

6. Les besoins des proches d'âge mineur

Au Québec et ailleurs dans le monde, environ un jeune sur cinq vit avec un parent ayant un problème de santé mentale (115). L'intervenant devrait identifier systématiquement si la personne qu'il accompagne a des enfants, leur âge, s'ils sont au courant de la maladie du parent et de quelle façon ils sont affectés par la situation. Certains d'entre eux peuvent être appelés à jouer le rôle de jeunes proches aidants. D'autres ne seront pas en mesure d'apporter ce type de soutien dépendamment de leur âge ou de leur disposition, ou préféreront garder une certaine distance face à la situation. Dans tous les cas, les jeunes sont affectés par la condition du parent. Un jeune vivant avec un parent ayant un trouble mental est plus à risque de vivre lui aussi des difficultés ou de développer un trouble mental (116). De plus, le risque de négligence chez ces jeunes peut être augmenté et leur sécurité peut être compromise (117). Toutefois, la littérature scientifique met en évidence que les jeunes, même au sein d'une même famille, ne seront pas affectés de la même manière par la situation. Des impacts négatifs, mais aussi positifs peuvent également cohabiter chez un même jeune, notamment une maturité accrue et le développement d'une résilience et des mécanismes d'adaptation efficaces (116, 118).

Prendre en compte que :

- Les risques ainsi que le sentiment de fardeau chez le jeune peuvent être amoindris par une bonne prise en charge du parent (119).
- Les jeunes qui sont bien informés s'adaptent mieux aux différentes situations qui peuvent surgir en lien avec le problème de santé mentale de leur parent (120–122).

Il est donc important de considérer le jeune lors du suivi en questionnant le parent sur les impacts familiaux de sa condition actuelle. Au besoin, il peut être pertinent de proposer une rencontre familiale pour mieux évaluer la situation et les besoins et répondre aux questions du jeune. Un contact direct avec celui-ci est également possible avec le consentement du parent. Cela permet de prendre le temps d'établir un lien de confiance afin d'avoir un portrait juste de la situation. Notez toutefois qu'un jeune pourrait ressentir un sentiment de trahison ou encore avoir tendance à minimiser la situation de peur que la famille soit séparée ou qu'il y ait un signalement à la protection de la jeunesse (116, 119, 123). Cela dit, cette dernière option doit tout de même être envisagée lorsque la situation le justifie.

Les interventions suivantes peuvent être effectuées auprès du parent (124, 125) :

- Accompagner le parent pour qu'il informe lui-même son enfant en regard de son problème de santé et des services qu'il reçoit, en adaptant l'information en fonction de l'âge de l'enfant.
- Encourager et guider l'élaboration d'un plan d'urgence avec les enfants et le conjoint.
- Conseiller le parent dans la conjugaison de son rôle et les impacts de son problème de santé mentale.
- Échanger avec le parent sur la possibilité de demander de l'aide d'un proche ou d'un organisme communautaire en lien avec ses responsabilités parentales ou pour obtenir du répit (ex. : aller chercher l'enfant à l'école, aide aux devoirs, faire des activités amusantes avec l'enfant).
- Au besoin, diriger la famille vers les services jeunesse si la situation le nécessite, et le cas échéant, assurer au mieux la continuité des services entre les divers intervenants impliqués.