

Témoignage d'Émilie CHARLES, psychologue clinicienne au sein du pôle de pédopsychiatrie 93i05 de l'E.P.S. de Ville Evrard en Seine -Saint -Denis

La situation de confinement dans laquelle nous nous trouvons est une épreuve commune au sein de laquelle le partage groupal est une force.

Le premier temps auquel nous fûmes confrontés en tant que soignants fut celui de l'urgence. Sans représentation de la manière dont chacun, nos patients, leurs familles mais aussi nous-mêmes, pouvions vivre ce moment de sidération où tous nos repères risquaient de s'effondrer, comment pouvions-nous leur offrir un espace contenant ? Comment maintenir un espace créatif et thérapeutique alors que nos propres repères psychiques et identitaires étaient mis à mal par un réel déroutant ?

Nous devons, à cette crainte d'un bouleversement complet de nos repères, reprendre le contrôle sur le temps, aider ces familles à retrouver une routine structurante qui rassure face au climat anxigène. Leur offrir un peu de connu dans un réel inconnu et leur expliquer que cette situation de changement radical du quotidien pouvait déstabiliser leur enfant. Pouvoir nommer et rassurer face aux troubles qui peuvent surgir, différemment chez chacun. Leur enfant aura besoin d'exprimer et de questionner ces changements, une majoration des troubles du comportement et des autostimulations peut apparaître.

Des collègues de l'hôpital de jour les Hirondelles, dans le service de psychiatrie infanto-juvénile 93i05 de l'hôpital Ville Evrard, ont alors imaginé et proposé un kit traduit dans différentes langues (turc, tamoul, vietnamien, anglais, arabe, portugais, italien) afin d'aider les parents à structurer le temps et l'espace au sein de leur domicile. Aménager un environnement qui soit adapté à leur enfant et leur propre mode de vie. Il s'agit de proposer des outils pour confectionner un emploi du temps avec des pictogrammes et de leur donner des idées d'activités à piocher, alternant des activités stimulantes d'un point de vu sensoriel, des activités éducatives et des activités de détente. Mais aussi expliquer à leur enfant que l'application des mesures barrières (type lavage de mains, éternuements dans son coude, utilisation de mouchoirs à usage unique, absence de contact physique rapproché) le protégera du risque d'infection par le virus Covid-19.

Mais comment poursuivre hors de nos murs, de ce cadre tant réfléchi et analysé, le travail thérapeutique ? Comment penser nos outils dans un ailleurs ? Notre relation thérapeutique est forcément modifiée. Cet évènement se joue pour toute la société et nous insère tous dans le même bain. Des consultations téléphoniques régulières sont proposées avec parfois l'intervention d'un

interprète. Cette période peut réveiller dans certaines familles des souvenirs de trauma. Le climat anxigène dans lequel nous vivons s'insinue parfois sans que nous nous en rendions compte, par contagion émotionnelle, mais aussi visuelle au travers de ce qu'exposent les médias. Les liens déjà parfois compliqués au sein des familles peuvent se dégrader.

Grâce aux échanges avec les familles, nous avons pu penser et mettre en place de nouveaux outils qui répondent à leur besoin et soutiennent les compétences parentales et familiales. Une chaîne Youtube dans laquelle les équipes de notre service publient des vidéos pour guider les familles dans la mise en place d'activités pour leur enfant et stimuler leur propre créativité. Ces vidéos permettent de maintenir un espace transitionnel entre le lieu de thérapie et l'intimité du foyer. Sur la vidéo, l'enfant retrouve la salle de motricité dans son salon mais aussi retrouve du salon dans la salle de motricité car la psychomotricienne monte sur une table et passe sous une chaise. Ces vidéos sont visionnées ensemble par différents membres de la famille. Les fratries participent et accompagnent les tribulations de leur frère ou sœur. Les parents partagent aussi leurs ressources via une page Facebook que nous avons créée, comme d'autres vidéos, d'autres liens qu'elles ont découverts pour proposer des activités à leur enfant mais aussi leurs créations personnelles. Nous co-crédons avec les parents et vivons des expériences émotionnelles partagées au sein d'une « peau groupale contenante » (D. Anzieu, 1987, D. Anzieu, 1994). Nous co-construisons de nouveaux repères communs. Les familles nous guident pour prendre soin de l'autre mais aussi de celui qui prend soin.

Voici les liens pour retrouver toutes ces ressources en ligne et n'hésitez pas à y participer et à les partager.

Chaîne Youtube du service "pédopsy I05 VE"

<https://www.youtube.com/channel/UCND9sCwyhbUPPVfUJoHli8g>

Page facebook du service "pedopsy 93105": On peut y accéder sans compte Facebook

<https://www.facebook.com/pedopsy93105/>