âge préscolaire et élémentaire⁴. D'autres études démontrent que certaines associations sont modérées par l'âge. Les stratégies préventives et les directives devraient également tenir compte de l'âge des enfants pour améliorer l'impact de leurs effets¹⁰. Les études faites par Garcia de Avila et ses collaborateurs soulignent que les niveaux d'éducation des parents/tuteurs affectent la perception des leurs enfants par rapport à la compréhension de la crise actuelle de la pandémie, mais pas du niveau d'anxiété. Par contre l'âge des tuteurs en combinaison avec leur niveau d'éducation affecte directement le niveau d'anxiété de leurs enfants⁴. De plus, le service de SSE (Santé Sécurité et Environnement) familial pourrait déterminer comment les familles font face à des situations stressantes, ce qui suggère que les propositions de prévention et d'intervention devraient être sensibles à de nombreuses circonstances socio-économiques différentes. Dans l'ensemble, ces stratégies suggérées aideront à promouvoir un modèle positif d'adaptation chez les enfants et leurs familles.

CONCLUSION

Le confinement à domicile des enfants et des adolescents est associé à l'incertitude et à l'anxiété qui sont attribuables à des perturbations dans leur éducation, leurs activités physiques et leurs opportunités de socialisation⁶.

L'impact psychologique sur les enfants est étroitement lié à l'impact sur les parents. Dans une crise sanitaire généralisée comme la pandémie de COVID-19, les parents sont susceptibles d'être affectés par la situation et sont donc eux-mêmes exposés à un risque élevé de détresse générale et de problèmes émotionnels, qui se traduisent par de moins bons résultats pour les enfants¹³. L'un des objectifs des recherches ultérieures devrait être axé sur la pertinence de certaines mesures en fonction de l'âge afin que les connaissances puissent être adaptés aux spécificités de développement des différents groupes d'âge.

RÉFÉRENCES

- Esantementale.ca. *L'anxiété chez les enfants et les adolescents: Information à l'intention des parents et des aidants*. <https://www.esantementale.ca/Ottawa-Carleton/Anxiety-in-Children-and-Youth-Information-for-Parents-and-Caregivers/index.php?m=article&ID=8872>
- What's the difference between stress and anxiety? American Psychological Association, October 28, 2019. <https://www.apa.org/topics/stress-anxiety-difference>.
- Franz, L., Angold, A., Copeland, W., Costello, J., Towse-Goodman, N. & Egger, H. (2013). Preschool Anxiety Disorders in Pediatric Primary Care: Prevalence and Comorbidity. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 52(12):1294-1303. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2013.09.008>
- Garcia de Avila, M. A., Hamamoto Filho, P.T., Jacob, F.L., Alcantara, L.R.S., Malin Berghammer, M., Jenholt Nollbr, M., Olaya-Contreras, P., & Stefan Nilsson, S. (2020). Children's Anxiety and Factors Related to the COVID-19 Pandemic: An Exploratory Study Using the Children's Anxiety Questionnaire and the Numerical Rating Scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, (17)5757. doi:10.3390/ijerph17165757
- Suleman, S., Ratnani, Y., Stockley, K., Jetty, R., Gander, S. & Lock, C. (2020). Supporting children and youth during the COVID-19 pandemic and beyond: A rights-centred approach. *Paediatrics & Child Health*, 25(6) 333-336. Doi: 10.1093/pch/pxaa086
- Singh, S., Royb, D., Sinha, K., Sheeba Parveenc, S., Sharmac, G. & Gunjan Joshi, G.(2020).Impact of COVID-19 and lockdown on mental health of children and adolescents: A narrative review with recommendations. *Psychiatry Research*, 293(2020)113429. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113429>
- Yoshikawa, H., Wuermli, A.J., Britto, P.R., Dreyer, B., Leckman, J.F., Lye, S.J., Ponguta, L.A., Richter, L.M. & Stein, A. (2020). Effects of the Global Coronavirus Disease-2019 Pandemic on Early Childhood Development: Short- and Long-Term Risks and Mitigating Program and Policy Actions. *The Journal of Pediatrics*, 223 Doi: <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.05.020>
- Mengin, A., M.C. Allé, M.C., Rolling, J., Ligier, F., Schroder, C., Lalanne, L., Berna, F., Jardrii, R., Vaivaj, G., Geoffroy, P.A., Brunault, P., Thibaut, F., Chevance, A. & Giersch, A. Conséquences psychopathologiques du confinement. *L'Encephale*, (46)S43-S52. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2020.04.007>
- Fortin, M.-F. & Gagnon, J. (2016).p79, *Fondements et étapes du processus de la recherche: méthodes quantitatives et qualitatives*. 3ème Édition. Montréal: Chenelière Éducation.
- Romero, E., López-Romero, L., Domínguez-Álvarez, B., Villar, P. & Gómez-Fraguela, J.A. (2020). Testing the Effects of COVID-19 Confinement in Spanish Children: The Role of Parents' Distress, Emotional Problems and Specific Parenting. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19)6975. doi:10.3390/ijerph17196975
- Shah, K., Mann, S., Singh, R., Bangar, R. & Kulkarni R. (2020). Impact of Covid-19 on mental health of children and adolescents. *Cureus*, 12(8). Doi: 10.7759/cureus.10051
- Rocella, M. (2020) Children and Coronavirus Infection (Covid-19): What to Tell Children to Avoid Post-traumatic Stress Disorder (PTSD) *The Open Pediatric Medicine Journal* (10)12. <https://doi.org/10.2174/1874309902010010001>
- Cheng, T.L., Moon, M., Artman, M. & On behalf of the Pediatric Policy Council Pediatric Research (2020) Shoring up the safety net for children in the Covid-19 pandemic. *Pediatric Research* (88) 349-351. <https://doi.org/10.1038/s41390-020-110>
- Coutu, S., Bouchard, C., Émard, M.-J. & Cantin, G. (2012). Tarabulsy, M. Provost, J. Lemelin,