

## Lettre Ouverte

# Savoir aimer nos enfants

Un enfant sur quatre au Québec présente des symptômes anxieux ou dépressifs, mais seulement 20 % d'entre eux accèdent à des soins adaptés en santé mentale. À cette dernière statistique s'ajoute la souffrance humaine des individus et de leur famille, et ce, sans compter le sentiment d'impuissance, de désespoir et surtout d'isolement social. La pandémie de la Covid-19 agit actuellement comme un accélérateur de problèmes relationnels et sociaux préexistants. Elle met en lumière tous les maux qui déjà sévissaient chez nos jeunes. L'augmentation des appels à l'aide auprès des différentes ressources spécialisées en matière de suicide et de détresse mentale en est la preuve. Une détresse à laquelle nous nous étions accoutumés qui nous frappe aujourd'hui de plein fouet.

Ce constat est encore plus alarmant, car les bureaux des psychologues sont débordés de requêtes et que les listes d'attente dans les CLSC ne cessent de s'allonger. Fait est de constater que les pédopsychiatres sont trop peu nombreux. Les thérapeutes, intervenants scolaires ou travailleurs sociaux dans les CLSC font de leur mieux, mais ils se retrouvent trop souvent à travailler seuls et souffrent eux aussi des effets psychologiques de la pandémie.

Sans se tromper, on peut affirmer qu'une majorité d'intervenants en santé mentale pour les jeunes au Québec est épaisse. Le système dans lequel ils agissent l'est tout autant d'ailleurs.

Face à cette situation, nous pourrions être portés à reproduire certains comportements passés en blâmant l'une ou l'autre des politiques de soins ou être tentés d'injecter encore plus d'argent dans les mêmes structures qui fonctionnent en silos. Le temps est venu de réfléchir à la façon de replacer nos jeunes et nos familles

au centre de nos préoccupations. Nous devrions nous pencher de façon lucide et pressante sur la question de l'amour et de l'attention que nous portons à nos enfants. La Covid-19 a le mérite de cruellement mettre en lumière qu'un Québec *fou de ses enfants* ne sait pas toujours comment les aimer et les protéger. Plusieurs cas récents ont fait les manchettes et ils en font foi.

La pandémie nous invite à réfléchir à une *autre* normalité plutôt qu'à un retour en arrière. Se concentrer sur l'essentiel, collaborer, partager les responsabilités vers un but commun et les compétences de nos professionnelles thérapeutes, travailleurs sociaux, psychiatres, pédiatries, administrateurs, politiciens, donateurs, est une des voies à suivre.

En plus des trop nombreux suicides chez nos jeunes, s'ajoutent les troubles mentaux transgénérationnels qui eux, engendrent pour longtemps des coûts sociaux et économiques importants, alors que leurs préventions et leurs traitements peuvent se faire tôt dans une jeune vie. Mais, pour cela, il faut ouvrir le dialogue et savoir aimer nos enfants !

### How to Better Love Our Children

Beyond the statistics on youth suicide in Quebec, there is the human suffering of individuals and their families, the sense of powerlessness, despair and social isolation. Much more numerous are the children and youth with various forms of psychological problems in the form of anxiety, depression, school avoidance, eating disorders, self-mutilation or substance use.

The problem is not new. The impact of the Covid-19 is to act as an accelerator and a magnifying glass of pre-existing relational and social difficulties. The pandemic is

not an accident and must be understood with what had preceded. To use Michel Foucault's analogy about individuals, the Covid-19 is not an island, but a crease from the ocean floor. Its impact on mental health is, in our opinion, linked to the Global Distress of the last few decades linked to social, technological and climatic changes during which it appeared and which cannot be presently eclipsed.

One child out of four in Quebec presents a mental health issue with but only 20% of them access care. Waiting lists in CLSCs are deplorable and psychologists' offices are overflowing with requests. Child psychiatrists in the community cannot be found. Therapists, school counsellors or social workers in CLSCs are doing their best but often work in isolation and are also suffering, along with their loved ones, from the psychological effects of the pandemic. We can fairly say that youth mental health services in Quebec are exhausted. In addition to the human cost for the young person and his family, which is often transgenerational, mental disorders carry a significant social and economic cost for a long time, whereas their prevention and treatment early in life is possible. Instead of throwing blame on care policies, or injecting more money into the same structures that operate in silos, we should seize the moment for a deep reflection that puts young people and the family back at the center of our concerns as a society which has become obsessed with cost-value, efficiency and productivity. Do we really love our children? The Covid-19 has at least the merit of blowing the whistle on how we think we love them.

We have justifiably established the child as an individual with rights akin to adults. We neglected that psychologically, what counts most for him is the bond of trust and dependence that connects him to his family and to his adult world. *The principal*

*right of the child is his right to childhood.* And the world of the Internet, materialism, political deceptions and climate changes is robbing him of his childhood and generates insecurity and mistrust in the adult world. The premature loss of childhood that professionals have observed since several decades is accompanied by a desertion of the inner world, a weakened capacity for reflection and discernment, difficulties in meaningful relationships and inability to deal with adversity including their own negative feelings.

In order to get back to the essentials, we need a global vision of today's world. An invitation from the pandemic to reflect on a different kind of normality rather than a return to the past. Most importantly, we should stop working in silos the way all these care superstructures are forcing us to do. Federate responsibilities (e.g., parents, teachers, caregivers) as well as skills (therapists, social workers, psychiatrists, pediatricians, administrators, politicians, donors, etc.). Open the dialogue between us and work as a team with the love of the child as our unifying higher reason. Children expect us to be their Aquarium for them to feel loved.

*Mounir Samy, MD, is a child psychiatrist and psychoanalyst. He is also the President and Co-Funder of Aquarium, the only psychoanalytic foundation dedicated to children and adolescents in Canada. The Aquarium Foundation strives to re-appropriate the importance of the inner emotional world and restore children as free subjects that have agency over themselves and society.*

**Mounir Samy, MD, Pédopsychiatre**

**Président fondateur de  
La Fondation Aquarium**