



RAISONS DE SANTE 320 – LAUSANNE

Unisanté – Centre universitaire de médecine générale et santé publique
Groupe de recherche sur la santé des adolescents – GRSA
Service Universitaire de Psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent - SUPEA

Exploration du vécu de la pandémie et du confinement dus à la COVID-19 des adolescent·es et des parents

Yara Barrense-Dias, Sébastien Urban, Lorraine Chok, Daniel Schechter,
Joan-Carles Suris

Le Centre universitaire de médecine générale et santé publique Unisanté regroupe, depuis le 1er janvier 2019, les compétences de la Policlinique médicale universitaire, de l'Institut universitaire de médecine sociale et préventive, de l'Institut universitaire romand de santé au travail et de Promotion Santé Vaud. Il a pour missions :

- les prestations de la première ligne de soins (en particulier l'accès aux soins et l'orientation au sein du système de santé) ;
- les prestations en lien avec les populations vulnérables ou à besoins particuliers ;
- les interventions de promotion de la santé et de prévention (I et II) ;
- les expertises et recherches sur l'organisation et le financement des systèmes de santé ;
- les activités de recherche, d'évaluation et d'enseignement universitaire en médecine générale et communautaire, en santé publique et en santé au travail.

Dans le cadre de cette dernière mission, Unisanté publie les résultats de travaux de recherche scientifique financés par des fonds de soutien à la recherche et des mandats de service en lien avec la santé publique. Il établit à cet égard différents types de rapports, au nombre desquels ceux de **la collection « Raisons de santé »** qui s'adressent autant à la communauté scientifique qu'à un public averti, mais sans connaissances scientifiques fines des thèmes abordés. Les mandats de service sont réalisés pour le compte d'administrations fédérales ou cantonales, ou encore d'instances non gouvernementales (associations, fondations, etc.) œuvrant dans le domaine de la santé et/ou du social.

Étude financée par :

Avec le soutien financier du Fonds pour le développement de la prévention et de la promotion de la santé, Direction générale de la santé du Canton de Vaud

Citation suggérée :

Barrense-Dias Y, Urban S, Chok L, Schechter D, Suris JC. Exploration du vécu de la pandémie et du confinement dus à la COVID-19 des adolescent-es et des parents. Lausanne, Unisanté – Centre universitaire de médecine générale et santé publique, 2021 (Raisons de santé 320).

<http://dx.doi.org/10.16908/issn.1660-7104/320>

Remerciements :

A tous-tes les participant-es, à Katarina Vujovic pour les transcriptions.

En collaboration avec :

Le Service universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent (SUPEA) du Centre Hospitalier Universitaire Vaudois (CHUV)

Date d'édition :

Juin 2021

Table des matières

Résumé	6
1 Introduction	8
1.1 Historique – épidémies modernes	8
1.2 La pandémie COVID-19 et les jeunes	9
1.2.1 La recherche actuelle	9
1.2.2 La santé mentale	10
1.2.3 L'activité physique, l'alimentation, le sommeil et les écrans	11
1.2.4 La stigmatisation et le respect des mesures sanitaires	11
1.2.5 Les parents et la famille	12
1.3 Objectifs	13
2 Méthodes	14
2.1 Les entretiens individuels	14
2.2 Le questionnaire avant entretien	15
2.3 Les participant·es	16
2.3.1 Caractéristiques socio-démographiques et cliniques	16
3 Résultats- jeunes	19
3.1 Le virus COVID-19	19
3.1.1 Connaissance	19
3.1.2 Ressenti	22
3.1.3 Mesures sanitaires	24
3.1.4 Expérience avec la maladie	28
3.2 Le début du confinement	28
3.2.1 Réactions	28
3.2.2 Compréhension	30
3.3 Le confinement	31
3.3.1 Activités	31
3.3.2 Ressenti – émotions	34
3.3.3 Famille	36
3.3.4 Ami·es	39
3.3.5 Vie amoureuse	42
3.3.6 Ecole	43
3.3.7 Rythme de vie	47
3.4 Le déconfinement	49
3.5 Le futur	52
3.5.1 Personnel	52
3.5.2 Familial	53
3.5.3 Société	54
3.6 La place des jeunes	56
3.7 Le rapport au gouvernement	57
4 Résultats – parents	59

4.1	Virus	59
4.1.1	Effets généraux	59
4.1.2	Informations	60
4.1.3	Provenance du virus	60
4.1.4	Règles sanitaires	61
4.1.5	Ressenti	62
4.2	Confinement	64
4.2.1	Annonce confinement	64
4.2.2	Confinement	65
4.2.3	Déconfinement	73
4.2.4	Deuxième vague	74
4.3	Futur	75
4.3.1	Organiser des projets - planifier	75
4.3.2	Craintes	77
4.3.3	Changements	78
4.4	Place des jeunes	79
4.4.1	Adolescence et pandémie	79
4.4.2	Stigmatisation des jeunes	80
4.4.3	Adultes et jeunes	81
4.5	Rapport au gouvernement	82
5	Limitations de l'étude	84
6	Synthèse	85
7	Références	88

Liste des tableaux

Tableau 1 Caractéristiques des participant·es - Jeunes	17
Tableau 2 Caractéristiques des participant·es - Parents	18

Résumé

Les objectifs principaux de cette recherche exploratoire qualitative sont de (1) comprendre le vécu des adolescent·es et des parents d'adolescent·es durant la pandémie et le confinement ; (2) d'explorer de quelle(s) manière(s) leur vie quotidienne a été affectée et l'impact sur leur bien-être ; (3) d'explorer l'effet que cette situation a potentiellement eu sur la conception de leur futur. Les objectifs secondaires sont (1) d'explorer les stratégies mises en place pour réorganiser et vivre le quotidien, et (2) d'explorer l'impact sur la relation parents-adolescent·es.

Un total de 41 entretiens individuels (21 jeunes et 20 parents) ont été menés entre août 2020 et janvier 2021. Les parents interrogés, à deux exceptions près, n'étaient pas le parent d'un·e adolescent·e participant à l'étude. La moyenne d'âge des jeunes était de 16.5 ans (14-19 ans) et les filles composaient 57% de l'échantillon. La moyenne d'âge des parents était de 47.5 ans (35-58 ans) et les femmes composaient 74% de l'échantillon. Une grille d'entretien regroupait les différentes thématiques à parcourir : (1) Le virus : connaissance, gravité, ressenti, mesures sanitaires ; (2) Le confinement : réactions, compréhension ; activités, rythme de vie, relations sociales, formation et école, règles à la maison ; (3) La gestion des émotions, points positifs et négatifs du confinement ; (4) La vision du futur personnel, familial et sociétal. Cette grille d'entretien a légèrement évolué avec le temps afin de prendre en considération la deuxième vague.

Le virus et les mesures sanitaires étaient bien connus des jeunes. En termes de mesures sanitaires, les jeunes participant·es ont démontré une conscience sociale et une solidarité envers les personnes plus vulnérables. La distanciation physique a été la mesure la plus difficile à respecter pour les jeunes, surtout entre eux·elles. Pour beaucoup, la stigmatisation dont ils·elles ont été victimes durant la première vague a été mal vécue et incomprise. De plus, le modèle des adultes ne semble pas avoir été le meilleur par rapport au respect des mesures. Dans cette idée de solidarité, les jeunes n'ont pas ou peu émis de craintes quant au fait de contracter la maladie mais ont très souvent rapporté une peur de transmettre le virus.

Bien que l'annonce du confinement ait généré des réactions positives chez plusieurs jeunes, notamment par rapport au fait de ne plus avoir de cours, la fermeture des écoles a été un choc pour la plupart d'entre eux·elles. Cette mesure a, néanmoins, été comprise par les jeunes, certain·es se demandant alors même pourquoi un deuxième confinement n'avait pas été prononcé ou appelant même à faire un confinement plus long afin d'assurer la fin de cette pandémie. Durant le confinement, le rythme de vie a été modifié, parfois positivement amenant davantage de calme et de quiétude, mais aussi négativement lorsque le temps semblait long et que l'ennui prenait place, démontrant l'effet du temps. Bien que certains parents aient essayé de garder un rythme quant aux heures de sommeil de leur(s) enfant(s), la plupart des participant·es ont rapporté un changement en terme d'heures de coucher et surtout de lever.

L'école à la maison s'est révélée être un défi pour la plupart des jeunes mais aussi pour certains parents étant amenés à aider leur(s) enfant(s). Une désorganisation a été rapportée au tout début du confinement puis un décrochage au fur et à mesure du confinement. Certains parents ont appelé à davantage de soutien et de compréhension de la part des enseignant-es. Un stress conséquent est apparu chez les jeunes en transition dans leur parcours académique. Le deuxième confinement, bien qu'une grande lassitude ait été rapportée par les participant-es, semble s'être mieux déroulé surtout par rapport au fait que les écoles soient restées ouvertes.

La gestion des écrans durant le confinement a été au cœur des discussions. Les écrans ont aidé les jeunes, mais également les parents, à garder le lien avec l'extérieur, bien que les jeunes ont rapporté que les écrans ne remplaçaient en aucun cas les contacts en personne. Une augmentation de l'usage des écrans a été rapportée chez les jeunes, mais également chez les parents. Les temps en famille ont souvent été rapportés, parfois même comme des alternatives aux écrans, des alternatives très appréciées par la plupart des jeunes. Les activités en extérieur, notamment grâce à la météo clémente lors du premier confinement, ont permis de vivre cette période plus sereinement, que cela soit pour les parents ou les jeunes.

Nous avons relevé plusieurs stratégies d'adaptation afin de mieux vivre le confinement : établir une organisation pour la vie en communauté et assurer un rythme de vie, créer de nouveaux moyens de se saluer, essayer des nouvelles activités, ne plus regarder les informations ou se permettent de ne voir que certain-es ami-es en personne. Des sentiments d'ennui, de solitude et de lassitude ont, néanmoins, été rapportés par plusieurs jeunes. Nous avons également relevé une pression de bien réussir son confinement.

Les projections futures sont devenues difficiles, que cela soit pour les jeunes ou les parents. Pour l'avenir, des inquiétudes ont été émises par les jeunes, surtout par rapport à leur perspective académique. Néanmoins, ces craintes concernaient avant tout un avenir proche démontrant que les jeunes vivent davantage cette pandémie au jour le jour et ne projettent pas forcément sur le long terme. Les jeunes ont peu mentionné de craintes quant à l'avenir de leur famille et encore moins quant à l'aspect économique. Pour les parents, l'avenir de leur(s) enfant(s) faisait partie de leurs plus grandes craintes.

Les personnes qui vivaient déjà des situations problématiques avant la pandémie ont vu leurs difficultés augmenter durant cette période. La crise sanitaire a amplifié les écarts déjà existants en termes d'inégalités et de besoins entre les individus. Alors qu'ils-elles ont été les grand-es oublié-es de cette pandémie, les adolescent-es sont pourtant les adultes de demain et devront, inmanquablement, continuer à vivre et à se construire avec les conséquences de cette crise sanitaire. L'adolescence étant déjà une phase de vie transitoire pouvant présenter de nombreux défis, notamment au niveau développemental, il est essentiel d'accompagner, de soutenir et d'écouter les jeunes pour éviter les souffrances psychiques post-pandémiques et des débuts difficiles dans une vie d'adulte.

1 Introduction

1.1 Historique – épidémies modernes

Jusqu'à présent, très peu d'études se sont intéressées aux conséquences des catastrophes sanitaires chez les adolescent·es et leurs parents. Les quelques études réalisées durant la dernière épidémie mondiale de syndrome respiratoire aigu sévère (SRAS), qui a eu lieu en 2003, se sont essentiellement focalisées sur les conséquences pour les adultes ¹⁻⁴. Ainsi, pour les adultes, à la fin de cette crise, leur perception de la vie était devenue plus pessimiste, particulièrement chez celles et ceux qui avaient été atteint·es ou connaissaient quelqu'un qui avait été atteint par la maladie ¹. De même, les personnes ayant survécu à la maladie rapportaient, un an après l'épidémie, des niveaux de stress et de détresse psychologique plus élevés que le groupe contrôle ². Une étude ³ a démontré une association entre la longueur d'une quarantaine et le développement d'un trouble de stress post-traumatique (TSPT). En effet, les personnes isolées plus de 10 jours étaient plus à risque de développer un TSPT comparées à celles isolées moins de 10 jours. Cependant, dans le cas de ces quarantaines, l'isolement ne concernait que la personne malade ou celle ayant été en contact avec la maladie et, éventuellement, les personnes vivant avec elle, et non un confinement de l'ensemble de la population comme ce que nous avons connu avec l'épidémie de la COVID-19. Finalement, l'épidémie SARS a également été associée à l'augmentation du taux de suicide chez les femmes âgées de 65 ans et plus dans une étude menée à Hong-Kong ⁴, mais aucune donnée sur les adolescent·es ne semble exister. L'adolescence étant déjà une période de vie intense avec de multiples transitions, ce type de stress supplémentaire engendré par des situations extraordinaires pourrait mener à des problématiques exacerbées.

Jusqu'à maintenant, les effets des crises sanitaires sur les adolescent·es ont surtout été étudié·es dans le cadre des catastrophes naturelles telles que les tremblements de terre ⁵⁻⁷, les ouragans ⁸ ou le tsumami ⁹. Les conséquences qui suivent de tels désastres naturels peuvent être sévères et prolongés pour les jeunes (par exemple TSPT, dépression, détresse psychologique, anxiété ou encore idées suicidaires). Pourtant, les épidémies et les mesures restrictives mises en place pour contenir une maladie peuvent créer un traumatisme chez les jeunes et leurs familles, et ce, même si les risques quant à la maladie sont inférieurs à ceux des personnes âgées par exemple. Dans une étude ¹⁰ portant sur les épidémies avant celle de la COVID-19, principalement celles liées au SARS et au virus H1N1, les enfants ayant expérimenté un isolement ou une quarantaine avaient plus de risque de répondre aux critères du TSPT (30%) que ceux n'ayant pas vécu une telle expérience (1.1%). De plus, l'analyse du TSPT parmi les enfants et leurs parents a permis d'établir une association entre les deux : parmi les parents avec un TSPT, 86% avaient des enfants démontrant des symptômes contre seulement 14% lorsque les parents n'avaient pas de TSPT, soulignant l'importance de s'intéresser aux familles dans leur globalité.

Très peu de connaissances sont donc disponibles concernant les effets d'une épidémie sur les jeunes, les études se cantonnant essentiellement aux aspects cliniques (symptômes de la maladie, traitement et comorbidités par exemple) laissant de côté les aspects psychosociaux (impacts de la pandémie sur les familles, communication parents-jeunes, soutien à la santé mentale, bien-être

émotionnel par exemple) de la problématique ^{11, 12}. Pourtant, nous savons que les jeunes sont vulnérables aux risques environnementaux et que leur santé physique et psychique ainsi que leur productivité à l'âge adulte dépendent énormément de leur vécu pendant l'enfance et l'adolescence ¹³. Au début de la pandémie et des premières mesures restreignant les libertés, des scientifiques ^{13, 14} ont mis en garde contre l'effet négatif qu'un confinement et la fermeture des écoles pouvaient avoir sur la santé physique et psychologique des jeunes. Par exemple, les enfants hors de l'école, durant les weekends ou les vacances scolaires, sont moins actifs physiquement, passent plus de temps devant les écrans, ont un rythme de sommeil irrégulier et un régime alimentaire moins sain ^{15, 16}. De plus, un stress peut apparaître et s'aggraver chez les enfants et les adolescent-es par la durée prolongée de mesures de fermeture, la crainte d'infection, la frustration et l'ennui, les informations inadéquates, le manque de contact en personne avec les camarades de classe, les ami-es et les enseignant-es, le manque d'espace personnel à la maison et les éventuelles pertes financières de la famille ¹⁴.

Une revue publiée en mars 2020 ¹⁴ a indiqué qu'il ne semblait pas y pas avoir de facteurs démographiques particuliers associés au fait de vivre plus ou moins bien une quarantaine, suggérant que tout le monde pourrait développer des troubles psychologiques à la suite d'une telle expérience. En revanche, les personnes ayant des antécédents de problèmes de santé mentale devraient recevoir un soutien supplémentaire pour contrer les effets négatifs de la quarantaine. .

1.2 La pandémie COVID-19 et les jeunes

1.2.1 La recherche actuelle

La recherche sur le virus COVID-19 et les publications scientifiques y faisant référence ont explosé depuis le début de l'année 2020. Entre janvier et avril 2020, plus 4000 publications sur la COVID-19 ont été référencées. Cependant, certaines voix ¹⁷ se sont élevées pour questionner la qualité de ces publications et leur apport scientifique. De plus, la grande majorité des publications étaient des éditoriaux, des lettres aux éditeurs, des commentaires ou des présentations de cas clinique. Concernant spécifiquement la recherche sur la pandémie COVID-19 et les jeunes, les effets sur la santé mentale ont été au cœur des dernières publications ¹⁸⁻³⁵, notamment pour étudier l'impact de la fermeture des écoles. De plus, des expert-es ³⁶⁻³⁸ alarment régulièrement sur le vécu des jeunes et les répercussions possibles de ces mesures restrictives sur le long terme. Si les gouvernements ont informé la population sur la place des jeunes dans la pandémie en termes d'infection et de risques quant à la maladie, ce n'est que lors de la conférence de presse du 17 février 2021, soit près d'une année après le début de cette crise, que le Conseil Fédéral a assoupli les règles pour cette population en élargissant les activités culturelles et sportives aux jeunes jusqu'à 20 ans. Cette décision a probablement fait suite à l'appel de la Commission fédérale pour l'enfance et la jeunesse ³⁹ au Conseil Fédéral pour considérer la situation des jeunes et adapter les mesures au regard des difficultés croissantes de cette population face à la prolongation de la crise.

1.2.2 La santé mentale

Durant l'adolescence, les jeunes vivent une période développementale et transitoire sur plusieurs aspects. Le groupe de pairs devient de plus en plus une référence et le jeune construit son identité, notamment par les interactions avec ce groupe. Ainsi, de par la distanciation physique imposée dans le cadre de cette pandémie, cette période peut être vécue plus difficilement et mener à des problèmes émotionnels³⁵. Comme susmentionné, la santé mentale a fait l'objet de plusieurs études¹⁸⁻³⁵. Les signes d'anxiété, de dépression et de stress sont rapportés comme étant communs chez les jeunes durant la pandémie et le confinement, particulièrement par rapport à la fermeture des écoles¹⁹, et en augmentation par rapport à une période pré-pandémique ou au début de la pandémie^{24, 31}. De plus, des effets sur le long terme semblent émerger. Par exemple, une étude chinoise³¹ a été menée auprès d'adolescent·es âgé·es de 12 à 18 ans en mars 2020 alors que le taux d'infection commençait à descendre en Chine et les résultats ont indiqué des symptômes de dépression et/ou d'anxiété bien plus élevés que ceux relevés avant la pandémie mais également pendant son pic. L'étude Corona Stress⁴⁰ menée en Suisse a trouvé que les jeunes âgé·es de 14 à 24 ans (14.9%, n=11'612) étaient particulièrement touché·es par rapport à des symptômes dépressifs graves (29%) comparé·es aux autres tranches d'âge (21% chez les 25-34 ans, 17% chez les 35-44 ans, 14% chez les 45-54 ans, etc.) et ce taux n'a pas cessé d'augmenter entre février et novembre 2020.

Parmi les facteurs explicatifs, le fait d'avoir un parent ou une connaissance ayant été infecté·e par la COVID-19 était un facteur de risque pour l'anxiété chez des étudiant·es Chinois¹⁸. Dans le même ordre d'idée, la peur qu'un·e membre de la famille contracte la maladie³⁵ ou le fait d'avoir plus d'opportunités de voir les effets cliniques de la COVID-19 en raison du nombre de cas dans le pays^{19, 22, 29} ont également été considérés comme des facteurs explicatifs des problèmes de santé mentale. En Allemagne, par exemple, les jeunes interrogé·es durant les mois de mai et juin 2020 ont été affecté·es moins négativement que ceux interrogés en Espagne et en Italie, deux pays avec une incidence de cas plus élevée et des mesures plus strictes²⁸.

Dans une étude chinoise²³ menée auprès d'adolescent·es et jeunes adultes âgé·es de 14 à 35 ans, pour la majorité des étudiant·es, au début de la pandémie, une différence de genre a été constatée par rapport à la santé mentale avec davantage de garçons rapportant des symptômes dépressifs comparés aux filles mais aucune différence quant à l'âge n'a été relevée. En revanche, une autre étude chinoise²⁹ a démontré que la présence de cas COVID-19 dans une communauté augmentait le risque de développer des problèmes de santé mentale chez les adolescent·es, avec une association encore plus forte chez les adolescent·es plus âgé·es.

Le confinement, et particulièrement la fermeture des écoles, peut avoir des conséquences encore plus négatives pour des jeunes ayant déjà des besoins en termes de santé mentale. Environ 2000 jeunes âgé·es de 13 à 25 ans et ayant des antécédents de problème de santé mentale ont répondu à l'enquête Young Minds en Angleterre⁴¹. En mars 2020⁴¹, 83% d'entre eux·elles ont rapporté que leur santé mentale avait empiré avec la pandémie et les mesures sanitaires, et 23% ont indiqué ne plus savoir où trouver du soutien. En janvier 2021⁴², l'enquête a été répétée alors que l'Angleterre a connu un deuxième confinement avec une nouvelle fermeture des écoles. Par rapport à ce deuxième confinement, 75% des répondant·es l'ont trouvé plus dur à gérer que le premier. Bien que certain·es participant·es ont rapporté une inquiétude par rapport au fait de lever trop

rapidement les restrictions et de risquer un nouveau confinement, 79% d'entre eux-elles ont considéré que leur santé mentale s'améliorerait aussitôt les mesures levées.

La santé mentale a également été étudiée par rapport aux mesures sanitaires. Ainsi, lorsque la distanciation sociale était respectée pour prévenir une contamination personnelle, les participant-es rapportaient plus d'anxiété que lorsque cela était fait pour des raisons collectives ⁴³.

Plus spécifiquement, concernant le suicide, des projections ⁴⁴ ont été émises sur le risque de voir les taux augmenter en raison d'un impact direct de la COVID-19 mais ces projections ne concernaient pas les adolescent-es en particulier et aucune donnée concernant cette population spécifique ne semble être disponible à ce stade.

1.2.3 L'activité physique, l'alimentation, le sommeil et les écrans

En plus des effets sur la santé mentale directement, des études se sont intéressées à l'impact de la pandémie et du confinement sur certaines activités telles que le sommeil, l'activité physique et l'usage des écrans, des activités qui pourraient, également, impacter la santé mentale des jeunes. Dans ce sens, une étude ²⁹ a conclu que l'activité physique et le maintien d'une routine quotidienne durant le confinement pouvaient permettre aux adolescent-es de minimiser les facteurs de stress pouvant affecter leur santé mentale.

Dans le cadre d'une étude ²² menée en Espagne, les enfants et pré-adolescent-es en situation de confinement ont davantage présenté des signes d'un sommeil perturbé que celles et ceux qui n'étaient pas confinés-es. Les facteurs avancés pour expliquer ces troubles du sommeil sont la baisse d'activité physique, le changement dans les routines de vie, des événements stressants ou encore l'usage excessif d'appareils électroniques qui serait notamment dû au manque de contact social avec les pairs. Ces éléments, ainsi que le sommeil perturbé, pourraient également impacter les performances académiques. Dans le cadre d'une autre étude canadienne ⁴⁵, le confinement a été considéré comme une expérience naturelle permettant d'analyser le sommeil des adolescent-es et un décalage de 2h a été identifié avec un endormissement et un réveil plus tardif. Les auteur-trices de cette étude, contrairement à la précédente ²², parlent d'une amélioration de la qualité du sommeil et d'une baisse du stress liée à l'horaire scolaire.

D'autres études ^{25, 46} ont également permis de mettre en évidence que les mesures sanitaires mises en place, particulièrement la fermeture des écoles et le confinement, ont entraîné la diminution de l'activité physique et la consommation d'aliments moins sains, ainsi que l'augmentation de l'utilisation des médias et d'Internet.

1.2.4 La stigmatisation et le respect des mesures sanitaires

« Les jeunes adultes représentent un tiers des cas positifs. Avec le risque [...] de mettre en danger les tranches d'âges supérieures. » ⁴⁷ ; « On le sait, les jeunes générations sont moins à risque que les personnes âgées si elles contractent le coronavirus. Certains jeunes ont-ils dès lors des comportements inconscients ou ont-ils du mal à percevoir les dangers ? C'est ce qui ressort de plusieurs témoignages. » ⁴⁸ ; « Lettre ouverte aux jeunes imbéciles qui prennent le coronavirus pour un problème de vieux cons. [...] Cela ne sert visiblement à rien de leur parler de leur famille (qu'ils

mettent en danger), ni du personnel de santé (qu'ils exposent à une nouvelle marée d'infections dans des situations risquées), ni des nombreux travailleurs dont la fonction interdit le confinement (dont ils aggravent les risques). On a bien compris que la morale, la justice ou le simple altruisme ne les intéressent pas. Parlons donc de la seule chose qui les intéresse réellement : eux-mêmes. [...] Chaque fois qu'un jeune viole les règles de protection du coronavirus, il détruit des emplois, et probablement le sien dans le futur [...]. »⁴⁹.

Ces citations sont des titres et des extraits tirés d'articles de presse et démontrant la stigmatisation que les jeunes peuvent subir par rapport à leur responsabilité dans la pandémie. Or, plusieurs études^{43, 50-53} ont démontré que les jeunes avaient une bonne connaissance de la maladie, notamment par rapport aux symptômes et à la contagiosité, et adoptaient des comportements conformes aux recommandations et mesures sanitaires déployées pour contrer la transmission avec des motivations individuelles (la peur de tomber malade) mais surtout collectives (la peur d'infecter les autres)⁴³. Une étude¹⁹ a constaté une différence de genre concernant l'adhérence à certaines mesures, les filles respectant plus le lavage fréquent des mains et le port du masque que les garçons.

Si les jeunes adolescent·es semblent plus influencé·es par les discussions avec leurs parents, les connaissances concernant le virus et la situation sanitaire sont davantage acquises par les médias de masse pour les adolescent·es plus âgé·es de par leur plus grande autonomie¹⁹.

1.2.5 Les parents et la famille

La pandémie COVID-19 a également un impact sur les familles et les parents^{20, 32, 54, 55}. Le confinement, l'école à la maison, la possibilité de faire du télétravail ou pas, les relations sociales limitées, les difficultés financières, l'impossibilité de faire garder les enfants ont eu des effets sur les familles et leur fonctionnement ainsi que sur les craintes concernant leur avenir. Les effets de la pandémie et des mesures sanitaires semblent dépendre du niveau d'éducation des parents, du revenu mensuel du foyer, de la santé de leurs enfants, du soutien social, des problèmes mentaux et comportementaux préexistants chez les parents et le stress parental⁵⁶. Le stress des parents est déterminant car il peut avoir un effet direct sur leurs enfants. Par exemple, les parents s'intéressent moins aux activités de leurs enfants⁵⁷ et ces derniers vont moins bien⁵⁵. La peur de perdre un·e membre de la famille, notamment les grands-parents ayant été considérés comme des personnes à risque face au virus COVID-19, peut également avoir un impact sur le fonctionnement de la famille²⁰.

Bien que le pourcentage reste globalement bas, l'étude Suisse Corona Stress⁴⁰ menée par l'Université de Bâle auprès de la population dès l'âge de 14 ans (N=11'612) indique une augmentation des conflits à la maison (sans savoir exactement entre qui les conflits étaient présents) passant de 1.3% en avril 2020 à 4.4% en novembre 2020.

Dans une étude qualitative menée aux USA auprès d'adolescent·es⁵⁸, les défis principaux concernant la pandémie ont été analysés et la famille est arrivée en 5^{ème} position (7%). Les réponses dans cette catégorie incluaient, notamment, les disputes avec les parents, les conflits avec la fratrie mais surtout le fait de ne pas pouvoir voir l'ensemble des membres de sa famille.

Pour les enfants atteints de maladies chroniques, les résultats sont contradictoires, avec certains ne décrivant pas de détérioration de leur état ⁵⁹ et d'autres une certaine péjoration ³², au moins passagère ³³, pouvant mener à une charge supplémentaire pour les familles.

Cependant, le confinement ne se reflète pas que par des expériences négatives au sein des familles, le confinement ayant été une opportunités pour certains parents de passer plus de temps en famille et de renforcer les relations ^{60, 61}. Une fois que la transition de vivre ensemble et d'adapter les horaires / habitudes est passée, l'absence de certains rendez-vous ou déplacements, notamment professionnels, peut diminuer le stress au sein de la famille ²⁰. De plus, vivre la crise ensemble et être toutes et tous concerné-es peut renforcer l'aspect communautaire et solidaire au sein d'une famille ²⁰. Finalement, les discussions entre un parent et son enfant sur la pandémie peuvent protéger les jeunes quant au développement de dépression, anxiété et stress ³⁰.

Dans une étude ⁶² menée en Italie et en Espagne, les parents étaient près de 86% à avoir remarqué des changements dans l'état émotionnel et les comportements de leur(s) enfant(s) durant le confinement. Dans la même lignée, une étude ⁶³ menée en Italie et au Portugal a démontré que les parents avaient perçu une diminution de la motivation scolaire chez leurs enfants durant le confinement. Beaucoup pourraient donc se trouver totalement démunis face à cela et des craintes pourraient se développer. En revanche, dans le cadre de la première étude ⁶², seulement 11% des parents ont considéré que la coexistence entre les membres de la famille était difficile ou très difficile. Mais un tiers ont également rapporté qu'ils étaient stressés ou très stressés par la situation. Et ce stress parental pourrait ne pas diminuer facilement à la fin du confinement et au retour à la « normale » en raison de craintes quant au futur économique de la famille, mais également quant au futur, notamment académique, de leur(s) enfant(s) ²⁰.

1.3 Objectifs

Les objectifs principaux de cette recherche exploratoire sont de:

- Comprendre le vécu des adolescent·es et des parents d'adolescent·es durant la pandémie et le confinement ;
- Explorer de quelle(s) manière(s) leur vie quotidienne a été affectée par cette situation et l'impact sur leur bien-être physique et psychique ;
- Explorer l'effet que cette situation a potentiellement eu sur la conception de leur futur à court et moyen terme.

Les objectifs secondaires sont d':

- Explorer les stratégies mises en place par les adolescent·es et les parents pour réorganiser et vivre leur quotidien dans une telle situation ;
- Explorer l'impact sur la relation parents-adolescent·es dans le cadre du confinement (règles, entente, intimité, conflits, solidarité, etc.).

2 Méthodes

Afin de répondre aux objectifs de la recherche, nous avons décidé d'utiliser une méthode qualitative dans le but d'appréhender les opinions et les interprétations des participant·es quant à leur expérience et vécu du confinement et de la pandémie de manière plus générale. Ce type de méthode permet de saisir davantage le sens qui peut être donné au vécu et d'approfondir l'exploration et la compréhension de celui-ci. De plus, les méthodologies qualitatives sont particulièrement utiles pour explorer des expériences durant des périodes perturbées et discontinues ⁶⁴, comme une pandémie.

2.1 Les entretiens individuels

Comme nous étions intéressé·es aux expériences, vécus et ressentis personnels des jeunes et des parents d'adolescent·es, nous avons décidé d'utiliser la méthode des entretiens individuels pour collecter les récits personnels. Les entretiens individuels permettent de focaliser sur l'individu pour approfondir de manière détaillée une perspective et un ressenti personnels. Les entretiens individuels sont également préférés aux groupes de discussion (groupes focus) lorsque les participant·es pourraient se sentir mal à l'aise pour parler en groupe, ce qui pourrait arriver lors d'une discussion sur le vécu personnel d'une situation.

Nous avons mené des entretiens individuels semi-structurés en utilisant des questions ouvertes. La personne chargée de mener l'entretien pouvait être amenée à reformuler, réorganiser ou clarifier les questions pour approfondir certains sujets introduits par le ou la répondant·e.

Yara Barrense-Dias et Joan-Carles Suris ont mené l'ensemble des entretiens (n=41) entre août 2020 et janvier 2021. Les entretiens ont duré entre 25 minutes et une heure trente.

Au début de la rencontre, chaque participant·e a reçu une lettre d'information expliquant les objectifs de l'étude et les règles de confidentialité et a signé un formulaire de consentement de participation. Un bref questionnaire écrit leur a également été distribué pour récolter des données sociodémographiques et quelques éléments sur la pandémie (cf. chapitre 2.2 p.15). Avant de commencer l'entretien, nous rappelions oralement les points importants inclus dans la feuille d'information et leur laissions le temps de nous poser d'éventuelles questions. Dans la lettre d'informations, des contacts (Pro Juventute, ciao.ch, etc.) étaient offerts aux participant·es s'ils·elles avaient besoin d'aide.

Les entretiens ont été enregistrés avec un dictaphone non connecté, retranscrits et anonymisés (tout élément permettant de reconnaître une personne a été supprimé à l'écrit : un prénom, une école, un lieu, etc.). A la fin de la rencontre, un bon d'une valeur de CHF 30 pour un grand magasin a été remis aux participant·es pour les remercier de leur participation.

Nous avons pu mener 14 entretiens avec les jeunes et 1 entretien avec un parent en face à face, avec masques et distanciation physique. Néanmoins, comme notre étude a également été menée

au cours de la 2ème vague de la pandémie, nous avons ensuite décidé de mener les entretiens par visioconférence (n=7 jeunes et n=19 parents) en utilisant la version professionnelle et sécurisée de la plateforme Zoom®. Nous avons donc dû adapter la manière dont étaient remis les formulaires d'information et de consentement et étaient collectées les données du questionnaire. Ainsi, les formulaires étaient envoyés par courrier postal ou par courriel et les participant-es nous renvoyaient une photographie du formulaire de consentement rempli. Nous avons passé le questionnaire papier en ligne et nous remettions le lien quelques heures avant le rendez-vous. Les entretiens par visioconférence ont également été enregistrés avec un dictaphone non connecté.

Une grille d'entretien basée sur nos questions de recherche regroupait les différentes thématiques à parcourir :

- Le virus : connaissance, compréhension, gravité, ressenti, mesures sanitaires
- Début du confinement : premières réactions, compréhension
- Pendant le confinement : activités, rythme de vie, relations familiales-amicales-amoureuses, formation et école, règles à la maison
- Gestion des émotions, points positifs et négatifs du confinement
- Vision du futur : personnel, familial et sociétal

Cette grille d'entretien a légèrement évolué avec le temps afin de prendre en considération la deuxième vague et les nouvelles mesures sanitaires.

Le protocole de recherche a été validé par la Commission cantonale d'éthique de la recherche sur l'être humain du canton de Vaud (numéro de projet 2020-01858).

2.2 Le questionnaire avant entretien

Avant chaque entretien, les participant-es étaient invité-es à répondre à un court questionnaire récoltant des données sociodémographiques (sexe, âge, activité, type de logement et accès à l'extérieur, taille de la fratrie) et des données quant à la pandémie en utilisant, notamment, la version française du questionnaire de l'Université de Californie à Los Angeles (UCLA Brief COVID-19 Screen for Child / Adolescent Posttraumatic Stress Disorder), qui permet d'évaluer le risque de développer un trouble de stress post-traumatique en lien avec la pandémie COVID-19.

Ce questionnaire inclut un premier bloc de questions sur l'exposition à la pandémie (par exemple : « *Est-ce que vous ou un-e de vos proches êtes tombé très malade ou avez été hospitalisé à cause de cette maladie?* »), un deuxième groupe de questions spécifiques aux enfants de militaires que nous n'avons pas utilisé et un troisième groupe comprenant 11 questions validées sur la fréquence des symptômes de troubles de stress post-traumatique au cours du mois précédant le remplissage du questionnaire (p.ex. : « *Combien de temps / à quelle fréquence au cours du dernier mois... »* « *J'essaie de rester loin des gens, des lieux ou des choses qui me rappellent ce qui s'est passé ou ce qui se passe encore* » ; « *J'ai du mal à ressentir du bonheur ou de l'amour, etc.)* ». L'addition des 11 réponses, allant de Aucun/Jamais (=0) à La plupart du temps / Presque tous les jours (=4), permet

d'obtenir un score global de risque : symptômes minimaux de 0 à 10, symptômes moyens de 11 à 20 et potentiel trouble de stress post-traumatique avec un score de 21 et plus.

2.3 Les participant·es

Entre août 2020 et janvier 2021, nous avons mené 21 entretiens individuels avec des jeunes âgé·es de 14 à 19 ans et 20 entretiens individuels avec des parents ayant au moins un·e enfant âgé·e de 14 à 19 ans et ayant vécu le confinement ensemble. Les parents interrogés, à deux exceptions près, n'étaient pas le parent d'un·e adolescent·e participant à notre étude, cela nous a permis d'avoir une diversité d'expériences encore plus grande. Dans le cadre d'une recherche qualitative, la représentativité ne fait pas partie des objectifs et n'est pas possible. Néanmoins, nous avons fait attention à diversifier nos participant·es pour pouvoir explorer les expériences en fonction de différentes situations personnelles et familiales. À titre d'exemple, nous avons recruté une jeune fille migrante en Suisse depuis 2 ans, 1 jeune fille en internat avant le confinement et deux jeunes filles en foyer. Pour les parents, nous avons également pu inclure des familles monoparentales et recomposées.

2.3.1 Caractéristiques socio-démographiques et cliniques

Jeunes

La moyenne d'âge des participant·es jeunes était de 16.5 ans [14-19 ans]^a, avec une médiane de 16 ans. Les filles composaient 57% (n=12) de l'échantillon total. Pour le questionnaire UCLA, le score moyen chez les jeunes était de 12.3 [score 4-25] et la médiane de 10. Onze participant·es ont démontré un risque minimal de développer un stress post-traumatique, 7 un risque moyen et 3 un risque maximal. Les trois jeunes, 2 filles et un garçon, ayant un risque maximal étaient âgé·es entre 17 et 19 ans, les garçons étaient légèrement plus nombreux (7 versus 4) à avoir des symptômes minimaux que les filles alors que les filles étaient davantage représentées dans les symptômes moyens (6 versus 1). Les mêmes nombres ont été trouvés pour le fait de se dire préoccupé·e ou anxieux·se par rapport au virus avec 11 jeunes ayant rapporté ne pas être du tout préoccupé·es, 7 modérément préoccupé·es et 3 très préoccupé·es. Cependant, croisé avec le questionnaire UCLA, ce ne sont pas toujours les mêmes individus qui, par exemple, rapportaient être très préoccupés et présentaient un trouble potentiel de développer un stress post-traumatique. En termes de gravité, 4 ont rapporté considérer que le virus était très grave, 8 modérément grave, 7 pas grave du tout et 2 n'étaient pas sûr·es.

Nous avons également regardé leurs expériences quant à la maladie par rapport à eux·elles et/ou leurs proches. Parmi les participant·es, 3 (1ère vague uniquement) ont rapporté avoir connu la maladie ou une hospitalisation en lien avec la maladie, 7 (dont 3 en 2^{ème} vague) ont rapporté une quarantaine en raison de symptômes, 12 ont rapporté un test positif (dont 5 en 2^{ème} vague), 13 ont

^a Les nombres entre crochets représentent l'étendue [mix-max] des réponses

un-e proche qui travaille avec des gens qui pourraient avoir cette maladie et 1 a connu un décès (arrière-grand-mère) en raison de cette maladie.

Tableau 1 Caractéristiques des participant·es - Jeunes

N°	Sexe	Âge	Activité	Fratrie N (âge(s))	# dans ménage	Type logement	Date entretien
1	H	18	Gymnase (2 ^{ème})	1 (11)	1	Appartement	10.08.20
2	F	17	Gymnase (2 ^{ème})	1 (20)	3	Maison	11.08.20
3	F	18	Haute Ecole (1 ^{ère})	1 (15)	3	Appartement	12.08.20
4	F	16	Sans activité	3 (2, 12 et 26)	5	Appartement	13.08.20
5	H	15	Gymnase (1 ^{ère})	0	2	Appartement	14.08.20
6	F	14	Collège (11H)	3 (19, 20 et 25)	4	Appartement	18.08.20
7	H	16	Gymnase (1 ^{ère})	3 (18, 23, 26)	4	Maison	25.08.20
8	H	18	Université (1 ^{ère})	2 (7 et 17)	5	Appartement	26.08.20
9	F	18	Sans activité	0	2	Maison	28.08.20
10	H	14	Collège (11H)	2 (19 et 22)	3	Appartement	09.09.20
11	F	15	Gymnase (1 ^{ère})	2 (7 et 17)	5	Maison	11.09.20
12	H	15	Collège (11H)	1 (23)	3	Appartement	11.09.20
13	H	18	Stage avant apprentissage	3 (3, 3 et 30)	4	Appartement	14.09.20
14	F	19	Stage en suspens / travail	1 (22)	2	Appartement	16.09.20
15	F	16	Pré-apprentissage	0	1	Appartement	13.11.20
16	F	16	Apprentissage (1 ^{ère})	0	2	Appartement	14.11.20
17	H	19	Apprentissage (2 ^{ème})	0	5	Maison	16.11.20
18	F	15	Collège (11H)	0	~10	Foyer	10.12.20
19	F	17	Ecole de transition	2 (12 et 18)	3	Appartement	15.12.20
20	H	17	Gymnase (3 ^{ème})	1 (15)	4	Appartement	04.01.21
21	F	15	Collège (11H)	1 (17)	4	Appartement	04.01.21

Parents

La moyenne d'âge des parents était de 47.5 ans [35-58 ans] et la médiane était de 48 ans. Les femmes composaient 74% (n=14) de l'échantillon. Nous avons demandé aux parents comment le télétravail, si celui-ci était possible, s'était déroulé pour eux-elles. Parmi les parents qui travaillaient au moment du confinement (n=16), 8 ont pu faire du télétravail et cela leur a convenu, 3 ont pu faire du télétravail mais ont rencontré des difficultés et 5 ont dû se rendre sur leur lieu de travail.

Par rapport au questionnaire UCLA et le risque de développer un stress post-traumatique, le score moyen était de 8.9 [score 0-19] et la médiane de 8, soit des scores en-dessous des scores des jeunes. Treize parents ont été considérés comme ayant un risque minimal et 7 un risque moyen, aucun parent n'a démontré de risque maximal. Par rapport à la préoccupation face au virus, 13 se sont dit

modérément préoccupé-es, 5 pas du tout préoccupé-es et 1 très préoccupé-es. Dix ont considéré que ce virus était modérément grave, 8 très grave, 1 n'était pas sûr-e et aucun n'a considéré qu'il n'était pas grave du tout.

Finalement, par rapport à l'expérience quant à la maladie par rapport à eux-elles et/ou leurs proches, 4 (dont 1 en 2^{ème} vague) ont rapporté avoir connu la maladie ou une hospitalisation en lien avec la maladie, 12 (dont 5 en 2^{ème} vague) ont rapporté une quarantaine en raison de symptômes, 13 ont rapporté un test positif (dont 7 en 2^{ème} vague), 15 ont un-e proche qui travaille avec des gens qui pourraient avoir cette maladie et 2 ont connu un décès en raison de cette maladie.

Tableau 2 Caractéristiques des participant-es - Parents

N°	Sexe	Âge	Activité	Âge enfant(s)	Type famille	Type logement	Date entretien
1	F	47	Employée temps partiel	16	Monoparentale	Appartement	26.10.20
2	H	58	Employé temps partiel	18, 19, 20, 21	Recomposée	Appartement	12.11.20
3	F	45	Employée temps partiel	10, 13, 14	Nucléaire	Appartement	16.11.20
4	F	35	Employée temps partiel	15	Recomposée	Appartement	18.11.20
5	H	56	Employé temps plein	13, 16, 19, 20	Monoparentale	Appartement	18.11.20
6	H	43	Employé temps partiel	14	Nucléaire	Appartement	23.11.20
7	F	47	Indépendante temps partiel	14, 16	Nucléaire	Appartement	24.11.20
8	F	48	Indépendante temps partiel	17, 19, 21	Nucléaire	Maison	24.11.20
9	F	48	Employée temps partiel	18	Recomposée	Appartement	25.11.20
10	H	44	Cadre à temps plein	16	Monoparentale	Appartement	01.12.20
11	F	50	Employée temps partiel	10, 13, 16	Nucléaire	Appartement	02.12.20
12	F	52	Indépendante temps partiel	16, 20, 22	Nucléaire	Maison	07.12.20
13	F	50	Employée temps partiel	16, 20	Nucléaire	Maison	07.12.20
14	F	42	Employée, indépendante, études temps partiel	11, 14, 15	Nucléaire	Maison	08.12.20
15	F	50	Femme au foyer	15, 18	Nucléaire	Maison	09.12.20
16	H	56	Employé temps plein	15, 17	Nucléaire	Appartement	09.12.20
17	F	40	Employée et indépendante temps partiel	9, 17	Monoparentale	Appartement	09.12.20
18	F	46	Employée temps partiel	7, 13, 14, 16	Nucléaire	Appartement	10.12.20
19	F	48	Indépendante temps partiel	17, 19	Monoparentale	Maison	17.12.20
20	F	44	Cadre temps partiel	1, 15, 16	Nucléaire	Appartement	04.01.21

3 Résultats- jeunes

3.1 Le virus COVID-19

Avant de parler du vécu et de l'expérience de la pandémie, plus particulièrement du confinement, nous avons également abordé le virus en tant que tel et les problématiques liées à la maladie.

3.1.1 Connaissance

Provenance

La grande majorité des jeunes ont rapporté que le virus a tout d'abord été détecté en Asie, plus particulièrement en Chine. Certain-es ont même mentionné la ville de Wuhan comme étant la ville ayant eu le premier cas. *« [...] Ils ont dit qu'il y avait une maladie en Chine, à Wuhan je pense ou quelque chose comme ça et après, c'est parti en Italie et puis après, il y a tout le monde qui en a entendu parler. » (Garçon, 15 ans)*

Plusieurs jeunes ont indiqué que le virus n'avait pas encore été repéré en Suisse lorsqu'ils-elles en ont entendu parler pour la première fois. D'ailleurs, sa gravité était alors présentée différemment selon le lieu. *« La première fois, c'était dans [...] le journal 20 minutes, ils avaient mis en petit mais pour dire que ce n'était pas vraiment important, que l'épidémie avait commencé en Chine et quelques jours après, ils avaient mis cet article en gros pour dire que c'était quelque chose d'important. » (Garçon, 18 ans)*. Pour d'autres, en revanche, les premiers souvenirs quant à la connaissance de ce virus remontent à son arrivée en Suisse. *« Je crois que le virus était déjà en Suisse. Quand il était encore en Chine, je n'ai pas entendu beaucoup. » (Fille, 15 ans)*.

Par rapport à ses origines, certain-es jeunes ont discuté de la transmission de l'animal à l'homme, en mentionnant la chauve-souris et le pangolin. Mais des théories sur la création de ce virus par un laboratoire ont également été avancées. *« Au départ, on disait qu'il venait de la chauve-souris. Et après, par la suite, j'ai entendu que ça venait d'un laboratoire à Wuhan où il y a eu une faille de sécurité et le virus, il s'est propagé [...]. » (Garçon, 15 ans)*. Ces théories étaient parfois minimisées ou relativisées par le fait que personne, scientifiques compris, ne semblaient vraiment savoir d'où venait ce nouveau virus. *« Aussi, on dirait qu'on ne sait pas trop d'où ça vient parce qu'on a dit que c'est parce que des gens avaient mangé une chauve-souris ou un pangolin. On sait aussi qu'il y avait un centre hospitalier à côté enfin un laboratoire qui faisait des virus, enfin on ne sait pas en fait d'où ça vient. J'ai l'impression que personne ne sait vraiment. (Fille, 17 ans)*.

Symptômes et contagion

Par rapport aux symptômes de la maladie, les jeunes interrogé-es avaient des connaissances hétérogènes. Certain-es parvenaient à nous mentionner aisément les symptômes principaux de la maladie. *« Alors les symptômes sont un peu comme la grippe, le rhume enfin il y a des trucs un peu*

différents comme la perte de goût, la perte d'odorat [...]. » (Fille, 15 ans). Certain-es jeunes ont même relevé qu'il existait des personnes asymptomatiques qui pouvaient transmettre le virus malgré tout. *« On ne se rend pas directement compte du nombre de contaminés au moment même parce que du coup, il y a des personnes qui sont asymptomatiques. » (Garçon, 18 ans).* D'autres, en revanche, rencontraient quelques difficultés ou rapportaient que ce n'était pas toujours très clair, même lors de la deuxième vague. *« Mais ça s'attaque aux poumons, ça crée des détresses respiratoires tout ça mais sinon, je ne sais pas plus. » (Fille, 18 ans).* La perte de l'odorat et du goût était le symptôme le moins souvent mentionné. *« Il y a les maux de tête, les maux de gorge, l'essoufflement ou un truc comme ça enfin avec les poumons, on ne respire plus bien et... enfin la fièvre aussi. » (Garçon, 15 ans).*

Plusieurs jeunes ont comparé le virus COVID-19 à une grippe plus sévère, indiquant qu'il n'était ainsi pas toujours aisé de distinguer entre les deux maladies. *« Je sais que c'est assez pareil enfin c'est similaire à la grippe donc que c'était difficile de l'identifier. On se demandait tous si on l'avait eu ou pas quand on avait une grippe avant donc c'est vrai que c'est un peu difficile de savoir la différence entre les deux. » (Fille, 17 ans).*

Pour la contagiosité du virus et la manière dont il se transmet d'un individu à un autre, la transmission par les voies aériennes par des gouttelettes a été la plus mentionnée. *« [...] S'il y a quelqu'un qui est là et qui nous parle par exemple, c'est par les gouttelettes je crois, un truc comme ça et... ça se transmet super vite c'est pour ça du coup que c'est dangereux. » (Fille, 18 ans)*

Certain-es ont donné des voies de transmission supplémentaires distinguant les gouttelettes des contacts physiques avec des personnes et des objets. *« Par voie aérienne, quand on parle, on transmet des gouttelettes qui transmettent donc cette maladie et surtout par l'air et aussi, si on touche une poignée de porte, on peut aussi être contaminé. » (Fille, 19 ans)*

Finalement, l'hygiène et le lavage des mains ont été mentionnés comme ayant une grande importance dans la transmission et la propagation du virus. *« Dans l'air, quand on se touche, quand on se serre la main, quand on a du contact avec d'autres personnes. On se le propage assez facilement si on ne se lave pas ou si on ne se protège pas les mains ou si on n'a pas une bonne hygiène [...]. » (Fille, 16 ans)*

Source et provenance de l'informations

Concernant le virus et la pandémie, plusieurs sources d'information ont été rapportées. Tout d'abord, il y a les médias, Internet, les réseaux sociaux et la télévision. Certain-es jeunes ont également indiqué en avoir discuté avec leurs parents, indiquant que c'était ces derniers qui s'informaient surtout et qu'ils transmettaient les informations à leur(s) enfant(s). *« En famille on en parlait parce que ma mère, elle se renseignait beaucoup ; elle nous disait tout ce qu'elle avait appris. Et, j'ai l'impression qu'en fait, on avait beaucoup d'informations mais on ne savait pas auxquelles on pouvait se fier avec les réseaux sociaux par exemple ou avec les articles [...]. » (Fille, 17 ans).* Les ami-es ont également été mentionné-es mais surtout pour avoir leurs avis, moins comme des sources d'information. *« J'en discutais aussi beaucoup avec les amis pour voir ce qu'ils en pensent et puis moi, ce que je pense, [...] puis voir comment est-ce qu'eux s'y prennent ; leur avis, si c'est bien*

ou pas [...]. » (Garçon, 16 ans). Certain-es jeunes ont également parlé de la presse écrite, en citant certains journaux, mais cela est resté minoritaire.

Par rapport à ces sources d'information, la problématique des informations erronées ou fausses (*fake news*) a été discutée par certain-es participant-es. Il s'est parfois avéré compliqué de savoir quelles informations étaient correctes notamment à cause du nombre d'informations et de canaux disponibles pour en obtenir. « *Ouais et ils ont dit ça d'un air hyper sûr et du coup, ma mère, elle ne voulait même plus que j'aille me promener [...], on a beaucoup d'informations mais peut-être [...] à l'époque, ils auraient récolté toutes les vraies informations, ils auraient fait un bulletin à la radio, tout le monde aurait écouté ça et on aurait peut-être eu moins de renseignements mais de meilleure qualité, j'ai l'impression.* » (Fille, 17 ans).

Pour certain-es, il existe une hiérarchie au niveau des sources d'information et une sélection à faire pour augmenter les chances d'obtenir des informations correctes auprès de sources reconnues. « *Par exemple, si on nous annonce de nouveaux symptômes liés au COVID-19, on croira plus une source qui vient du Temps ou d'un magazine scientifique ou encore d'un médecin de l'Université de Lausanne qu'une source qui vient d'un candidat de Télé réalité ou encore (Rire) [...] d'un rappeur.* » (Garçon, 18 ans). Cependant, même lorsque la source d'information était officielle, certaines contradictions ont mis à mal la confiance et la compréhension de la situation. « *Même aujourd'hui je veux dire, on est dans l'incertitude, l'OFSP qui nous dit [...] que la plupart des foyers de contaminations sont dans les boîtes de nuit et ensuite, un autre jour, on nous dit que c'est dans les foyers avec les familles. Mais au bout d'un moment, on ne comprend plus rien. On ne sait plus ce qu'il faut faire et ce qu'il ne faut pas faire !* » (Garçon, 18 ans).

L'accès à toutes ces informations 24/24 et 7/7 peut entraîner une course à l'information. « *Par rapport à tout, je me renseignais sur les symptômes, sur les gens touchés, sur les chiffres, sur un peu tout. Je regardais limite tous les jours les chiffres et puis certains jours, ça montait beaucoup, d'autres moins et puis... et puis finalement, tout ça, c'est redescendu.* » (Fille, 14 ans). Si dans ce cas la jeune fille de 14 ans parlait de la première vague, un garçon a parlé de cette recherche d'informations presque compulsive lors de la 2ème vague et non lors de la 1ère mais pour une raison particulière. « *Dans la première vague, je voulais aussi avoir les informations mais je crois, j'avais peur un peu de lire que ça venait toujours et toujours et plus et plus et [...] je croyais oui peut-être, que ça part quand je ne lis pas les informations [...].* » (Garçon, 17 ans). Finalement, tout savoir et avoir autant d'informations ne changeaient en rien la situation qui était vécue. « *[...] Parfois, je regarde combien de gens il y a qui sont malades ou quelque chose comme ça mais pas vraiment souvent, je ne sais pas. Si je savais ça, ça ne changerait rien.* » (Fille, 15 ans). Un tel accès aux informations pourrait également avoir un effet négatif sur le moral des personnes par rapport au nombre d'informations négatives relayées au cours de cette pandémie. Par exemple, cette jeune fille a fait part de son éloignement des informations entre les deux vagues. « *[...] Je ne sais pas pourquoi, bah là, je m'y intéresse plus trop bizarrement. En fait, [...] il y a que des trucs négatifs en ce moment. Je n'ai aucun intérêt à ouvrir le journal et regarder ce qu'il se passe [...]. Entre les chiens qui meurent à Neuchâtel, des bombes, des trucs qui explosent, je ne sais pas où dans le monde, les forêts qui brûlent, des cas qui augmentent (Rire)...* » (Fille, 16 ans).

Finalement, il semblerait que cette pandémie ait amené certain-es jeunes à davantage utiliser les sources d'information et à en rechercher. « *[...] Je suis très très info, très calée info donc je regarde*

les infos tous les jours donc ce n'est pas un truc qui m'a submergé d'un coup mais j'ai remarqué que- et j'ai trouvé [que c'était] un truc très bien - les jeunes se sont intéressés aux informations et ça, c'est un truc que j'ai trouvé vachement cool parce qu'en général, on va parler du Journal à quelqu'un, la personne elle va te dire c'est quoi ça ? (Rire). » (Fille, 16 ans).

3.1.2 Ressenti

Gravité du virus

En termes de gravité tout d'abord, une large majorité de participant·es a avancé que ce virus était grave pour les personnes vulnérables mais pas pour elles·eux, en tant que jeune. « *Non je n'ai pas eu peur. C'était plus que je l'attrape et que je le donne à quelqu'un d'autre. Mais sinon, si je l'attrapais, pour moi, ce n'était pas grave enfin c'était pas trop grave.* » (Garçon, 15 ans). Les jeunes étaient cependant bien conscient·es que la gravité dépendait des personnes et que, globalement, ce virus présentait une certaine gravité. « *Non, bah pour moi, personnellement pas mais je sais que genre dans la globalité, c'est dangereux.* » (Fille, 18 ans).

Certain·es participant·es ont indiqué que, dans le doute par rapport aux effets du virus, il fallait mieux éviter de l'attraper. « *[...] Il est grave pour les personnes âgées, oui. Pour les jeunes, ça peut aussi être dangereux vu qu'il y a des problèmes de respiration. Ça ne nous tue pas mais quand même, il faut éviter de l'avoir.* » (Fille, 16 ans).

Le premier confinement, avec la fermeture des écoles et des commerces, a influencé la perception de certain·es participant·es quant à la gravité de ce virus. « *[...] J'étais consciente que c'était quelque chose de grave et que ça se propageait partout dans le monde mais grave au point où les commerces, l'école doit fermer, je ne m'y attendais pas du tout. Enfin du moment où on arrête d'aller à l'école, c'est qu'il se passe vraiment quelque chose [...].* » (Fille, 16 ans).

Le fait qu'il y ait eu des mort·es en Suisse et dans le monde démontrait pour certain·es une certaine gravité. « *Oui parce qu'il y a eu beaucoup de morts. On voit ça à la télé, c'est assez effrayant. On voit un peu partout, chaque jour, les nombres de morts augmentent et ça fait assez peur aussi.* » (Fille, 14 ans).

Finalement, la COVID-19 a été comparée à d'autres maladies pour évaluer sa gravité et certain·es ont alors conclu qu'il existait actuellement d'autres maladies tout aussi ou même plus graves. « *Le VIH c'est plus grave, il y a des trucs comme ça. Ebola, ça me semble plus grave en tout cas de ressenti comme ça, j'ai l'impression que c'est beaucoup plus grave, plus impactant même [...].* » (Fille, 16 ans)

Crainte

De manière générale, la majorité des jeunes n'ont pas rapporté de crainte quant au virus et à la maladie en tant que telle. L'argument de leur jeune âge est souvent revenu pour expliquer l'absence de peur liée à la COVID-19. Pour certain·es, les craintes qui pouvaient exister au tout début de la pandémie ont vite diminué lorsque qu'il a été annoncé que les jeunes étaient moins à

risque de développer des symptômes graves. Le fait de suivre scrupuleusement les mesures sanitaires a également aidé certain-es jeunes à ne pas développer une peur envers le virus. « *Pas trop parce qu'étant donné que je suis quelqu'un en bonne santé, que je suis dans une tranche qui n'est pas forcément touchée et qu'en plus, je prends bien mes précautions en portant un masque, en me désinfectant les mains et en allant souvent chez le médecin tout simplement aussi.* » (Garçon, 14 ans).

L'absence de cette peur s'est également vue lors de la remontée des chiffres juste avant la deuxième vague. « *Oui parce que ça monte toujours et ça redescend, après ça monte et ça redescend ; on ne peut pas faire une panique à chaque fois que ça monte.* » (Garçon, 15 ans).

En revanche, tous les jeunes ont fait part de leur peur de transmettre le virus à quelqu'un et/ou de voir leurs proches tomber malades. Le fait d'avoir cette place de vecteur était particulièrement difficile pour certain-es jeunes qui parlaient alors de faute. « *Un peu peur parce qu'après, c'est à cause de moi que, peut-être, ils sont malades ou comme ça et je crois que ça me stresse peut-être un peu plus que je peux infecter les autres que moi-même je peux être malade mais, [...] à cause de moi, une personne est malade, je crois que ça, c'est le plus difficile pour moi.* » (Garçon, 17 ans). Cette peur allait même parfois au-delà de leur cercle familial. « *Non parce que je ne me suis pas une personne à risque mais j'ai des personnes autour de moi. J'ai une amie par exemple, son père est à risque et du coup, s'il a le virus, je sais que c'est compliqué.* » (Fille, 15 ans).

La crainte et la peur entourant le virus ont parfois évolué avec la pandémie, son rapprochement et l'acquisition de nouvelles connaissances. Ainsi, la peur de certain-es s'est manifestée au moment de l'arrivée du virus en Suisse, voire en Europe déjà. « *On a toujours cette réaction de se dire, c'est loin donc ce n'est pas grave et puis au final, on a commencé à faire moins les malins quand on a vu que ça avait voyagé et que ça arrivait à Genève [...]. Bah plus c'était loin, plus je m'en fichais honnêtement et bah plus c'est revenu vers la Suisse, plus ça m'a inquiété.* » (Fille, 17 ans). Un autre type de rapprochement est également passé par le fait de connaître plus de monde ayant été infecté par le virus, le normalisant et réduisant alors la peur. « *Après ça, ça a encore évolué parce que moi, je me souviens qu'au début du confinement, déjà, les personnes qui avaient le coronavirus, c'était hyper marginalisé, c'est-à-dire que quand quelqu'un avait le coronavirus, on était là woaw, il a le coronavirus, [...] enfin c'était vraiment une maladie qui vient de loin, on ne sait pas trop ce que c'est, woaw il y a quelqu'un [...] qui a le coronavirus [...]. Et maintenant, enfin moi, maintenant si quelqu'un me dit qu'il a le COVID, je dirais bon bah écoute, bon repos, j'espère que ça ira mieux et [...] je n'ai plus du tout ce même rapport avec la maladie [...].* » (Fille, 18 ans). Finalement, les craintes quant à la maladie ont également été réduites au fur et à mesure des infections et des guérisons, démontrant l'articulation faite entre les connaissances théoriques sur le virus et les expériences quant à la maladie.

Certain-es jeunes, bien que minoritaires, ont quand même rapporté des craintes et une peur par rapport au fait de contracter la maladie et ce, même s'ils-elles n'étaient pas à risque. Cette peur était parfois difficile à expliquer. « *[...] Je ne sais pas pourquoi mais oh non, je ne veux pas être malade [...] mais je ne sais pas pourquoi ça me fait peur. [...] Aussi je ne crois pas que c'est vraiment dangereux pour moi, [...] mais j'ai un peu peur. [...] J'ai un peu peur de... on ne fait plus quelque chose contre ce virus et oui, c'est normal, il y a des chiffres comme ça hauts du COVID, et ça, j'ai un peu peur peut-être.* » (Garçon, 17 ans). Deux des participant-es étaient des personnes à risque et

dans les deux cas, nous avons constaté une forte résilience pour éviter de tomber dans une peur extrême par rapport à leur condition. Cependant, cette résilience semble s'être développée au fur et à mesure de la pandémie. En effet, au tout début, une forte crainte a été rapportée puis cette crainte a laissé place à des émotions et des comportements plus sereins et modérés. *« Alors, si je l'ai, ma foi tant pis et puis je sais que je suis une battante donc... et je me dis que si je l'ai, ça sera encore une étape dans ma vie et ce n'est pas grave [...]. C'est venu récemment. En premier c'était surtout de l'avoir, c'est hors de question et puis maintenant, vu qu'il y a beaucoup de proches autour de moi qui l'ont [...] je me dis que ce n'est pas grave. Comme tout, ça viendra s'il faut [...]. J'ai dû avoir un peu confiance en [...] ce virus pour sortir. [...] Bah de voir des jeunes qui sont aussi à risque, ne pas mourir. Ça, ça a été un soulagement un peu. »* (Fille, 16 ans)

Par rapport à la peur, pour certain-es, cependant, leurs craintes portaient davantage sur les mesures, surtout celle de devoir rester à la maison, que sur la maladie en tant que telle. *« Je n'étais pas anxieux d'être contaminé mais ce qui me rendait le plus anxieux, c'était de devoir rester à la maison. »* (Garçon, 18 ans).

3.1.3 Mesures sanitaires

Toujours en lien avec le virus, nous avons discuté des mesures sanitaires et des gestes barrières recommandés et mis en place pour éviter sa propagation. Nous avons pu explorer leur connaissance quant aux différentes mesures, leur avis sur la mesure en tant que telle ou sur sa mise en place et nous avons également pu discuter du respect de ces règles.

Connaissance

Les jeunes ont présenté d'excellentes connaissances quant aux mesures sanitaires. *« Si c'est possible de mettre l'écart entre les personnes, les masques, se laver les mains régulièrement, éviter le contact avec des personnes vulnérables et je crois que c'est tout. »* (Garçon, 15 ans). Ces bonnes connaissances se sont révélées tout au long de l'étude et des vagues, les jeunes étant toujours à jour par rapport aux nombreux changements tels que le passage du masque recommandé au masque obligatoire ou encore le nombre de personnes lors de rassemblements. *« Les premières mesures... [...] En fait, je me rappelle comme si c'était il y a un jour seulement. Alors, les mesures ce n'étaient pas plus de 5 personnes rassemblées au même endroit. Après les mesures basiques, éviter les contacts, porter un masque mais ceci, c'était seulement une recommandation. Ensuite, quoi d'autre ? Ah ! Oui, prendre des mesures en cas d'éternuement, se laver les mains autant que possible. »* (Garçon, 18 ans).

Bien que les différentes mesures étaient globalement très bien connues des jeunes, certain-es ont été moins exhaustif-ves dans l'inventaire de celles-ci. *« Bah, mes parents m'ont dit de bien me laver les mains en rentrant, et puis de porter un masque dans le métro, dans les transports publics et puis voilà. »* (Garçon, 16 ans).

Avis

De manière générale, même si certaines protestations ont été émises par rapport au confort et à la lassitude de certaines mesures, les jeunes ont considéré que les mesures imposées étaient logiques et réfléchies par rapport à la lutte contre la COVID-19. *« Elles sont bien. Ça peut vraiment aider à limiter les dégâts du virus, je pense. »* (Fille, 19 ans).

Les jeunes ont surtout développé leur avis sur les mesures de distanciation et du port du masque, les deux nouvelles pratiques à adopter. Le lavage des mains, bien qu'il ait augmenté pour certain·es, n'a pas été considéré comme une nouvelle mesure dans le cadre de cette pandémie. *« [...] Ça change beaucoup surtout les distances je trouve. Le masque, je ne trouve pas grave, comme les distances, mais c'est aussi un changement. »* (Fille, 16 ans).

La distanciation a souvent été considérée comme la mesure la plus difficile à mettre en œuvre et à respecter sur le long terme. *« Moi je suis sorti à la fin du confinement genre deux-trois semaines avant que les cours recommencent et que ça recommence un peu, et garder les deux mètres, c'est vraiment très très dur. Moi je trouvais ça très difficile. »* (Garçon, 15 ans). La difficulté semble particulièrement présente auprès des plus jeunes adolescent·es et dans un cadre scolaire. *« A la récré, on était tous ensemble de toute manière. Là, il n'y a eu aucune restriction ni rien parce qu'on était tous collés à la récré comme d'habitude, il n'y avait pas une classe à la récré ou je ne sais pas trop quelle alternative il y aurait pu y avoir [...]. »* (Fille, 16 ans). Si avec les personnes connues et les proches cette mesure a parfois été considérée comme étant difficile à respecter, garder ses distances dans la rue avec des inconnu·es semble également être compliqué voire pratiquement pas mise en pratique notamment par rapport à l'impression de sécurité qu'offrent les masques. *« Je trouve qu'elles (les mesures) sont simples mais pour la distance, c'est un petit peu plus compliqué parce que chaque personne [...] ne va pas forcément les respecter enfin c'est plus compliqué parce que surtout, si on se promène en ville, garder 2 mètres, c'est plutôt compliqué, enfin si on peut. Mais... par exemple, quand on a un masque, on se sent protégés. Du coup, on ne va pas forcément respecter les règles de distance. »* (Fille, 18 ans).

Par rapport aux masques, les participant·es avaient des avis partagés. Certain·es, bien que minoritaires, considérant qu'il s'agissait d'une bonne mesure et qu'ils-elles ne rencontraient aucune difficulté à la mettre en œuvre. Pour d'autres, le masque avait certains points négatifs mais ceux-ci ne semblaient pas les déranger plus que ça. *« Pas vraiment, on sera quand même un petit peu content parce que c'est quand même un peu embêtant financièrement et puis juste, de l'avoir tout le temps sur le visage, c'est un peu embêtant mais sinon, ça ne change pas grand-chose. »* (Fille, 15 ans).

En revanche pour d'autres, cette mesure n'était pas appréciée du tout et certain·es rencontraient de grosses difficultés à le porter voire même à comprendre son efficacité dans la lutte à la transmission du virus. *« Je n'étais pas content, non ! Parce qu'on a des jours de 8h10 à 16h00 et on doit porter toute la journée le masque et ils nous disent que si on sort du bâtiment, il faut quand même garder le masque du coup, c'est quand même long. »* (Garçon, 15 ans). Les différences quant à l'âge par rapport à l'obligation du port du masque ont parfois été incomprises et même considérées comme des injustices. *« Oui, de tout le temps porter le masque. A force, on ne peut même plus se maquiller voilà (Rire) avec les lunettes, ça fait de la buée, c'est génial (Rire). Pour moi,*

l'injustice, ce sont les moins de 12 ans qui ne portent pas de masque. Quand je vois les petits là, qui ne portent pas le masque, c'est une injustice [...]. » (Fille, 16 ans).

Le fait de mal porter le masque a également été discuté par certain-es jeunes et dans un tel cas, les autres mesures, la distanciation et le lavage des mains seraient alors primordiales pour contrebalancer cette mauvaise utilisation. « [...] *Je mise honnêtement surtout sur le lavage des mains et la distanciation sociale parce que le masque... Enfin je suis désolée mais on le porte n'importe comment dans le sens où on est tout le temps en train de toucher des trucs, on le remet pendant 3 jours, on le met dans notre poche, dans notre sac.* » (Fille, 18 ans).

Finalement, les jeunes ont également donné leur avis sur certaines réouvertures et certain-es ont rapporté une certaine incompréhension au regard des chiffres élevés. « *Typiquement, les bars, les discothèques, les trucs qui ont rouvert, c'est bête enfin les bars, les terrasses, les trucs comme ça, c'est une bonne idée. [...] Ils ont fait attention par rapport aux tables et tout ça mais ouvrir des discothèques, où tout le monde est serré tout ça, même avec un masque, c'est bête !* » (Fille, 18 ans). Certain-es ont même estimé qu'il aurait fallu être plus sévère au niveau de certaines mesures. Par exemple, si certaines réouvertures ont été questionnées, l'obligation du télétravail ou encore le port du masque à l'extérieur ont été avancés comme des mesures nécessaires et adaptées. « [...] *C'est mon avis, je ne fais pas de politique, [...] on devrait imposer le port du masque selon les saisons mais bon, ça risque d'être désorganisé ; qu'on arrive à imposer le masque sur l'espace public. En hiver, tout le monde doit porter le masque et en été, on laisse le libre-choix aux personnes de porter le masque sur la place publique à l'exception des commerces et... oui des écoles obligatoires. C'est ce qu'on devrait faire.* » (Garçon, 18 ans).

Respect des règles sanitaires

La grande majorité des jeunes interrogé-es ont rapporté respecter les mesures sanitaires et parmi les raisons évoquées pour expliquer le respect de ces règles en tant que jeune, la protection des autres a été la raison la plus rapportée. « *Il faut respecter les règles qu'on nous donne genre porter un masque dans les transports publics, avoir de la distance, se désinfecter et laver les mains beaucoup en rentrant et puis, avoir au moins un petit tube de désinfectant sur nous au cas où. Et puis, c'est à peu près tout enfin bien respecter, bien faire attention aux entourages et puis oui, il faut surtout protéger les autres. Enfin, si vous, vous savez que vous n'avez pas de problème avec ça, faites-le pour respecter les autres.* » (Garçon, 16 ans). Le risque de se faire amender a parfois été mentionné comme une raison pour respecter les règles sanitaires, mais c'est resté minoritaire et l'utilité des sanctions a été remise en doute.

Bien qu'une majorité ait rapporté respecter les mesures sanitaires, certain-es ont admis que c'était parfois difficile de respecter totalement les mesures car ils-elles savaient que les jeunes étaient beaucoup moins touchés par la maladie et se sentaient alors moins concerné-es. « [...] *C'est plus compliqué de faire attention tout ça parce que je me dis que moi, je ne vais pas être infectée. C'est un peu bête comme réflexion mais je sais que moi, je ne vais pas être infectée [...], quand je suis avec des amis ou quoi, on sait que ce n'est pas trop grave quoi.* » (Fille, 18 ans). Pour certain-es, bien que minoritaires, le fait que ces mesures leur soient imposées leur donnait envie de jouer avec le feu et de ne pas respecter certaines mesures. Néanmoins, soit les mesures étaient quand même respectées avec colère et frustration, soit elles n'étaient pas respectées à 100% mais restaient en

partie présentes, comme, par exemple, le fait de mettre son masque uniquement sur la bouche. « [...] De base, même sans virus, il y a des règles que je ne respecte pas vraiment [...]. Après, personnellement, je le (le masque) mets sur la bouche, ça ne me dérange pas et genre les contrôleurs quand ils passent, il ne me dit rien donc autant pour moi. » (Garçon, 18 ans).

Cependant, respecter la distance a été compliqué pour beaucoup de jeunes. « J'essayais au maximum mais après, c'est vrai qu'on ne sait pas exactement ce que ça fait deux mètres non plus donc voilà. Mais ouais, des fois aussi on se dit qu'on sait qu'on ne l'a pas et puis du coup, on ne respecte pas forcément [...]. » (Fille, 17 ans). Cette mesure a particulièrement été peu respectée lors du retour en classe où un rapprochement physique était alors indéniable. « Mais quand ils nous ont annoncé qu'on reprenait le gymnase normalement et tout ça [...], bah les distances sociales, on ne les respectait plus parce que de toute façon, on allait de toute façon se côtoyer donc ça n'allait rien changer. » (Fille, 15 ans). Même si la distanciation a été la mesure la plus difficile à respecter, les jeunes ont adapté certaines de leurs habitudes pour éviter les contacts physiques. « Bon, la distanciation, là comme ça, c'est un peu lourd enfin on était quand même plus proche mais ce n'est pas mal, on se checkait avec le coude ou des trucs comme ça [...]. » (Garçon, 18 ans). La distanciation est surtout respectée par rapport aux inconnu·es et non aux ami·es. « Non vis-à-vis des gens ça va. Après, quand je suis avec mes amis, ce n'est pas possible. [...] Avec mes amis, on est tout le temps collé [...]. Je sais qu'ils ont dit que même quand on sort en groupe, il faut faire attention mais là, ce n'est pas trop ça quoi même si on essaie... Enfin je n'ai même jamais pensé à essayer parce que même, quand je suis avec mes amis, je ne me vois pas trop être comme ça (montre la distance avec l'intervenante) avec eux donc voilà. Mais après, vis-à-vis des autres personnes, en général, oui oui j'ai mes distances dans les transports du coup. » (Fille, 16 ans).

Certain·es jeunes ont également fait part de comportements allant au-delà des mesures en vigueur, démontrant un respect ou une attention même lorsque certaines mesures avaient été levées. « On a hésité à aller en boîte et on s'est dit que quand même non, on n'allait pas... enfin c'est la boucherie là-bas. Le truc c'est n'importe quoi enfin on ne peut pas avoir la distance sociale, les gars, ils sont les uns sur les autres enfin on sait ce que c'est une boîte. C'est logique que le coronavirus, là, il est en pleine apogée. » (Garçon, 18 ans). Un jeune a même indiqué qu'avant l'obligation du port du masque dans certains lieux, il évaluait la situation pour déterminer s'il était opportun de mettre un masque. « [...] Avant, je le portais de temps à autre ; je me posais la question de combien de gens il y avait dans le magasin etc., et puis là, je décidais de la mettre ou pas mais sinon, je ne le mettais pas tout le temps avant que ce n'était obligatoire. » (Garçon, 14 ans).

Parfois, le comportement des autres, et pas uniquement des autres jeunes, a été relevé comme problématique. « Avec mon travail non parce que des fois, les clients, ils viennent vers moi, ils s'approchent en mode il n'y a rien. Même s'il y a le masque, moi je leur dis éloignez-vous de moi, monsieur ! » (Fille, 16 ans).

Finalement, plusieurs jeunes ont fait état d'un relâchement par rapport aux mesures, surtout lors des périodes où les mesures étaient moins strictes mais également au fil de la pandémie avec l'acquisition de nouvelles connaissances sur le virus notamment. « Alors au début, comme on ne connaissait pas du tout, ce n'était pas excessif ou quoi que ce soit enfin il y avait beaucoup ; c'est que c'était un truc qu'on ne connaissait pas mais justement, on jouait beaucoup plus le jeu et puis

là je trouve que depuis le deuxième confinement enfin semi-confinement, c'est beaucoup moins respecté. » (Garçon, 19 ans).

3.1.4 Expérience avec la maladie

Peu de participant-es ont personnellement été malades de la COVID ou ont eu des proches malades. Lorsque cela était le cas, les expériences ont plutôt été sereines. *« Bah moi-même j'ai été touché, mes deux parents aussi ont été touchés. [...] Bah ça s'est plutôt bien passé. Moi je l'ai eu assez peu de temps ; j'ai eu assez de chance. Je ne l'ai eu que pendant une semaine [...]. » (Fille, 14 ans).* Par contre, une différence a été identifiée entre la première et la deuxième vague, les participant-es indiquant davantage connaître des personnes ayant été infectées.

Le fait d'avoir connu ou non la maladie impacterait la manière dont la pandémie est vécue et les risques sont évalués. *« Moi, je n'ai pas trop été affecté parce que du coup, personne n'a été infecté chez moi, du coup je pense que tu ne prends pas conscience du risque [...] enfin avant tu choppes le coronavirus [...]. Tu es beaucoup plus stressé si quelqu'un de ta famille est pris là-dedans que si personne l'est parce que du coup, tu connais une personne qui l'a vraiment eu [...]. » (Garçon, 18 ans).*

3.2 Le début du confinement

3.2.1 Réactions

Tout d'abord, par rapport à l'annonce du confinement, beaucoup de participant-es se sont souvenu-es de la date exacte, soit le vendredi 13 mars. Ensuite, plusieurs réactions ont été discutées.

Plusieurs participant-es ont indiqué que la toute première réaction était très positive, surtout par rapport à l'arrêt de l'école et à la sensation d'avoir des vacances. *« Au début, on était tous contents (Rire) : "Yes, on n'a pas cours les gars ! C'est bon, on est en vacances [...]" ! » (Garçon, 18 ans).* Pour d'autres, cette annonce était même un soulagement par rapport au stress des tests ou examens à préparer. *« En dixième du coup normalement, je devais avoir les ECR, donc les épreuves cantonales de référence mais du coup, ça a été annulé [...]. Du coup, non pas de stress, plutôt un soulagement de pouvoir rentrer chez soi tranquillement et aussi le fait de faire quelque chose d'aussi facile que d'être tranquille chez soi [...]. » (Garçon, 14 ans).*

Certain-es ont expliqué que leur réaction était sereine surtout par rapport au type de confinement qui a été instauré, c'est-à-dire un semi-confinement où il était possible de voir des gens et de sortir. Des comparaisons avec la France et le confinement strict avec des attestations ont souvent été faites pour avancer que leur réaction aurait alors été très différente. *« Pas plus alarmé que ça surtout qu'en Suisse, par rapport à d'autres pays, on n'a jamais été réellement... On nous conseillait de rester chez nous mais on ne nous a jamais obligé à rester chez nous ; c'est ça la différence. » (Garçon, 14 ans).*

L'annonce du confinement a été, pour certain-es, un moyen d'être rassuré-e par rapport au virus et à sa propagation. « *Oui, je l'ai bien pris, oui [...]. Je me suis dit que s'ils avaient pris ces mesures-là, c'était que c'était le besoin, que ça aiderait à arrêter un peu la propagation [...]. Oui, j'étais rassurée, oui.* » (Fille, 19 ans). En plus d'être rassuré-e personnellement, un soulagement a parfois été avancé par rapport à l'ensemble de la population qui, par cette mesure, allait faire plus attention. « *En fait, ça a servi un peu [...] à mettre en garde et montrer que si on ne veut pas être reconfiné, il faut faire attention. Et je pense que ça a quand même beaucoup aidé qu'on prenne conscience que ce n'est pas un jeu. C'est une vraie maladie, elle peut être mortelle pour certains et qu'il faut vraiment faire attention.* » (Fille, 14 ans).

Par rapport à ces réactions plutôt positives ou sereines, certain-es ont fait part d'une rapide évolution au fur et à mesure du confinement, les premières réactions laissant alors la place à des réactions moins positives. « *Au début, oui ça allait très bien au début. Et puis, j'ai commencé à être frustrée vers le milieu de ne pas pouvoir sortir, de faire les choses comme je voulais [...].* » (Fille, 19 ans). Ce changement s'est notamment fait au moment de la compréhension de ce que signifiait un confinement et une distanciation physique. « *Alors, moi j'étais en internat et on m'a dit [...] il faut que tu rentres à la maison aujourd'hui [...]. Et ils disent qu'on va être confinés [...] et j'étais là "Ah d'accord, c'est cool, c'est génial !" et j'ai trouvé ça cool au début, je me suis dit [...] je pourrais sortir voir mes amis. Quand je suis rentrée à la maison, ma mère elle m'a dit que je resterai qu'à la maison, que j'irai qu'au cheval, que je ne verrai personne, personne, personne [...].* » (Fille, 16 ans). Des réactions plus négatives sont également apparues avec la mise en place de l'école à distance. « *Mais lorsqu'on a commencé l'enseignement à distance, au bout d'une semaine, j'ai, comment dire, j'ai l'impression qu'il y a quelque chose qui a changé. Je ne suis plus vraiment le même qu'avant.* » (Garçon, 18 ans).

Mais, il y a aussi des jeunes qui ont rapporté des réactions plus négatives dès l'annonce de la fermeture des écoles et de la mise en place du confinement. Il y a tout d'abord eu un effet de surprise pour certain-es qui n'avaient pas vu arriver une telle mesure engendrant une certaine angoisse. « *Très mal (Rire) parce que... En fait, si on ferme les écoles et qu'on coupe les liens, on se retrouve un peu seule et moi d'être seule, ce n'est pas quelque chose qui me va bien (Rire).* » (Fille, 15 ans). Dans la précipitation, une jeune fille, en Suisse depuis 2 ans, a même expliqué qu'elle avait appelé sa mère pour lui dire d'aller rapidement acheter des denrées car tout allait fermer. « *Oui c'est à 2h30, j'ai été à l'école et ma maîtresse elle m'a dit que ça va fermer à partir de lundi. Et tout de suite j'ai appelé ma mère et je lui ai dit d'aller à Migros et d'acheter quelque chose à manger [...].* » (Fille, 17 ans).

La fermeture des écoles a fait réaliser à certain-es que cette pandémie était réelle et grave. « *[...] Quand je suis rentrée chez moi, j'ai pleuré [...]. Je ne m'y attendais pas en fait, ça m'a surprise et je me suis dit que c'était vrai. C'est là où peut-être je me suis rendue compte que c'était plus grave que ce que je pensais [...]. Je pense que c'est quand je me suis rendue compte que c'était pas juste un petit truc qu'on peut contenir avec un patient dans un hôpital et que c'était hyper rapide et quand on a arrêté l'école, ça m'a mis un coup.* » (Fille, 16 ans). C'est également la durée annoncée qui a choqué certain-es participant-es. « *Je ne m'étais pas préparée à ça. Pour moi, c'était une semaine gros maximum et encore quoi ! Et puis là de voir une date à long terme, un mois et demi, c'était vraiment pfff, je... je ne m'attendais pas à ça quoi, vraiment pas.* » (Fille, 18 ans).

Certain-es ont également rapporté une ambiance post-apocalyptique qui régnait après l'annonce générant une certaine peur. « [...] *Et quand les magasins fermaient, je suis allée le jour même avant que ça ferme, je crois que c'était un lundi et puis ça fermait le soir et vraiment, j'étais en ville c'était surréaliste ! [...] C'était une ambiance hyper bizarre où tout le monde se précipitait un peu dans les magasins, où personne ne comprenait ce qu'il se passait.* » (Fille, 18 ans).

L'éloignement avec les ami-es que cette annonce allait engendrer a également été relevé comme une projection négative pour certain-es. « [...] *Mais, [...] je trouvais ça dommage parce que je savais que je ne reverrai plus mes amies pendant un long moment et puis, ça m'énerve, ce sont des amis [...].* » (Garçon, 15 ans).

3.2.2 Compréhension

Nous avons demandé aux jeunes s'ils-elles avaient compris le but de cette mesure. L'ensemble des jeunes ont compris que cette mesure permettait de diminuer les cas en restreignant le risque de transmission et de désengorger les hôpitaux. « *Puisque ça se propage vite et il y a eu beaucoup de gens infectés, ça a été compliqué pour les hôpitaux et ils ont dû nous mettre en confinement pour gérer tout ça.* » (Fille, 15 ans).

Par rapport à cet objectif, certain-es se sont alors demandé pourquoi, lors de la deuxième vague, une telle mesure n'avait pas été remise en place vu la hausse des cas. « [...] *Après le confinement, enfin le premier confinement, on n'avait presque plus de cas donc maintenant pour redescendre de 8'000 à 100, il faut confiner parce que je vois aussi les gens, ils sont dans la rue ou vont au travail et il y en a plein qui ont le COVID et qui ne le savent pas donc...* » (Fille, 16 ans). Dans le même ordre d'idée, certain-es se sont interrogé-es sur le semi-confinement que la Suisse avait décidé de mettre en œuvre. « *Oui (Rire) oui enfin c'était un peu un semi-confinement, ce n'était pas vraiment très confinement mais oui, j'ai compris enfin c'était un peu perturbant parce que tous les autres pays, ils étaient complètement fermés et puis nous, on était fermé mais non (Rire).* » (Fille, 15 ans).

En revanche, même si cette mesure a été comprise par rapport à son but, les participant-es ont fait part de certains doutes. Pour certain-es cette mesure a été prise un peu de manière irréfléchie dans la précipitation car on ne savait plus quoi entreprendre d'autre. « *Moi je trouvais juste avant le confinement, il y a eu une énorme panique. Il y a tout le monde qui voulait fermer la Suisse, qui voulait qu'on aille en confinement et puis après, ils ne savaient pas quoi faire donc ils ont dit confinement total, voilà.* » (Garçon, 15 ans). Pour certain-es, les mesures étaient exagérées dans certaines situations spécifiques par rapport à ce confinement. « *Des fois, on exagérait un peu [...]. Par exemple pour aller au supermarché, qu'il n'y avait qu'une personne qui pouvait aller dans le magasin ; genre, par exemple, genre pour porter, on a dû attendre dehors pour choisir des aliments ou pour... On devait dire avant et on ne pouvait pas aller ensemble pour voir ce qu'il y avait.* » (Garçon, 15 ans).

3.3 Le confinement

3.3.1 Activités

Nouvelles activités – adaptation

Tout d'abord, nous avons pu relever que plusieurs participant-es ont parlé de trouver une ou des activités pour s'occuper, pour pouvoir combler un vide et pour ne pas voir le confinement passer. Il y avait donc une forme d'adaptation à la situation pour essayer de la vivre le plus positivement et sereinement possible. *« Je suis allée courir, j'ai lu, j'ai fait du cheval, j'ai dessiné un peu aussi. J'ai fait des appels avec mes amis, je jouais avec mes amis... Un peu différent de ce que je peux faire dans la vraie vie quoi, j'ai essayé de combler le manque. »* (Fille, 16 ans).

Certain-es jeunes ont rapporté qu'ils-elles s'étaient fait-es à l'idée et que certaines activités ne leur semblaient plus si intéressantes au final. *« J'étais avec lui et il y avait sa sœur donc on faisait notre petit truc à nous trois mais après, de ne pas aller en boîte, on s'y habitue franchement [...]. Bah on fait avec parce qu'on n'a pas le choix donc [...] on fait avec. C'est une année comme ça. »* (Garçon, 19 ans).

Par rapport à cette adaptation, une jeune fille a manifesté une crainte par rapport au fait que cela devienne la nouvelle vie normale, c'est-à-dire une vie dans laquelle nous devons nous adapter à la situation sans vraiment faire ce que nous souhaiterions vraiment faire. *« Et des fois, je dis mais est-ce que tu te rends compte que ça va bientôt faire un an qu'on vit avec ça ? [...] J'ai plutôt l'impression que c'est une mauvaise chose de s'habituer à ça ; je pense que c'est très mauvais de s'habituer à un quotidien qu'on nous force [...]. »* (Fille, 16 ans).

Ainsi, plusieurs jeunes ont indiqué avoir fait de nouvelles activités durant ce confinement, des activités qu'ils-elles n'auraient pas imaginé faire avant ou pour lesquelles ils-elles n'avaient pas assez de temps. *« Mais je me disais juste ah bah voilà, écoute, j'ai du temps, c'est l'occasion pour faire un peu des choses pour tenter des trucs [...]. De base, tout le temps je me plains que je n'ai pas de temps, bah maintenant, j'ai du temps bah vas-y, fais des trucs, tu vois ? [...] Je me suis juste dit bah écoute voilà, je veux faire des trucs et puis on verra bien ce que ça donne [...]. »* (Fille, 18 ans).

Parmi ces nouvelles activités, il y avait, notamment, le fait d'écouter des podcasts (et pas sur la pandémie), de faire du dessin, de regarder des documentaires, de lire, d'écrire, d'apprendre à cuisiner, de commencer un sport, de jongler, etc. *« J'essayais de me donner de la motivation pour apprendre de nouvelles choses (Rire). J'ai commencé le jonglage, j'ai fait beaucoup de tours à vélo, je me suis améliorée au trampoline. [...] J'ai commencé un peu à dessiner. [...] Ça j'ai trouvé vraiment sympa que je prenne en fait le temps pour faire ça parce que s'il n'y avait pas eu le confinement, jamais je n'aurais pris le temps d'essayer d'apprendre mieux à cuisiner ou de jongler, je n'aurais jamais pensé à faire ça quoi. »* (Fille, 15 ans).

D'ailleurs, certaines de ces activités ont perduré après la levée du confinement. *« Lire ! Je n'aime pas lire de base et là, je me suis dit vas-y j'essaie de lire et c'était hyper bien ! Franchement, j'ai bien aimé mais je pense que je vais commencer un gros livre-là. J'aime bien lire du coup. »* (Fille, 16 ans).

Finalement, Internet a permis à certain-es de commencer ces nouvelles activités grâce à des tutoriaux, des vidéos ou simplement des discussions avec les ami-es. « [...] *J'ai trouvé des nouvelles choses sur l'internet et depuis le lockdown, je fais aussi par exemple les claquettes parce que j'ai vu des cours online et oui, je trouve de nouvelles choses.* » (Garçon, 17 ans).

Activité physique - alimentation

Certain-es jeunes ont parlé d'activité physique parce que leurs cours collectifs étaient annulés. Mais il y a aussi eu des discussions par rapport au fait que durant le confinement, il y avait moins de déplacements car l'école se faisait à la maison. « *Surtout au fait de se déplacer par exemple le matin, sortir, prendre le bus, marcher dans les couloirs du bâtiment. Ensuite, revenir à la maison. On ne se rend pas compte [...]. Sauf que là, du coup, pendant le confinement, malgré tout ce qu'on pouvait faire dans la maison, on n'arrivait quand même pas à ce chiffre-là.* » (Garçon, 14 ans). En lien avec ce manque d'activité physique, certain-es jeunes ont aussi admis qu'ils avaient davantage mangé ou grignoté durant le confinement et qu'ils-elles avaient pris un peu de poids, et cela n'a pas été relevé que par les filles.

Plusieurs ont indiqué qu'ils avaient pris l'habitude de faire des promenades et des activités à l'extérieur, comme du vélo, promener le chien ou faire du cheval. Certain-es ont même débuté pendant le confinement car la plupart de ces activités étaient autorisées et plutôt simples à mettre en œuvre. « *Bah j'ai commencé à faire des marches pendant une heure et j'assurai tout le monde que non, je n'allais pas voir quelqu'un ou que je n'allais pas partir et du coup, c'est devenu un peu une règle [...].* » (Fille, 17 ans).

D'autres ont essayé de se garder un certain programme au niveau du sport afin de garder la forme, surtout les garçons qui faisaient un cours collectif comme du football ou du rugby avant la fermeture. « *Bah j'étais frustré parce que ça ne faisait pas longtemps que j'avais commencé. Je me suis dit que c'était du temps perdu sur les entraînements du coup, sur des techniques que j'aurais pu connaître ou même m'améliorer. Mais du coup, comme je faisais du sport à la maison, je me suis dit que ça équilibrait quand même un peu.* » (Garçon, 15 ans).

Par rapport au sport à la maison, les filles ont parlé des réseaux sociaux qui mettaient à disposition des vidéos de séances de sport mais aussi des séances de visioconférence avec d'autres amies pour se motiver. Les garçons étaient plus solitaires ou alors sortaient pour se retrouver à faire un sport collectif. « *Je faisais des appels téléphoniques avec mes amies et on faisait du sport tous les jours (Rire).* » (Fille, 15 ans).

Les écrans

Les écrans, les médias et les réseaux sociaux ont pris une place particulière durant le confinement en termes d'activités. En plus des écrans utilisés pour l'école à distance et les devoirs, les écrans ont aussi été utilisés pour les loisirs, les relations sociales et les informations, notamment celles sur la situation pandémique. Mais les écrans ont également été utilisés pour combler l'ennui, la solitude ou parce que les jeunes n'avaient rien d'autre à faire. « [...] *En fait, je me sentais tellement seule que j'avais besoin de regarder des vidéos YouTube pour me rappeler qu'il y avait un monde à*

l'extérieur, [...] j'ai passé des heures et des heures à regarder des vidéos YouTube juste pour me rappeler que voilà, il y a d'autres gens (Rire). » (Fille, 17 ans).

Il semblerait que les heures allouées à l'école et aux informations soient restées en-dessous en termes d'utilisation d'écran comparées à celles dédiées aux loisirs et aux relations sociales. *« Oui mais alors vraiment rien, ça c'était ridicule [...]. Ce n'était rien du tout, alors c'était vraiment genre 2 cours par semaine, 2-3 cours, ça durait un quart d'heure enfin vraiment, c'était dérisoire. » (Fille, 18 ans).* Par rapport aux loisirs, il y avait les jeux vidéo, essentiellement rapportés par les garçons, et les jeux en ligne ou sur une application (exemple : Houseparty©), ainsi que le visionnage de vidéos ou de séries, sur Youtube© ou Netflix©.

Par rapport au temps d'écran, quasiment tous les jeunes ont admis l'avoir augmenté durant le confinement, pouvant aller à un doublement du temps d'écran. *« [...] En comptant l'ordinateur et les autres pour tout ce qui est loisirs dont films, jeux etc., on devait être à environ 10 heures sachant qu'en général, on est à 4-5 (heures). » (Garçon, 14 ans).* Cette augmentation n'aurait pas uniquement eu lieu chez les jeunes, certain-es ayant indiqué que leurs parents avaient également augmenté leur utilisation des écrans durant cette période par rapport au travail et aux contacts avec l'extérieur.

Certain-es jeunes ont considéré que leur temps d'écran était devenu excessif durant le confinement et, parfois, des tentatives pour le réduire ont été faites de leur plein gré. Une lassitude, notamment de par l'aspect répétitif, a donc également concerné l'usage des écrans et une pause était parfois requise par le-la jeune lui-elle-même. *« [...] Les jours où je n'avais pas de ZOOM©, je me suis dit bah qu'aujourd'hui, j'éteins mon téléphone et je range ma chambre ou je vais lire ou je ne sais pas, je vais faire n'importe quoi mais juste pas d'écran parce que je n'en pouvais plus au bout d'un moment. Mais c'est vrai que je pouvais passer une journée entière sur un écran, ça ne me dérangeait pas mais un moment, quand c'était trop, c'était trop. » (Fille, 17 ans).*

L'impression de perdre son temps avec les écrans a également été mentionnée. *« Après, je me souviens qu'à la fin du confinement quand on avait tous un peu marre de tout ça, et qu'on avait peut-être moins l'énergie pour avoir justement de la rigueur pour organiser bien mes journées, j'avais justement des creux et là vraiment, je faisais un peu des écrans. Je regardais un peu des conneries et tout mais ça m'énervait ; je détestais profondément ces journées et après, à la fin de la journée, je n'étais pas contente de moi enfin j'étais là, ma journée était nulle [...], j'ai l'impression de perdre mon temps [...]. » (Fille, 18 ans).*

L'envie de revenir à une vie en présentielle a pris le dessus sur l'utilisation des écrans démontrant que ces moyens ne pouvaient se substituer à des contacts réels. *« Avant, je jouais que les week-end et puis pendant le confinement, je faisais tous les jours. Et puis vers la fin, j'en ai eu marre parce que... j'en ai trop abusé et du coup, j'en avais marre et je voulais rentrer à l'école, retourner à l'école. » (Garçon, 15 ans).*

Finalement, les écrans ont été un relai par rapport à la limitation des contacts sociaux et a permis à l'ensemble des jeunes de garder contact avec leurs ami-es, même juste pour les entendre sans forcément tenir une conversation. *« Ouais il y avait pleins de trucs différents ; soit on faisait des jeux, soit on discutait. Il y en avait même enfin moi je sais que des fois, j'ai laissé tourner House Party quand je faisais mes devoirs ou je faisais des trucs comme ça, on s'entendait enfin c'était cool. »*

(Fille, 18 ans). C'est d'ailleurs souvent pour les relations sociales que les écrans ont été le plus souvent utilisés. *« Ça prenait encore plus de place (Rire). Déjà que j'accorde beaucoup beaucoup d'importance à tous mes amis [...], c'était encore pire parce que comme on restait sur nos téléphones, on restait ensemble jusqu'à 3-4 heures du matin. [...] Moi je sais qu'il y a des jours où je passais ma journée entière sur mon téléphone à parler avec mes potes, [...] on passait toute la journée ensemble et puis le soir ouais jusqu'à 3-4 heures du matin, on était encore ensemble (Rire). »* (Fille, 18 ans).

Comme susmentionné, les écrans ne peuvent pas se substituer aux rencontres et relations en face à face, et les jeunes ne se seraient pas contentés de ces contacts en ligne, notamment par rapport au risque de malentendus. *« On faisait beaucoup de zoom ou d'appels mais c'est vrai que c'est moins bien que de les voir en vrai parce qu'on s'interrompt, on ne sait pas vraiment ce que la personne veut vraiment dire et puis on devait se donner rendez-vous donc ce n'était pas spontané [...]. »* (Fille, 17 ans).

Les réseaux sociaux ont donc été très utilisés pour maintenir les relations avec les pairs, mais ces plateformes auraient aussi des risques, particulièrement durant cette période de confinement, par rapport au fait que les jeunes se comparent sur les réseaux sociaux. *« Pas du tout parce que les réseaux sociaux, c'est un truc qui m'angoisse un peu. [...] Je pense même que ça ne m'aurait pas trop aidé et même, ce n'est pas la réalité quoi. [...] Je n'aurai pas trouvé l'intérêt de voir pleins d'images, de voir des trucs de dehors alors que je suis à la maison. »* (Fille, 16 ans).

Substances

A l'exception d'une seule participante, aucun jeune n'a parlé de consommation de substances durant le confinement. Cette jeune fille a rapporté boire de l'alcool certains soirs pour oublier le confinement et la situation problématique qu'elle vivait avec ses parents. Cette consommation s'est stoppée lorsqu'elle a pu retourner dans un foyer après le confinement. *« Oui, je me rappelle que mon plus grand moment de soulagement, je pense que c'était le soir quand je me faisais deux verres de vin (Rire). [...] En fait, vu que mon père achetait du vin pendant le confinement, il le mettait à la cuisine bah du coup, je savais où il était et du coup, c'était facile. Je prenais la bouteille, je prenais un verre et puis j'allais dans ma chambre. »* (Fille, 16 ans).

3.3.2 Ressenti – émotions

Mélange d'émotions et évolution

En termes de ressentis et d'émotions, il y a tout d'abord eu des mélanges d'émotions et une évolution des émotions au fur et à mesure du confinement. Nous avons pu relever deux évolutions : celle qui part d'émotions ou de ressentis négatifs à des émotions ou ressentis plus positifs, faisant penser à l'établissement d'une forme de résilience. *« En fait, c'était un mélange d'émotions. Au début, c'était de l'inquiétude [...]. Je ne comprenais pas trop et puis après est venu l'ennui, je m'ennuyais à la maison [...] et puis, après, j'ai pris l'habitude, je trouvais ça normal un peu [...]. Et puis après, j'étais heureuse enfin c'était, c'était comme si je vivais ma vie normalement, j'ai vraiment pris l'habitude de me coucher tard, de me réveiller tard. Je fais mon travail, je regarde la télé, mon*

téléphone. J'avais vraiment pris une routine et j'étais quand même pas mal heureuse. » (Fille, 14 ans). Et celles qui, au contraire, ont évolué négativement, notamment par rapport à la durée du confinement et de la pandémie en général, exprimant une certaine lassitude. Un jeune homme l'a, par exemple, exprimé avec les applaudissements pour le corps médical lors du premier confinement. *« [...] Oui, tous les soirs, on allait applaudir au balcon. Les premières fois, j'y allais, j'applaudissais au balcon parce que je voyais une certaine générosité et aussi parce que si je n'applaudissais jamais, c'était comme si j'avais fait un croche-patte à tous ces gens qui ont rendu service. Et j'applaudissais, j'applaudissais et même quand je ne voulais pas applaudir, j'applaudissais mais au bout d'un moment... j'avais l'impression d'applaudir mais juste pour applaudir [...]. »* (Garçon, 18 ans). Par rapport à ce mélange d'émotions, elles pouvaient être différentes d'un jour à l'autre durant le confinement. *« [...] Il y a des jours où j'étais vraiment déprimée et il y a des jours où ça allait. »* (Fille, 16 ans).

Emotions négatives

Pour certain-es, ces émotions ont pris le dessus pendant le confinement : le stress, la peur, les inquiétudes, l'ennui, le manque, la solitude, l'anxiété voire même la colère. *« Je me sentais seule... Et... énervée (Rire), mais je ne pourrais pas vous dire contre quoi car je ne pense pas qu'il y avait tellement de raisons. Et, mais en fait, je me sentais hyper lourde et fatiguée tout le temps, c'était vraiment bizarre (Rire). »* (Fille, 15 ans). Par rapport à l'ennui plus particulièrement, l'aspect routinier du confinement a, notamment, lassé certain-es jeunes qui ne savaient plus quoi faire à un moment donné. *« Plus parce qu'on doit toujours faire la même chose. On se lève le matin, on travaille, puis on va genre dans le jardin, on fait toujours la même chose, du ping-pong ou jouer avec le chien pour ceux qui ont un chien et puis après, on rentre, on se lave et puis on mange et puis toujours la même routine. »* (Garçon, 16 ans).

Le fait d'en entendre parler au quotidien a accentué ces émotions, certain-es essayant même de ne plus en entendre parler. *« [...] Aux actualités, on ne faisait que parler des conséquences de cette crise sanitaire et de rien d'autre. Et aussi, une chose que j'ai remarqué, c'est que je suivais de moins en moins l'actualité voire des fois plus du tout. »* (Garçon, 18 ans).

Il existait également une forme de pression de bien réussir son confinement, d'avoir fait quelque chose d'utile ou quelque chose de nouveau. Et cette pression se manifestait, notamment, par rapport aux réseaux sociaux, particulièrement chez les filles. *« Surtout sur les réseaux sociaux. On voit beaucoup de célébrités qui disent ah ouais qu'ils ont commencé ça et tout et puis on avait un peu une pression de réussir son confinement ; d'être utile et de ne pas être... bah justement inutile à rien faire ouais, c'était un peu une pression là-dessus [...]. »* (Fille, 17 ans).

La culpabilité a parfois été rapportée par rapport au confinement. En effet, certain-es jeunes se sont autorisé-es des sorties et, même si les mesures semblaient bien respectées, un sentiment de culpabilité pouvait apparaître. *« Bah j'habite en campagne donc j'avais une partie dans les champs et une partie plutôt dans le village. Et puis quand j'arrivais dans la partie dans le village, je me sentais coupable et même, quand je regardais plein de gens se promener en même temps, bah j'avais quand même cette idée dans la tête qu'ils ne devraient pas [...]. »* (Fille, 17 ans).

Pour certain-es, les émotions négatives portaient davantage sur le virus en tant que tel, et moins sur le confinement. « *Plutôt positivement je crois. Le virus était négatif mais comme j'ai vécu le lockdown (confinement), c'était plutôt positif.* » (Fille, 15 ans).

Émotions positives

Certain-es jeunes ont plutôt bien vécu la période du confinement. Le confinement a permis à certain-es d'être plus serein-es et moins stressé-es, leur laissant davantage de temps pour certaines choses qu'ils-elles avaient délaissées. « *Oui. J'ai pris conscience du stress quotidien et que je ne me pose pas assez.* » (Fille, 19 ans). D'autres ont également parlé de détente, d'amusement et de joie, notamment dans des moments partagés avec leur famille.

Tout comme certain-es qui nous ont expliqué que l'école à distance leur avait permis de faire autre chose à côté car cela leur prenait beaucoup moins de temps, une jeune fille nous a même rapporté que, contrairement à ce qu'elle s'imaginait, elle s'est sentie libre durant cette période de confinement. « *Et puis là, tout à coup, de se retrouver à faire des balades de 3 heures dans la forêt, à aller juste faire des balades ou voilà, je me sentais un peu plus [...] calme et je ne sais pas, je me sentais assez libre en fait [...] parce que je peux faire tout ce que je veux et j'ai l'impression comme si enfin... ça me fait du bien et j'étais là "Woaw !", je ne comprenais pas trop cette émotion. C'était un peu bizarre de ressentir ça [...].* » (Fille, 18 ans).

3.3.3 Famille

Temps passé en famille – relations avec la famille

Tout d'abord, plusieurs participant-es nous ont expliqué que le confinement leur avait permis de passer plus de temps en famille et la plupart a apprécié ces moments considérés comme rares en temps normal. « *[...] On regardait la télé ensemble même si ce n'était pas quelque chose de Woaw, on était quand même ensemble, et le fait qu'on soit ensemble, c'était assez bizarre vu que même la semaine ou le soir, on ne mange pas ensemble. On ne faisait vraiment rien tous réunis et puis ça fait du bien, un peu d'être réuni en famille.* » (Fille, 14 ans). Ces moments familiaux ont, notamment, été permis grâce à l'allègement des horaires de certains parents. « *Et le point positif, c'est que mon père, je le voyais plus souvent parce qu'il est cuisinier et je ne le vois pas très régulièrement.* ». Mais c'est aussi la disponibilité des jeunes pour les membres de leur famille qui a changé. « *J'ai eu un peu plus de temps pour moi, et mes entourages, on pouvait faire ensemble.* » (Garçon, 15 ans).

Ainsi, en plus d'une augmentation des activités partagées en famille comme la cuisine, le jardinage, les promenades, regarder la télévision ou encore les jeux de société, c'est aussi davantage de moments de discussion qui ont été rapportés. « *Et au fur et à mesure des jours, ils ont voulu partager des choses avec moi comme la cuisine ou des émissions ou des choses, juste prendre un moment et à 4 heures ou même le soir pour manger ensemble, et puis parler un peu. Chose qu'on n'avait pas du tout l'habitude de faire [...].* » (Fille, 16 ans). Ce temps passé ensemble a évolué avec le temps pendant le confinement. Au début, il semblerait que l'organisation de cette nouvelle manière de vivre ensemble ait pris le dessus puis, petit à petit, le stress du début a laissé place à des moments plus sereins en famille. « *Oui parce qu'ils étaient plus stressés mes parents mais en*

même temps, ils avaient peut-être plus de temps pour eux. Mais avec ce qui arrivait, ils devaient gérer donc au début, c'était compliqué et ensuite, quand on a trouvé notre rythme, c'est allé de mieux en mieux je dirais. » (Fille, 17 ans). Les sujets de discussion ont également évolué au fur et à mesure. Au début de la pandémie et du confinement, les sujets abordés portaient surtout sur le virus mais petit à petit les discussions au sein de la famille ont porté sur le quotidien essayant de faire abstraction de la pandémie.

Lorsque la famille n'était pas présente, par exemple dans le cas d'un foyer, un rapprochement avec les autres personnes du foyer, éducateur-trices compris-es, a également été rapporté durant le confinement avec le fait de partager plus de moments ensemble. *« [...] Avec le foyer, on faisait des petites séances de yoga donc c'était sympa. Et (Rire) aussi il y a eu quelques fois avec... -bah les gens du foyer- on a fait des sorties nocturnes et même si on n'avait pas le droit, c'était quand même vachement bien et ça nous a tous vraiment rapprochés [...]. Bah avec les gens du foyer, ça n'a pas trop changé enfin ça a surtout amélioré nos liens. »* (Fille, 15 ans).

En revanche, pour certain-es jeunes, bien que minoritaires, le confinement n'a pas entraîné un rapprochement avec leur famille. *« Bah du coup, je ne voyais pas beaucoup mes parents même si on habitait au même endroit (Rire) parce que j'étais vraiment tout le temps, tout le temps dans ma chambre [...]. »* (Fille, 18 ans). Cela a surtout été relevé dans les familles qui avaient déjà des relations problématiques. De plus, si partager des moments en famille a pu être positif au début du confinement, certain-es ont estimé que c'était un peu trop long. *« Bah si ! Au début ! Mais après, ça devient un peu long. »* (Garçon, 15 ans).

Tensions au sein de la famille

Même si le fait d'avoir passé davantage de temps avec sa famille a été, pour la plupart des jeunes, une expérience positive durant le confinement, certaines tensions ont pu apparaître par rapport au fait de vivre ensemble et d'être restreint-e dans le reste de ses activités. *« Totalemment. A force d'être enfermé à la maison, de moins sortir, de moins voir ses amis, on est tous beaucoup plus à cran. Du coup, la moindre chose qui pouvait nous énerver, nous énerve dix fois plus [...]. »* (Garçon, 14 ans).

Les tensions rapportées ont, notamment, concerné les règles d'hygiène sur lesquelles les parents revenaient. *« [...] Il y a des fois où on s'embrouillait parce qu'elle disait tu ne te désinfectes pas assez les mains quand tu sors ou des trucs comme ça et puis du coup, on s'embrouillait juste pour ça [...]. »* (Fille, 16 ans). Mais, dans un cas, les tensions en lien avec ces mesures sont apparues par rapport au jeune lui-même, intransigeant avec les règles également vis-à-vis de ses parents. *« Oui parfois, au début, je ne voulais pas toujours parler de ça mais après, ça venait et moi, j'étais oh non, je suis un peu devenu pénible avec les choses avec laver les mains et pas toucher toutes les choses et là, il y avait parfois des conflits avec les autres de ma famille. [...] C'est parfois comme ça, ils touchaient une lettre à moi et moi je disais non, vous n'avez pas lavé les mains et comme ça [...]. »* (Garçon, 17 ans).

Par rapport aux relations déjà problématiques avant le confinement, il y a eu deux cas de figures. Tout d'abord, celui où, pendant le confinement, la relation s'est apaisée. *« On (elle et son père) a cette relation compliquée qui était vachement compliquée au début, qui a été mieux pendant le confinement et... Au début avril, j'ai perdu mon arrière-grand-mère du COVID et... [...] j'ai explosé*

d'énervement. Et [...] bah là, on s'est pris dans les bras alors qu'au début du confinement, on ne se prenait pas dans les bras [...]. » (Fille, 16 ans). Puis, celui où le confinement a littéralement fait exploser la relation. « [...] Avec ma sœur, [...], on ne s'entend pas de base. Bon, c'est ma sœur, je l'adore mais on ne s'entend pas de base. Mais en général, vu que je suis à l'école, ou du moins je peux sortir, on ne se croise pas toute la journée et là, on était 24/24 ensemble pendant deux mois et ce n'était pas facile. Ça veut dire entre moi qui fait des entretiens zoom et qui doit être toute seule dans la chambre, ma sœur qui ne veut pas partir parce qu'elle fait du bruit et ça criait, et ça s'énervait et ça casse ses affaires d'école. Non, c'était n'importe quoi. » (Fille, 16 ans).

La place dans l'appartement ou la maison, ainsi que l'accès facile à un extérieur étaient des éléments importants par rapport à ces tensions et conflits. *« Honnêtement, ça s'est vraiment très bien passé, on a été extrêmement privilégiés à ce niveau-là parce qu'on a un grand espace [...]. On a accès à l'extérieur [...] et on n'était pas tout le temps ensemble. » (Fille, 18 ans).*

Pour la majorité des cas, les tensions et conflits ont été bien gérés. Certaines stratégies étaient alors mises en place pour les faire redescendre comme se séparer un moment, aller faire un tour dehors et/ou entreprendre une activité seul-e. *« [...] Mais en fait, on arrive assez bien à gérer enfin si on sent que ça va exploser, on se met dans notre coin et on fait des choses avec nous-mêmes. » (Fille, 15 ans).*

Règles

Comme susmentionné, les tensions ont parfois spécifiquement concerné les règles d'hygiène. Ainsi, en plus des règles concernant le lavage des mains, certaines familles ont demandé à leurs enfants de ne voir personne durant le confinement. *« C'était dur parce que je voyais sur mon téléphone les story d'autres gens qui allaient au lac ou qui allaient se retrouver entre amis même à distance et je savais que mes parents, ils avaient peur pour moi mais ils exagéraient un peu quand même au bout d'un moment parce qu'encore récemment pour eux, c'est compliqué d'accepter que je sorte et bah j'ai l'impression qu'ils étaient trop stricts [...]. » (Fille, 17 ans).*

Ensuite, d'autres règles étaient parfois mises en place au sein de la famille comme l'usage des écrans après une certaine heure. *« [...] Moi je devais arrêter les FaceTime (application Smartphone de visioconférence) assez tôt parce que sinon, je parlais trop fort [...]. » (Fille, 18 ans).*

Mais, dans l'ensemble, c'est plutôt un assouplissement des règles durant le confinement qui a été rapporté par les jeunes. Cet assouplissement s'est notamment expliqué par le fait que les jeunes n'avaient tellement rien à faire que les parents ont été souples par rapport au peu qu'il leur restait ou encore par le fait que les parents étaient parfois trop stressés par le télétravail ou la charge des autres membres de la famille. *« Pas plus que ça. En fait, c'est vraiment beaucoup- je veux dire- beaucoup plus souple. On avait beaucoup plus de liberté si je peux dire ça comme ça ; on n'avait rien à faire [...]. » (Fille, 14 ans). Cette souplesse a notamment été rapportée par rapport aux écrans, une thématique qui, normalement, est sujette à des règles strictes. « Oui. Normalement, quand on a l'école, on ne doit pas avoir de natel pour toute la nuit mais dans le confinement, ma mère nous laissait le voir comme nous on veut. » (Fille, 17 ans).*

Le vécu de la famille

Les jeunes ont parfois expliqué comment le confinement avait été vécu par les autres membres de la famille, incluant frères et sœurs, parents et même les grands-parents, mais aussi comment eux-mêmes avaient vécu ce confinement vis-à-vis de ces autres membres.

Tout d'abord, par rapport à comment la pandémie et le confinement ont été vécu par leurs proches, il semblerait que certains parents aient été stressés par la situation et que les jeunes s'en étaient bien rendu compte, essayant même de les rassurer dans certaines situations. « [...] *C'est juste que moi, comme je sortais beaucoup, j'allais souvent voir mes amis, mes parents, des fois, ils étaient un peu énervés parce que je sortais vraiment souvent et ils trouvaient que c'était irresponsable tout ça mais au final, genre, je leur ai expliqué qu'on faisait attention tout ça et au final, c'est passé après.* » (Fille, 18 ans). Le confinement a été particulièrement difficile pour les personnes considérées comme étant à risque. « *Oui ! Elle était très angoissée, elle craignait- parce qu'elle était classée comme personne à risque- elle craignait d'être infectée et d'avoir des symptômes graves.* » (Garçon, 18 ans). Dans ce même ordre d'idée, la situation a aussi été parfois difficile pour les grands-parents, parfois isolés. « *Je pense que c'est difficile parce qu'elle habite toute seule dans un appartement et il y a une personne à côté qui fait les courses pour elle mais elle trouve très difficile de rester à la maison parce qu'elle aime bien voir sa famille qui n'habite pas loin en plus.* » (Garçon, 15 ans). Certain-es jeunes ont également parlé du vécu de leurs frères et/ou sœurs considérant que c'était parfois encore plus compliqué pour les plus petits. « *Après, bah j'ai ma petite sœur de 2 ans. Pour elle, ce n'était pas très facile pour elle en vrai. [...] Dans le sens où elle a besoin de contact, c'est un bébé du coup, elle a besoin enfin c'est normal, c'est comme ça qu'on grandit, il faut sortir, il faut tomber par terre et elle s'est retrouvée à regarder des dessins animés scotchée sur l'ordinateur [...] mais d'un autre côté, on n'avait pas vraiment le choix [...].* » (Fille, 16 ans).

Puis, les jeunes ont fait part de leur comportement vis-à-vis du vécu de certains de leurs proches pendant le confinement. Par exemple, certain-es ont rapporté ne pas avoir vu leurs grands-parents durant le confinement de peur de les infecter. « *Ma mère est allée le (grand-père) visiter mais moi je ne l'ai pas revu [...]. En vrai, ça ne me dérange pas de le voir mais je trouve que ce n'est pas nécessaire de faire ça maintenant là.* » (Garçon, 15 ans). Par rapport aux personnes à risque encore, un jeune homme a également expliqué qu'il était parti au début du premier confinement pour vivre chez un ami pour éviter tout risque vis-à-vis de sa mère, considérée comme étant à risque. « *Bah justement, pendant le premier confinement, je suis parti pendant 6 semaines vivre chez un ami pour éviter tout contact ; comme on ne savait pas du tout à quoi s'attendre [...]. Et puis avant qu'elle se fasse opérer, la semaine d'avant, je portais même le masque à la maison parce que j'étais le seul qui sortait, qui travaillait [...].* » (Garçon, 19 ans).

3.3.4 Ami-es

Voir ou ne pas voir ses ami-es

Globalement, nous avons relevé trois situations parmi nos participant-es. Celles et ceux qui ont pu voir physiquement leurs ami-es, celles et ceux qui n'ont pas pu les voir et celles et ceux qui ont décidé de ne pas les voir.

Pour les participant-es ayant pu voir des ami-es, les rencontres se sont exclusivement fait à l'extérieur avec des activités relativement simples comme se promener et discuter. Le fait de ne pas pouvoir faire grand-chose passait en second plan lorsque les ami-es étaient physiquement présent-es. « [...] *Bah quand je voyais mes meilleures amies, si on ne faisait pas du vélo, juste, on ne faisait rien mais on ne faisait rien ensemble (Rire).* » (Fille, 18 ans).

Par rapport au fait de pouvoir voir des ami-es, il semblerait qu'une certaine sélection ait dû se faire en raison des contacts restreints que nous devions avoir en cette période de confinement. Beaucoup de jeunes ont rapporté qu'ils avaient fait une sorte de confinement avec quelques ami-es, toujours les mêmes, et qu'ils-elles ne voyaient qu'eux-elles. « [...] *On n'est pas bête. On ne commence pas à prendre des risques bêtement parce qu'on sait que le corona est là mais [...] ce sont que des personnes qu'on connaît [...], ce sont des personnes assez proches. On passe tout le temps du temps ensemble [...]. On essaie de restreindre quand même les potes [...].* » (Garçon, 18 ans).

Même une seule personne pouvait permettre de vivre plus sereinement cette période et cette distance imposée. « [...] *Ma meilleure amie, on s'est quand même énormément vues, [...] en gros, le confinement, on l'a fait ensemble. On était tout le temps ensemble donc moi, vu qu'elle me comble quasi pleinement, je n'avais pas vraiment le manque de voir d'autres personnes parce qu'il y avait eu elle ; s'il n'y avait pas eu elle, vraiment, je sais que la semaine où on ne s'est pas vues, c'était un enfer, je ne me sentais pas bien, j'étais vraiment seule etc. Mais vu qu'elle était là, ça allait.* » (Fille, 18 ans). Pour les autres, ce sont les réseaux sociaux qui ont alors pris le relai pour garder le contact.

Ensuite, il y a celles et ceux qui n'ont pas pu voir leurs ami-es, soit parce que leurs parents le leur interdisaient soit parce que les ami-es ne sortaient pas. « *Non, c'était juste des fois, c'était long et puis je me disais qu'il y avait des amis que je voulais voir tout ça mais je pouvais pas [...].* » (Fille, 18 ans). Il semblerait que le fait de ne vraiment voir personne restait rare. « *Avec certains, après, on trouve toujours un moyen de se voir. Tout ça c'est une question de volonté à part si certains sont imposés par leurs parents à rester à la maison mais... C'est très peu de fois le cas.* » (Garçon, 14 ans).

Finalement, il y a celles et ceux qui n'ont pas souhaité voir leurs ami-es physiquement, se contentant des échanges par réseaux sociaux ou téléphone. Bien que cette situation soit restée rare, certain-es ont rapporté qu'ils-elles souhaitaient s'isoler ou qu'ils-elles avaient peur des contaminations. Dans ce cas de figure, parfois, les jeunes se sont demandé si leurs ami-es allaient leur en vouloir. « *C'est bizarre et je me posais beaucoup de questions sur le fait que peut-être qu'ils vont m'en vouloir ou des choses comme ça alors que pas du tout [...].* » (Fille, 16 ans).

Les réseaux sociaux

Sans étonnement, les réseaux sociaux et les médias ont pris le relai par rapport aux relations entre pairs. Ils ont donc permis aux jeunes de garder contact avec leurs ami-es. Les applications étaient multiples allant de Skype®, WhatsApp®, FaceTime®, Snapchat®, Instagram® ou encore Houseparty®, une application permettant également de jouer.

Cependant, une jeune fille a indiqué que, pour changer un peu et pour s'éloigner un peu des écrans, elle et d'autres amies avaient décidé de s'écrire des lettres. « *Et après sinon, avec des amies, on s'est écrit des lettres en fait. Genre avec une amie, on s'est écrit 3 lettres avec une autre, on s'est*

écrit 6 lettres en tout. Avec ma meilleure amie justement, quand on ne s'est pas vues, vu qu'on habite à côté, on se met genre 3 fois par jour des mots dans notre boîte aux lettres [...]. » (Fille, 18 ans).

Par rapport à cette possibilité de garder contact entre eux-elles, certain-es jeunes ont quand même indiqué que ce n'était pas pareil que de pouvoir communiquer en face à face et que cela ne remplaçait en rien le contact hors réseau social. *« Oui on se parlait presque tous les jours ou tous les deux jours donc on avait plus de contact que quand on est au gymnase, on a chacun notre vie et on se voit peut-être une fois par semaine. Là, on avait beaucoup plus de contact mais c'était à distance donc ce n'était pas pareil. »* (Fille, 17 ans).

Par rapport aux réseaux sociaux, les filles ont davantage parlé de discussion alors que les garçons ont davantage parlé de jeux en ligne.

Les discussions entre ami-es

Par rapport aux sujets de discussion que les jeunes avaient entre eux-elles durant le confinement, certain-es ont rapporté que la pandémie en faisait partie. *« De temps en temps, on parlait entre nous de ça. Par exemple, quand on jouait et puis on allait voir le nombre de cas qu'il y avait et on disait que par rapport à hier, il y avait tant de cas, il y en avait qui venaient d'arriver etc., etc. »* (Garçon, 15 ans). Parfois, lorsque les jeunes rapportaient en parler, ils-elles le faisaient sur le ton de l'humour pour relativiser un peu. *« [...] Des fois, on en parle, on rigole. Et puis, il y a quelqu'un qui tousse, quelqu'un qui dit que sa maman est malade et puis on rigole en disant Attention le COVID pour faire stresser enfin c'est pour rigoler [...]. »* (Fille, 16 ans).

Mais pour la majorité, ce sujet ne faisait pas partie de leur conversation. Parmi les explications, il y avait le fait que les discussions quotidiennes de jeunes prenaient le dessus, que d'autres sujets les intéressaient plus, qu'ils-elles ne connaissaient pas grand-chose sur le sujet ou qu'ils-elles en avaient marre de n'entendre parler que de ça. Ce qui les intéressait le plus c'était de savoir quand ils-elles allaient pouvoir se revoir. *« Des fois, on en parlait mais ce n'était pas le truc qui revenait le plus. Le seul truc qui nous apportait vraiment, c'est quand on prévoyait la date à laquelle on allait tous se revoir [...]. »* (Fille, 18 ans).

Difficultés rencontrées

Bien que certain-es aient rapporté que le manque de contact en face à face avec leurs ami-es ou la restriction du nombre de contacts n'ait pas été si difficile, plusieurs participant-es ont admis que cela avait été le plus dur dans cette phase de confinement. Certain-es jeunes se sont senti-es très isolé-es. *« [...] C'est vrai que moi, j'ai besoin de voir la personne, pouvoir interagir avec et puis bah du coup, c'était très dur, je me sentais très isolée aussi mais je savais qu'ils étaient là mais comme ils étaient loin, j'avais l'impression qu'ils n'étaient plus là. C'est psychologique mais au final, on s'est retrouvé mais c'est vrai que c'est dur de ne pas voir la personne physiquement en face. »* (Fille, 17 ans).

C'est moins la solitude en soi qui a mal été vécue que le fait qu'elle ait été imposée sans aucune indication sur sa fin. Même pour des jeunes se disant de nature solitaire, les difficultés sont alors

apparues. « *Oui, à un moment oui, je me sentais hyper seule parce que même si c'est cool de rester à la maison, même [...] moi j'aime me mettre seule, j'aime être solitaire, c'est quand je l'ai décidé mais que la solitude me tombe dessus comme ça, c'est quelque chose d'autre et là, j'avoue qu'au bout d'un moment, je l'ai ressenti [...].* » (Fille, 16 ans).

Pour d'autres encore, ce qui a été difficile c'est le fait de ne pas pouvoir rencontrer de nouvelles personnes, surtout à un âge où l'école est moins présente ou qu'il n'y a plus cette structure de classe et de camarades, par exemple comme à l'Université avec des grands auditoriums. Cela s'est également davantage vu chez des jeunes qui étaient en âge de sortir dans des bars ou des boîtes de nuit. « *Après, c'était plus le fait de rencontrer de nouvelles personnes parce que je me disais que je ne pouvais pas trop rencontrer de nouvelles personnes parce que bah voilà [...]. Les nouvelles personnes, on les rencontre où ? Bah dans des fêtes, des cafés etc. et puis vu qu'il n'y a plus de fête, plus de cafés, bah on ne peut plus trop rencontrer de nouvelles personnes.* » (Fille, 18 ans).

Finalement, une autre difficulté vécue durant cette période est l'apparition de tension entre ami·es, notamment par rapport aux mesures sanitaires, certain·es jeunes étant plus laxistes, d'autres plus exigeant·es, etc. « *On n'a pas vraiment eu de débat, c'est juste qu'il y en a eu certains qui ont pris ça sérieux, ils portaient le masque enfin il y a 2-3 mois, dès qu'ils ont entendu parler de ça, ils portaient directement le masque. Il y en a d'autres qui mettaient du gel hydro alcoolique toutes les heures [...].* » (Garçon, 18 ans). Il y a également eu des tensions entre les jeunes souhaitant un peu s'isoler et celles et ceux réclamant davantage de contacts et d'attention. Cependant ces tensions sont restées relativement légères.

3.3.5 Vie amoureuse

Comparé à leur vie sociale et à leurs ami·es, très peu de jeunes ont parlé de leur vie amoureuse ou sentimentale par rapport au confinement. Cette thématique n'a été mentionnée que par des adolescent·es âgés de 17 ans ou plus.

Les rencontres ou contacts étaient parfois simplement interdits par les parents ou étaient très restreints, ce qui rendait la situation difficile à vivre. Ramener son ou sa petit·e ami·e à la maison était très peu fréquent chez les jeunes ayant discuté de leur vie amoureuse dans le cadre du confinement. Les rendez-vous se faisaient majoritairement à l'extérieur. « *Bah c'est surtout le manque. Vue qu'elle était dans la même gymnase que moi, du coup, on se croisait tous les jours pratiquement. Elle n'était pas dans la même classe mais on allait ensemble aux cours, des trucs comme ça, on rentrait ensemble. Mais du coup là, ça faisait une sorte de vide. Elle, elle avait ses cours et moi, j'avais mes cours. On sortait, mais du coup, on ne pouvait pas aller quelque part à part marcher.* » (Garçon, 18 ans).

Des tentatives de respecter la distanciation ont été avancées, mais il a très vite été admis que dans une telle relation c'était quasiment impossible à respecter. « *Ah ouais du coup, enfin elle, elle a son père qui est à risque du coup... (Hésitation) C'était- je la voyais mais enfin c'est assez compliqué parce qu'elle me disait qu'il fallait qu'on garde la distance mais... c'est compliqué de garder la distance. [...] Bah au bout d'une heure, c'est... on se rapproche gentiment parce que c'est logique [...].* » (Garçon, 18 ans).

Pour une jeune fille, cette prise de distance physique temporaire a eu un côté positif. Elle a considéré que l'éloignement avait rendu les retrouvailles intéressantes. « [...] J'avais le droit de sortir une heure mais c'était tout et j'avais le droit de voir personne. [...] C'est vrai que c'était dur parce qu'on essayait de s'appeler tous les soirs mais quand on est en confinement, on n'a rien à raconter donc c'est compliqué et puis, enfin, c'était dur mais au final, ça allait pour le mieux parce que quand on quitte une personne pour un moment, et qu'on revient après, bah c'est mieux parce qu'on profite plus des moments ensemble [...], c'est beaucoup mieux je trouve. » (Fille, 17 ans).

3.3.6 Ecole

Organisation

Tout d'abord, plusieurs participant·es ont fait part des difficultés rencontrées lors de l'organisation de l'école à distance les premières semaines de confinement. Ces débuts chaotiques ont entraîné, pour certain·es, un stress par rapport au manque d'informations fournies sur comment ça allait se passer sur le court et long terme. « [...] Je voulais savoir à tout prix ce qui allait se passer, je voulais plus d'informations, c'était vraiment pour le gymnase. On nous a pas donné d'info, enfin au tout début, on était vraiment perdus par rapport aux cours en ligne, par rapport aux examens, par rapport à tout ce qui allait se passer. » (Fille, 18 ans). L'organisation dépendait aussi de l'enseignant·e, certain·es ayant été totalement absent·es durant tout le confinement. « Ouais vraiment par rapport à comment ça allait se passer. Moi j'ai des profs [...] dont je n'ai pas eu de nouvelle pendant tout le long du confinement ou j'ai eu des nouvelles mais genre c'était une fois par mois, ils nous envoyaient un truc à lire et puis ils nous disaient que comme ça, on avait fait notre travail. Mais sinon, on n'avait pas de nouvelle. La première semaine, on n'a rien eu, aucun cours à part peut-être je crois que ma prof d'allemand nous avait déjà donné des trucs mais sinon, on a eu zéro cours enfin c'était hyper mal organisé. » (Fille, 18 ans).

Ensuite, il y a eu quelques problèmes techniques ou des problématiques concernant le matériel informatique nécessaire pour l'école à distance. Certain·es jeunes devaient partager l'ordinateur avec d'autres membres de la famille ou possédaient des ordinateurs pas assez puissants pour pouvoir faire l'école à la maison. Certain·es devaient imprimer des documents mais ne possédaient pas d'imprimantes et devaient donc s'organiser autrement. Finalement, une jeune fille migrante a rapporté ne rien comprendre à l'utilisation de l'ordinateur ou à l'accessibilité de la plateforme sur lequel elle devait se rendre. « Non, c'est très compliqué la première fois, mais ma maitresse, elle a essayé de m'expliquer en natel, en vidéo natel mais, première fois, c'est très compliqué ; je ne sais rien faire [...]. C'est très difficile pour moi, je ne comprends rien dans l'étude d'internet. Par ordinateur, je ne comprends rien [...]. » (Fille, 17 ans).

Stress

Certain·es participant·es ont considéré qu'il y avait eu une surcharge de travail pendant le confinement de la part de certain·es enseignant·es qui souhaitaient absolument tenir leur programme et qu'une adaptation avait été nécessaire pour tenir compte de la situation. « [...] Les 2-3 premières semaines du confinement, ils (les enseignant·es) ont paniqué, ils nous envoyé un

programme mais enfin encore plus que ce qu'on devait faire de base [...]. Au bout de la deuxième semaine, on a eu un téléphone avec notre prof de classe [...]. Elle a appelé chaque élève de notre classe individuellement pour nous demander si ça allait la masse de travail [...]. Tout le monde a dit que non, ça n'allait pas ; il y a beaucoup trop de trucs, ce n'est pas possible. Ça ne sert à rien de vouloir essayer de tenir le programme comme si rien ne se passait alors qu'il se passe quelque chose [...]. » (Fille, 18 ans).

Certain-es jeunes se sont mis beaucoup de pression durant cette période par peur pour la suite par rapport à leur niveau. *« Pour moi, c'était important de ne pas lâcher mes études, de vraiment continuer un max parce que je savais que j'allais retourner tout ça en troisième année et du coup, j'ai essayé de faire au maximum les devoirs en temps et en heure mais c'est compliqué quand on a tous les mails qui arrivent. » (Fille, 17 ans).*

Par rapport à celles et ceux ayant obtenu leur diplôme, bien que la majorité ait été soulagée de ne pas avoir à passer des examens, plusieurs se sont demandé la valeur d'un tel diplôme, comme s'il allait moins valoir sur le marché du travail que celui d'une personne qui aurait passé des examens. *« Donc c'était un mal pour un bien mais après on verra. Moi je dis toujours maintenant, c'est un peu un CFC au rabais [...], ce n'est pas extraordinaire enfin on ne peut pas, ce n'est pas normal... » (Garçon, 19 ans).*

Le stress a aussi concerné les examens, par rapport à la période avant l'annonce de leur annulation. Pour certain-es cette période d'attente a été trop longue et peu supportable. *« Bah en tout cas, moi personnellement par rapport aux exas, enfin ce que je n'ai pas aimé par rapport à la Suisse tout simplement, c'est qu'ils nous ont laissé beaucoup trop de temps en suspens. Enfin dans le sens, moi je ne savais pas s'il y avait examen ou pas, c'est stressant ! Moi, personnellement, avant qu'on me dise que je n'aie pas d'exa, j'étais stressé [...]. » (Garçon, 18 ans)* Avoir des examens à la suite de plusieurs semaines d'école à distance était, pour certain-es, mission impossible quant à leur réussite de par le retard qu'une telle situation allait occasionner. *« Oui, je suis du genre très stressée donc pour les examens, je n'étais pas sereine du tout (Rire), savoir qu'on allait louper un mois d'école et que c'était là où on allait faire toutes les révisions pour les examens, je n'étais pas très sereine. » (Fille, 15 ans).*

Finalement, le stress s'est également manifesté à la suite de changements de programme, notamment des annulations de stage ou d'apprentissage prévus. *« Parce que c'est mon premier stage que j'ai trouvé et je suis très heureuse et j'ai envie d'essayer mais ils ont dit que c'est annulé. » (Fille, 17 ans).*

Décrochage

Plusieurs participant-es ont admis avoir décroché durant le confinement, voire même jusqu'aux vacances d'été malgré le retour en présentiel au cours des dernières semaines. Ce décrochage a particulièrement été observé à la suite de l'annonce qu'il n'y avait plus de notes ou plus d'examen. *« J'ai réussi au début mais après, j'ai un peu lâché parce qu'il y avait les vacances qui arrivaient. On ne savait pas si on allait recommencer, il n'y avait pas de répercussion puisqu'il n'y avait pas de note donc je suis allée à tous les zooms mais je n'ai pas forcément fait tous les devoirs... [...] Bah c'était compliqué de garder la motivation quand on est chez soi enfin... c'est compliqué. » (Fille, 17 ans).*

Le décrochage s'est aussi vu au fur et à mesure de la pandémie et du confinement avec le fait d'être lassé-e de cette situation et d'avoir envie de reprendre une vie normale avec des cours en présentiel. « [...] En cours de chimie, on était à peu près la quasi-totalité de la classe. Il y en avait certains qui manquaient et au fil des jours, il y avait de moins en moins de gens, on est 23 dans la classe. Au début, il y en avait 17 en chimie mais au fil du temps, on a commencé à voir 4,5 voire 4,5,6 sur 23 dans notre classe et je comprends bien tout ça. C'est lié au décrochement scolaire où on en peut plus. On veut reprendre, revenir à la normale. » (Garçon, 18 ans).

Les distractions, surtout par rapport à son téléphone portable, faisaient aussi partie des explications quant au fait de décrocher au niveau de l'école. « Ah moi j'ai trouvé ça super compliqué. [...] Les cours qu'on avait en ligne, c'était impossible. Enfin j'avais trop de trucs qui me distrayaient, à droite, à gauche, j'étais sur mon téléphone, tout ça [...]. » (Fille, 18 ans).

Le fait de vouloir faire autre chose, d'autres activités qui les distrayaient et les intéressaient plus, a également mené certain-es jeunes à ne pas s'impliquer au niveau de l'école. Pour certain-es, il s'agissait donc de finir au plus vite leurs devoirs, quitte à bâcler ou à ne pas vraiment ressortir quelque chose au niveau apprentissage, notamment pour pouvoir s'adonner à d'autres occupations. « [...] J'ai travaillé pour faire les choses vite fait. [...] J'ai ressenti comme un travail, comment dire... vite fait et mal fait parce que je le faisais comme si [...] je devais faire quelque chose le plus rapidement possible [...]. En fait, je me préoccupais seulement sur ce que j'avais à faire et pas sur ce que ça me faisait moi. » (Garçon, 18 ans).

Pour essayer de ne pas décrocher, certaines stratégies ont été mises en place, mais sont restées très rares. Par exemple, changer d'endroit où travailler comme le fait de passer de la chambre à la cuisine ou encore aller se promener pour ensuite reprendre en s'étant changé les idées un moment. « Par exemple, il y a une chose que j'ai essayé de mettre en place, c'est par exemple de travailler dans la cuisine [...]. Pour éviter de fermer la porte, pour éviter toute distraction. Ou encore, [...] par exemple, [...] j'essaie de sortir prendre l'air, le plus possible et dès que je reviens, [...] j'arrive à me rafraîchir les idées pour ensuite continuer ce que je fais. » (Garçon, 17 ans).

Expériences positives

Pour certain-es jeunes, l'expérience de l'école à la maison a été une expérience positive. Si pour certain-es, l'avantage a été de les éloigner d'un milieu qui les stressait ou les faisait se sentir mal à cause de certaines situations problématiques, pour d'autres, l'expérience a été positive en termes d'apprentissage et d'organisation. Pour beaucoup, le côté positif de l'école à distance durant le confinement a été qu'il y avait beaucoup moins de devoirs et de cours à suivre.

Pouvoir s'organiser à son rythme, un rythme moins soutenu qu'en présentiel, a permis à certain-es de mieux se concentrer sur ce qui devait être fait. Ils-elles pouvaient se concentrer pleinement sur un travail qu'ils-elles devaient rendre à telle date et telle heure et organiser leurs autres activités en fonction de ce travail. « [...] On a nos trucs, nos devoirs et on peut s'arranger nous-mêmes. On a une date pour rendre et c'est beaucoup plus simple de se programmer. Et du moment où on me laisse faire mon programme, moi c'est parfait donc ce qui fait que je rendais tout à l'avance et puis, j'étais tranquille [...]. » (Fille, 16 ans).

Pouvoir passer du temps à étudier a même permis de s'occuper et de remplir les journées durant le confinement. « *Moi qui ne sortais pas du tout, des fois, j'étais seule et puis, ça allait mais sinon... A part le travail, je pense que c'est peut-être ça qui m'a aidé, c'est que je me suis mise à fond dans le travail scolaire. Et je n'ai pas décroché une seule fois.* » (Fille, 16 ans).

Le fait de pouvoir travailler sur ordinateur et d'acquérir certaines compétences, notamment en traitement de texte ou présentation par ce moyen, a également, parfois, été considéré comme positif. « *[...] Sinon, ça a permis aussi à beaucoup de gens, personnellement moi, qui n'ai jamais pu faire ça, car en général on autorise ça seulement aux élèves dyslexiques par exemple, c'est le fait de faire des rédactions et ce genre de truc sur ordinateur ce qu'on a tous eu le droit de faire durant le confinement [...].* » (Garçon, 14 ans).

Rythme

Au niveau du rythme, si l'école à distance a fortement impacté le sommeil des jeunes, notamment par le fait que le lever pouvait se faire plus tard (ce point est développé dans le chapitre suivant), l'école à distance a démontré des problématiques en termes de rythme et d'horaires en elle-même.

Le fait d'avoir un programme clair et un rythme relativement bien calqué sur une semaine scolaire en temps normal, soit hors confinement, a aidé certain·es participant·es indiquant que la structure les avait aidé à garder un rythme normal et à rester motivé·es pour les cours. Le fait que l'école à distance avec des objectifs clairs ait été rapidement mise en place a également participé à une expérience plus positive. « *Totalement, ça été fait très rapidement. Pour certains professeurs, [...] dès la première semaine du confinement, on a eu des devoirs alors que certains ont mis plus de temps à nous contacter mais sinon, ils ont été très efficaces, très rapides et tout de suite créé un programme avec un certain train. Par exemple, tant d'exercices le mardi, le mercredi et le jeudi donc quand même assez bien cadré. Et puis en général, ils se calaient sur l'horaire scolaire qu'on avait du coup, par exemple, certains jours où on n'avait pas du tout math, on n'avait pas de devoir de math.* » (Garçon, 14 ans). Un jeune nous a expliqué que ce qui n'allait pas au niveau des horaires et du rythme c'est que justement les enseignant·es ne s'étaient pas calé·es sur les horaires des cours et que les jeunes devaient alors s'adapter aux temps libre des enseignant·es, ce temps libre changeant d'un jour à l'autre et d'une semaine à l'autre. « *[...] Non pas sur nos horaires et ça c'était embêtant car on ne pouvait pas suivre le rythme normalement. C'était le temps libre, c'était bien ça le problème puisque parfois, on était avertis au dernier moment qu'il y avait une séance et tout ça. En fait, on n'était pas vraiment organisés pendant l'enseignement à distance. (C'était) selon le temps libre des enseignants.* » (Garçon, 18 ans).

Pour d'autres c'est justement un rythme moins soutenu qui a participé au fait de vivre une expérience plutôt positive de cette manière de faire en termes d'école. « *Bah j'ai plutôt aimé parce que, par exemple, ils nous donnaient les devoirs pour lundi à rendre pour jeudi et puis on pouvait le faire quand on voulait et puis on avait toute la journée et du coup, on pouvait le faire quand on voulait et puis bah, on était bien, on était tranquille.* » (Garçon, 15 ans). Par rapport à ça, certain·es ont ainsi trouvé dommage que certain·es enseignant·es n'avaient pas allégé les horaires ou restaient campé sur des périodes commençant relativement tôt en termes d'heures. « *[...] Les profs, certains ils étaient sympas et certains non parce que tu devais tous les jours te lever à 8 heures ou bien d'autres, bah on n'a même pas eu vraiment contact.* » (Garçon, 16 ans).

3.3.7 Rythme de vie

Sommeil

Par rapport au rythme de vie, le rythme de sommeil durant le confinement a souvent été au cœur des discussions. Nous avons pu relever pour la très grande majorité des jeunes un décalage au niveau des heures de coucher et de lever. Pour certain-es ce rythme était positif car ils-elles ont pu rattraper des heures de sommeil ou adapter leur sommeil à leur fatigue, ce qui a même, parfois, impacté leur concentration et leur énergie. *« C'était quand même positif dans le sens où j'ai pu rattraper des heures de sommeil parce que comme j'habite loin de mon gymnase, je devais me lever tôt, je rentrais tard parce que j'avais les trajets. Et du coup, j'ai pu dormir plus donc ça m'a permis d'être beaucoup plus concentrée, j'ai remarqué sur mes devoirs que je faisais ; j'étais beaucoup plus concentrée qu'avant. Parce que je n'étais pas fatiguée. »* (Fille, 17 ans). Pour d'autres, en revanche, ce changement de rythme n'était pas positif. *« [...] Mais c'est vrai que quand on se réveille à midi, une heure, on se rend compte qu'on a gâché la moitié de sa journée donc je pense que ouais. Je préférerais peut-être plus avoir un rythme et moins dormir plutôt que d'avoir un rythme vraiment où je pers la moitié de mes journées quoi. »* (Fille, 17 ans).

Certain-es jeunes ont fait part de problème de sommeil comme des insomnies ou des nuits agitées durant le confinement, des problèmes qui, s'ils existaient avant le confinement, ont empiré pendant. *« J'ai toujours eu des problèmes de sommeil mais encore plus pendant le confinement. »* (Fille, 16 ans). Des siestes diurnes sont alors devenues une habitude pour certain-es.

Il semblerait que les écrans, notamment, aient joué un rôle dans ce décalage du rythme de sommeil et/ou des troubles du sommeil. Si certains garçons ont indiqué pouvoir jouer très tard dans la nuit, voire même inverser le jour et la nuit, il semblerait que les discussions nocturnes sur les téléphones soient aussi en cause et ce, peu importe le genre. *« J'étais vraiment très très décalée. Je me réveillais tard et donc, je me couchais tard mais j'arrivais quand même à gérer mais c'était assez compliqué puisque les jeunes et le téléphone... Tu es sur ton téléphone tard le soir et en plus, il y a tout le monde en plus qui est là, vu qu'on est en confinement, tout le monde s'ennuie le soir donc on se réveille plus tard et on dort plus tard [...]. »* (Fille, 14 ans).

Retrouver un rythme

Par rapport au sommeil, mais également par rapport à un rythme de vie en général, incluant aussi les repas, plusieurs jeunes ont indiqué craindre perdre ce rythme imposé par l'école qui permet d'avoir une certaine structure. *« [...] L'école aussi, ça donne un rythme et une structure énorme à la vie. Et puis là, il faut réinventer cette structure et moi j'ai mis un point d'honneur dès le départ du confinement à refaire cette structure parce que sinon, je savais que j'allais repartir vraiment en vrille enfin dans le sens où moi vraiment la structure de l'école, je ne l'aime pas mais c'est quand même une structure qui me maintient un peu en ordre [...]. Voilà, je sais que j'ai [...] telles périodes de 8 heures à midi, midi j'ai une pause [...] et c'est hyper concret, c'est hyper carré. Et puis là, tout à coup, on se retrouve avec juste du temps énorme devant soi, 6 semaines. »* (Fille, 18 ans).

Certain-es ont alors mis en place des stratégies pour retrouver un rythme de vie normal. « *J'ai essayé une fois de jouer la nuit et le jour pour être très fatigué pour dormir la nuit mais ça n'a pas marché [...]. Après, j'ai essayé de me coucher plus tôt mais je ne dormais pas [...]. Après, j'ai essayé de me fatiguer moi-même en, par exemple, en ne buvant pas du café pendant la journée [...].* » (Garçon, 18 ans).

Retrouver un rythme de vie était important surtout pour les cours, pour pouvoir garder le niveau et suivre. Lors de l'annonce de l'annulation des examens, ces efforts ont soudainement été moins mis en œuvre. « *Je faisais un peu vacances et puis après, j'essayais de me mettre un rythme où je me disais que je me levais à cette heure-ci, je mangeais à cette heure-ci, j'essayais de travailler à cette heure-ci et tout ça. Et quand il y a eu l'annonce qu'il n'y avait plus les examens, j'ai un peu arrêté de bosser puis voilà.* » (Fille, 15 ans).

Finalement, essayer de retrouver un rythme a également mené à une toute autre réflexion sur son rythme de vie en temps normal. Une jeune fille a considéré qu'elle ne souhaitait pas retrouver son rythme de vie d'avant confinement, ayant pris conscience de la surcharge de travail et de ce qu'elle souhaitait pour son avenir. « *[...] C'est un rythme effréné, on ne s'en rend compte parce qu'on est dedans mais voilà, tous les jours on va à l'école, tous les jours on fait ci, ça, machin. C'est énorme ! [...] Que tout ce mode de vie-là un peu effréné se stoppe mais alors vraiment radicalement et qu'il n'y ait plus rien, bah ça m'a fait réfléchir. [...] Et en fait, je ne veux plus que ça aille à ce point-là vite. Je veux avoir plus de temps comme on a eu du temps pendant le confinement et comme on a pu faire autre chose etc.[...].* » (Fille, 18 ans).

Rapport au temps pendant le confinement

Pour certain-es, le temps est passé très vite durant le confinement, sans même qu'ils-elles ne s'en rendent compte. Une jeune fille a même parlé d'une sorte de parenthèse ou un blanc pour décrire cette période de vie. « *C'est passé hyper vite [...]. Il y a eu un gros blanc et on s'est réveillé et c'était avril, mai là [...]. La vie s'est arrêtée enfin, moi je ne voyais plus de voiture, plus rien [...]. Il y a vraiment ce truc où on a dormi et on a rouvert les yeux et c'était trois mois sont passés ; il y a vraiment eu ça.* » (Fille, 16 ans).

Néanmoins, pour la majorité, le temps leur a semblé long, surtout au fur et à mesure de l'avancée dans le confinement, l'ennui prenant place. « *Bah en vrai, les premières semaines, ça s'est bien passé mais après, on a fait quoi, c'était 5 ou 6 semaines de confinement ? [...] Bah oui, je pense que les dernières semaines, c'était plus dur.* » (Garçon, 15 ans). Le temps a semblé long surtout par rapport aux activités à faire, comme s'ils-elles avaient fait le tour. « *Ah clairement, clairement ! Je-bah, je pense. Vous aussi je pense qu'à un moment, vous avez aussi tourné en rond. Parce que bah, on est resté pas mal de temps, et après un moment, il n'y a plus rien à faire.* » (Garçon, 18 ans). Perdre son temps a également été avancé, surtout par rapport à des études qui se seraient figées. « *C'est pas bien, je ne me suis pas sentie bien parce que je voulais vraiment... à faire mon apprentissage vite, et finir et apprendre pour avoir des diplômes de pharmacie et là, j'ai perdu du temps.* » (Fille, 17 ans).

3.4 Le déconfinement

Retour à la vie normale

Par rapport aux mesures de déconfinement et à l'été 2020, plusieurs jeunes ont rapporté un retour à une vie normale, et aux habitudes et à la routine d'avant confinement, surtout par rapport au fait de revoir ses ami·es. « *Bah, l'été... on était plus détente enfin là, ça a commencé à se dissiper petit à petit, et du coup, on a recommencé un peu à reprendre une vie normale quoi mais ça c'était très bien passé.* » (Fille, 15 ans). Ce retour à la vie normale a, néanmoins, demandé quelques adaptations au niveau des mesures d'hygiène notamment, mais ce changement dans les habitudes ne semble pas impacter la reprise de la vie. « *Mais voilà, on peut faire des choses ! On s'organise juste, ça demande plus d'organisation, ça demande voilà, à penser d'autres choses mais on peut faire des choses et moi justement, ce COVID m'a donné la niak et l'envie de faire plein de choses [...].* » (Fille, 18 ans).

Pour d'autres, cependant, ce retour a été plus compliqué, surtout par rapport à la crainte que les infections repartent. « *Très bien. J'étais très contente mais quand même, j'avais un peu peur aussi [...]. Que les propagations reviennent à la hausse. Et après, j'ai vu que ça allait quand même après quelque temps donc ça m'a rassuré.* » (Fille, 19 ans). Les mesures qui ont persisté après le confinement ont mené à l'instauration d'une ambiance particulière qui perdurait malgré la réouverture et le fait de pouvoir revoir des ami·es. « *[...] J'ai l'impression que c'était tellement progressif qu'on ne savait pas trop si on avait le droit de sortir ou pas donc... j'ai commencé à voir des ami·es dehors à [...] 2 mètres de distance enfin voilà quoi et bah là, c'était sympa mais ce n'était pas vraiment pareil non plus parce qu'on se voit, c'est déjà mieux mais ce n'est pas tout à fait ça, c'est bizarre encore.* » (Fille, 17 ans) Pour certains, l'été post-confinement n'a pas été comme les autres étés par rapport au rattrapage scolaire nécessaire au vu du manque de rigueur durant le confinement et l'annonce de nombreux tests à la rentrée pour rattraper ce temps. « *C'est la première fois que ça m'arrive mais je ne me sens pas du tout en vacances d'été. [...] Je sais que j'ai trois tests à la rentrée, un livre à lire et j'ai mon TM (travail de maturité) à avancer [...]. Si je ne voulais rien faire pour mes tests, je pourrais, mais je devrais tout rattraper le lundi de la rentrée parce que c'est la semaine de la rentrée mes trois tests [...].* » (Fille, 17 ans).

Retour sur le confinement

Certain·es jeunes ont réfléchi à leur confinement lorsque celui-ci a été levé, comme un retour sur cette période afin de l'évaluer. Plusieurs ont considéré que leur confinement n'était pas un succès et qu'ils·elles regrettaient certaines de leurs activités. « *Non, je n'avais pas forcément quelque chose en tête mais dire que ces deux mois, je les ai passé à manger, à dormir et puis à faire mes devoirs, c'est quand même assez dommage.* » (Garçon, 14 ans).

Pour d'autres, cette période les a changés, soit eux·elles-mêmes directement, soit le fonctionnement de leur famille tout entière. Par exemple, un jeune homme solitaire et peu social a eu un déclic au moment du déconfinement pour se rapprocher d'autres jeunes, le confinement lui ayant démontré que la solitude, lorsqu'elle est imposée, est très difficile. « *[...] Je suis toujours quelqu'un qui aime bien être seul [...]. Avant, je ne cherchais pas à contacter des ami·es ou mes*

camarades de classe. [...] J'ai réfléchi en disant que je ne pouvais pas toujours faire la même chose, toujours être dans mon coin. Il fallait que je me sociabilise. » (Garçon, 18 ans).

Au moment de la reprise de certaines activités, une jeune fille a vu les conséquences du confinement sur son corps, conséquences qu'elle n'avait pas remarquées avant le déconfinement. *« [...] On est sorti et je me suis rendue compte des conséquences du confinement sur mon corps (Rire) physiquement parce qu'on a marché d'un arrêt de bus [...] et mes muscles, ils étaient morts. Ils étaient totalement morts. Juste le fait de sortir de chez moi, aller prendre un transport, mes muscles, ils ne pouvaient plus, ils ne suivaient plus du tout. C'était impossible. J'ai eu beaucoup de mal avec la chaleur, le soleil, j'étais très pâle parce que je n'ai pas du tout pris le soleil quand j'étais à la maison [...]. » (Fille, 16 ans).*

Retour à l'école

Le retour à l'école, hormis les retrouvailles avec les ami-es qui, sans exception, ont été positives pour tout le monde, a parfois été difficile du point de vue apprentissage. *« Oui totalement mais après, c'est sûr que revenir en cours, recommencer à écrire, c'est comme partir deux mois en vacances et ne plus savoir écrire. » (Garçon, 14 ans).* Les difficultés ont également porté sur les mesures sanitaires par rapport aux habitudes à prendre ou encore à certaines incohérences dans les établissements scolaires. Dans un cas, le participant a demandé de ne pas retourner à l'école et de continuer les cours à distance car les mesures prenaient le pas sur son apprentissage. *« [...] J'ai demandé [...] de faire encore l'école à la maison et les deux mois avant Noël, j'ai fait l'école à la maison mais j'étais le seul de la classe. [...] Dans l'école, je me concentrais presque plus parce que j'avais toujours ça dans la tête : Est-ce que j'ai les deux mètres de distance ? Est-ce que mon masque est bien sur mon visage ? Et comme ça. Et je me concentrais seulement encore sur ça. » (Garçon, 17 ans).*

Néanmoins, la structure que l'école apporte à la vie a été considérée comme importante. *« Oui moi je suis retourné en cours, j'étais plutôt content de retourner en cours enfin c'est quand même un fil conducteur enfin dans ma vie du coup. Vu qu'on est étudiant, bah le fil conducteur, c'est les études [...]. » (Garçon, 18 ans).*

Selon certain-es jeunes, le retour à l'école a également été difficile pour certain-es enseignant-es, notamment par rapport à la fatigue et à la lassitude quant à la situation. *« Moins que ce qu'on faisait à la maison et puis même, aussi moins que ce qu'on faisait d'habitude en cours mais c'est aussi parce que du coup, tout le monde est assez fatigué de la situation. Les professeurs doivent porter un masque et surtout qu'on était vers la fin de l'année sans examen, sans rien [...]. » (Garçon, 14 ans).*

Certaines modalités de reprise des cours avant les vacances d'été ont été discutées et les avis étaient partagés. Certain-es ont beaucoup apprécié les cours en demi-classe par rapport au temps libre que cela leur laissait à côté et au rythme moins soutenu. *« [...] Surtout les demies-classes, j'ai beaucoup aimé parce qu'un jour sur deux, tu es en classe, et après, tu peux quand même passer un jour un peu en vacances quoi. » (Garçon, 15 ans).* Pour d'autres, en revanche, ce rythme n'a pas convenu car ils-elles ne parvenaient pas à respecter un rythme. *« Un jour sur deux, c'était pas la bonne solution selon moi parce qu'on devait se motiver pour un jour ensuite le lendemain, on*

recommençait nos habitudes, [...] on devait tout le temps changer. Tandis qu'une semaine, je pense que ça aurait été mieux parce qu'on se serait dit bon je me concentre, cette semaine je m'y mets et ensuite, la semaine d'après, voilà, je vais peut-être me relâcher et puis faire à la maison. Mais c'est vrai qu'un jour sur deux, ça nous cassait tout le temps notre rythme donc on ne pouvait pas avoir une habitude. » (Fille, 17 ans).

Deuxième vague – deuxième confinement

Nous avons demandé l'avis des jeunes quant à la deuxième vague qui pouvait arriver ou était arrivée (selon la date de l'entretien). Beaucoup de jeunes se sont inquiété·es par rapport à leurs études et craignaient un retour à des cours en ligne. *« J'ai entendu dire que déjà les profs, ils regardent s'il y aura un deuxième confinement ; ils regardent comment s'organiser et puis bah, ça ne me fait pas peur mais ça m'énerve genre je n'ai pas envie d'être une deuxième fois en confinement. Je n'ai pas envie d'avoir une deuxième fois des cours on line parce que je sais aussi que s'il y aura un deuxième confinement, les cours on line, il y aura deux fois plus de cours. » (Garçon, 16 ans).*

Plusieurs jeunes ont considéré qu'un deuxième confinement pourrait être mieux vécu que le premier dans lequel il y avait beaucoup d'inconnues par rapport à la pandémie et à ce que signifiait un confinement. Ils·elles seraient mieux préparé·es à une telle mesure, bien que celle-ci serait difficile. *« [...] Si on a un reconfinement, on sait à quoi s'attendre. Ça sera assez embêtant mais on sera préparé. Il faut toujours garder en tête qu'un reconfinement peut venir à tout moment donc je pense qu'on est assez, que moi, personnellement, je suis assez préparée à ça. » (Fille, 14 ans).* Pour d'autres, en revanche, un deuxième confinement pourrait être encore plus dur à vivre. *« J'évite d'y penser (Rire) parce que ça veut dire retourner à la maison, rester à la maison, travailler à la maison... Ce n'est pas un truc que j'ai envie de revivre aujourd'hui. [...] Je pense que je vais péter un plomb. [...] Sincèrement être avec toute ma famille à la maison encore pour je ne sais combien de mois, ce n'est pas pour moi. Moi je ne pourrai pas (Rire), impossible. » (Fille, 16 ans).*

Comme nous l'avons susmentionné avec certain·es jeunes ayant considéré que leur confinement n'avait pas été un succès, certain·es ont alors imaginé ce qu'ils·elles feraient, en termes d'activités, si un deuxième confinement était prononcé : plus réviser pour l'école, plus de sport, voir plus d'ami·es, essayer des nouvelles choses et surtout, moins d'écran. *« Par exemple en faisant du sport au lieu de rester collé aux écrans. » (Garçon, 14 ans).*

Finalement, si un confinement devait à nouveau être prononcé, certain·es jeunes ont appelé à ce que ce confinement dure plus longtemps pour s'assurer de l'éradication du virus et ce, même si cela s'avérerait difficile. *« Après, si on devait se reconfiner, j'espère que ça durerait plus longtemps même si ça ne m'aiderait pas du tout, je préfère que ça dure plus longtemps et que ça s'estompe réellement [...]. On est resté un peu à la maison d'accord, c'était très long, déjà 3 mois, c'est long mais dès qu'on est ressorti, il y a eu des cas [...]. » (Fille, 16 ans).*

3.5 Le futur

3.5.1 Personnel

Lorsqu'il s'agissait de parler de leur vision du futur par rapport à eux-elles, c'est surtout leur futur scolaire ou académique qui était discuté. Si certain-es étaient plutôt serein-es quant à leur scolarité ou leurs études, d'autres se demandaient si la "pause" confinement-école à distance n'allait pas leur être fatale pour l'année à venir. « *Non vraiment pas. Je pense que même si je dois commencer l'Uni, enfin la HEP, en septembre à distance, ça va être compliqué je pense.* » (Fille, 18 ans). Cette différence dépendait aussi de leur situation avant confinement par rapport aux notes, les inquiétudes se manifestant surtout chez celles et ceux ayant déjà des difficultés au niveau de l'école.

Les inquiétudes ont été particulièrement rapportées dans les cas de transition comme le fait de commencer une année avec des examens à la fin ou le fait de passer de l'école obligatoire au gymnase / à un apprentissage ou du gymnase à l'université, notamment par rapport à l'annulation des examens qui a entraîné une remise en question pour certain-es de leur capacité à réussir à un niveau plus élevé. « *[...] J'étais heureux de ne pas avoir d'examen. [...] Les examens de l'école, disons que c'était quand même très très simples. Ça ne va pas être des examens de l'EPFL ; ce qui se rapprochait le plus des examens de l'EPFL, c'était les examens du gymnase et on ne les a pas eus [...]. On va sur un terrain vague, on ne sait pas où on va quoi [...].* » (Garçon, 18 ans).

Certain-es ont même dû ou ont décidé de changer leur plan par rapport à cette période de confinement. Par exemple, une jeune fille a décidé de reporter son entrée au gymnase en faisant une année supplémentaire à l'école obligatoire car elle sentait qu'elle avait des lacunes en raison de cette pause. « *Bah je vais passer en RAC (12H, voie de transition [...]). Je pense que c'est une bonne occasion car je ne me voyais pas rentrer directement au gymnase. Il y a certains trucs qu'on n'a pas vu et là-bas, ils ne vont pas prendre le temps de tout nous expliquer donc je pense que j'ai meilleur temps de faire une année en plus, de savoir vraiment bien et ça peut qu'être bénéfique pour moi je pense.* » (Fille, 14 ans). Un jeune homme a également décidé d'annuler son séjour d'échange dans un autre pays, alors que celui-ci est requis par sa future école, car il souhaitait pouvoir vivre pleinement cette expérience hors pandémie. « *J'étais un peu frustré mais je me disais aussi, c'est la meilleure chose maintenant. Je me disais aussi (il vaut) mieux annuler maintenant ça mais de finir cette pandémie et d'avoir après une vie normale et pas d'annuler tout et après, de restartar [...]. Et pas d'aller en Angleterre, de faire tout mais toujours avec les distances les prochains 10 ans [...].* » (Garçon, 17 ans).

Cependant, de tels choix n'ont pas été possibles pour tout le monde et des changements de plan non souhaités ont donc dû être mis en place de manière assez précipitée. « *Mon projet, c'était d'aller au RAC mais je n'ai pas pu parce que ça m'a pénalisé sur des points ; on ne me les a pas donnés. J'ai fait des lettres et tout mais les profs, ils ne veulent rien entendre. [...] Je suis un peu bloquée dans ce truc où à la dernière minute, je dois chercher une solution, un apprentissage et puis c'est à la dernière minute en sachant que les gens qui ont des projets d'apprentissage, ils cherchent déjà en mars, au début de l'année et pas à la dernière minute donc... On se retrouve un peu perdu et on ne sait pas trop quoi faire [...].* » (Fille, 16 ans).

Des questionnements existaient aussi par rapport au fait de retrouver et réapprendre un rythme de vie normale dans un futur proche. « *Mais dès le 1er septembre, je vais commencer à travailler gentiment de mon côté ; commencer à reprendre le rythme parce que là, c'est les plus grosses vacances possibles qu'on ait eues enfin depuis mars [...]. Et le cerveau, si tu ne t'entraînes pas bah il... C'est comme pour le sport, si tu ne t'entraînes pas, bah tu deviens moins bon. Et les maths, c'est surtout que de l'entraînement et du coup, c'est à force de le refaire que tu deviens plus rapide, que tu deviens meilleur etc. [...].* » (Garçon, 18 ans). Bien que cette problématique ait surtout été discutée par rapport au rythme scolaire ou académique, retrouver un rythme au quotidien a également été avancé.

A côté des études, il y a aussi certain·es jeunes qui avaient déjà un pied dans le monde professionnel de par leur apprentissage. Pour ces jeunes, le futur ne les inquiétait pas plus que ça car soit leur expérience leur permettrait de trouver un autre travail dans leur domaine, soit leur entreprise allait les aider, même dans le domaine de la restauration, un domaine difficile dans le cadre de cette pandémie. « *Pour le moment, je n'ai pas peur du futur [...]. Je suis en pré-apprentissage en tant que serveuse donc encore plus dur en ce moment [...]. Je suis dans une entreprise qui fait pour les jeunes qui sont en difficulté donc... Je sais que je ne vais pas me retrouver dans la rue ou qu'ils vont me dire non [...] on n'a plus de place, [...] donc ça, ça ne m'effraie pas parce que je sais que je suis dans quelque chose de bien [...].* » (Fille, 16 ans)^b.

Finalement, aucun·e jeune n'a mentionné des projets, des conséquences ou des difficultés sur le long terme, des projections plus lointaines ayant été jugées trop compliquées et possiblement impactées par d'autres événements à venir. Même la projection pour des projets à court terme mais demandant une certaine organisation semble dorénavant compliquée. « *Les vacances ont été écourtées de moitié parce que COVID et parce que jamais rien n'est sûr et moi, bon voilà, ça m'énerve mais après, c'est comme ça mais là, donc oui, j'ai refait tous mes plans. Et je suis hyper contente des nouveaux plans que j'ai mais je n'arrive pas à me réjouir pleinement parce que je ne suis jamais sûre ; je suis toujours un peu sur la défensive en me disant ouais mais attends, tant que je n'y suis pas, [...] je ne dis rien.* » (Fille, 18 ans).

3.5.2 Familial

Peu de participant·es ont parlé du futur de leur famille. Certain·es ont même indiqué que la vie et le quotidien de la famille n'avaient et n'allaient pas changer à cause de cette pandémie, surtout lorsqu'il n'y avait pas eu de complications liées à la maladie. « *[...] Enfin, je ne vois pas pourquoi est-ce qu'il y aurait des changements [...]. Non ça sera toujours- en vrai, le quotidien, il reste pareil. Je suis sûre enfin moi qui n'ai rien eu dans ma famille ou autre, ça n'a pas fait quelque chose [...]. Il n'y a rien eu, il n'y a pas eu de cas de COVID, il n'y a peu de décès ou autre.* » (Fille, 16 ans).

Lorsque le futur familial était évoqué, c'est surtout l'avenir des frères et/ou sœurs, donc des autres jeunes de la famille, qui était discuté et questionné. « *D'ailleurs, pour elle (sa sœur), je ne sais pas comment elle va faire non plus parce que du coup, bah... Bon, elle a travaillé son TM (travail de maturité) enfin elle est en maturité et du coup, elle a son travail de maturité. Elle a ses examens à*

^b Entretien effectué en novembre 2020, soit avant la mise en place de nouvelles mesures

la fin et du coup, elle a déjà loupé 4 mois de cours ; 4 mois de cours, c'est pratiquement une demi-année [...] ! » (Garçon, 18 ans).

3.5.3 Société

Par rapport au futur post-pandémique de la société en général, pour certain-es participant-es, la population devra encore s'armer de patience et apprendre à vivre avec le virus et les gestes barrière, en particulier le port du masque, encore longtemps. Le port du masque pourrait même devenir une habitude à prendre pour éviter d'autres infections. *« Moi j'espère, au Japon ça se fait beaucoup, c'est genre dès qu'on a un rhume ou comme ça, les gens sortent masqués. Moi je trouve qu'on pourrait prendre cette habitude parce que nous, quand on est enrhumé ou comme ça on sort quand même. Enfin d'être masqué pour éviter justement, même si c'est un bête rhume [...]. » (Garçon, 19 ans).* En termes de temps, s'imaginer la fin de la pandémie n'était pas chose aisée, voire même angoissant. *« Justement, j'ai vu un truc qui m'a dérangé sur Insta (Instagram), j'ai vu une citation "La peste noire a duré 7 ans, bonne journée" donc ça veut dire que peut-être pendant 7 ans ou plus, on aura le COVID entre nous. [...] L'avenir, je ne sais pas comment ça sera avec ça mais moi, ça me soulerait très vite. » (Fille, 16 ans).*

La vaccination est vue comme une solution par plusieurs jeunes pour sortir de cette pandémie, et même la seule. *« C'est reparti mais on n'est pas encore totalement rétabli. Je pense que ça prendra au moins un an ou deux ans pour qu'on puisse commencer à reprendre les transports publics. En gros, dès qu'on aura un vaccin, le problème sera réglé. » (Garçon, 14 ans)^c.* Pour d'autres, en revanche, le vaccin ne permettra pas d'arrêter les gestes barrière. *« [...] Même si un jour, on découvre un vaccin, on ne sait pas s'il sera efficace ou pas et on ne sait même pas s'il sera conçu d'ici la fin de l'année ou peut-être disons, on aura un an de retard. Mais personnellement, je préférerais respecter certains gestes barrière que de me lancer à la course aux médicaments pour dire que ça y est ! Ils ont sorti un nouveau médicament ou un nouveau vaccin, je vais le tester tout de suite. Mais qui dit qu'il est efficace ? » (Garçon, 18 ans)^d.*

L'avenir serait plus certain pour la Suisse que pour d'autres pays, elle aurait plus de moyens pour s'en sortir. *« [...] Mais économiquement, comme l'a dit Alain Berset, on peut totalement encore se permettre de faire un confinement et de continuer à payer à tout le monde parce qu'on en a largement les moyens mais pour d'autres pays, ce n'est pas du tout le cas. » (Garçon, 14 ans).* Par rapport à cette place dans le monde, il s'agirait alors de se prémunir de certains pays qui arriveraient moins à gérer la pandémie et qui pourraient alors permettre au virus de continuer à se propager. *« Ce qu'on devrait faire, par exemple, aux États-Unis, on voit bien que la situation est déplorable et [...] si les États-Unis déconfinent totalement alors qu'ils sont dans une situation catastrophique et que beaucoup d'américains voyagent pour n'importe quelle raison- je ne fais pas de nationalisme-... [...]. Ou qu'on se mette à voyager comme avant, on sera dans une seconde vague qui sera probablement pire que la première. » (Garçon, 18 ans).*

Pour certain-es, le futur quant à la société sera marqué par des changements en termes de comportements et d'habitudes, pas toujours dans le sens positif. Cette pandémie pourrait

^c Entretien effectué en septembre 2020, soit avant les annonces officielles concernant les vaccins

^d Entretien effectué en août 2020, soit avant les annonces officielles concernant les vaccins

permettre à notre société de moins s'axer sur le travail, le rythme du télétravail pourrait avoir donné envie à certaines personnes de réduire la cadence niveau travail. *« Je pense qu'il faut certes moins travailler, qu'on est dans une société où on travaille trop. Après il y a des gens à qui ça convient très bien, tant mieux ! Mais j'ai l'impression que la majorité se plaint quand même qu'ils travaillent trop et donc, qu'ils n'ont pas assez de vacances etc. Et donc voilà, il faut peut-être qu'on trouve un moyen d'avoir plus de temps libre pour soi-même mais les moments où on travaille, il faut y aller. »* (Fille, 18 ans). Pour d'autres, le comportement des gens vis-à-vis des autres va changer : plus d'agressivité, moins de communication, plus de distanciation sociale et physique, notamment par l'abandon de la bise ou de la poignée de mains. *« Ah mais on ne peut plus voir personne ; il n'y aura plus de communication. Moi il y a eu 3 personnes qui ont eu le COVID dans mon immeuble, j'ai commencé à paniquer mais je ne sais pas comment on va faire pour la société, la communication ! »* (Fille, 16 ans).

Ensuite, plusieurs autres thématiques ont été discutées dans cette perspective future de la société : l'impact de la pandémie sur l'environnement, l'économie et le chômage, la culture ou encore le tourisme. La pandémie a eu un côté positif par rapport à l'environnement qu'il s'agirait de faire perdurer, au moins en partie. *« [...] Peut-être qu'on sera plus attentif à l'environnement parce qu'on a vu pendant le confinement que les dauphins sont revenus, il y a eu une baisse du taux de CO2. Je pense que ça pourrait nous apprendre à mieux respecter l'environnement. »* (Fille, 17 ans).

Mais des effets plus négatifs ont aussi interpellé les jeunes. *« [...] Ça a aussi fait des dégâts énormes peut-être aussi, [...] avec vraiment des situations horribles [...]. Tous ces gens qu'on a vu à la télé, tous ces gens qui ne sont plus payés qui doivent aller faire la queue à Genève pour avoir des sacs de nourriture. Enfin tellement de situations compliquées ou juste l'économie qui s'effondre, la culture ; il n'y a plus de culture, les artistes tout ça enfin, c'est très compliqué dans tous les domaines. Tout a été touché. »* (Fille, 18 ans).

Les ressentis ont été plus ou moins mitigés par rapport à l'économie, certain-es ne se sentant pas directement concerné-es par la problématique même en étant conscient-es que cela existait. *« Après, au niveau économique, peut-être ça va baisser et chuter même. [...] Moi, ce n'est pas mon problème mais après, c'est Alain Berset qui dira ça et du coup, ça va faire stresser tout le monde mais moi, ça ne me fait pas stresser. »* (Fille, 16 ans).

Finalement, pour certain-es, la pandémie n'aura que peu d'impact sur la société ou alors seulement temporaire. *« Après, j'ai eu peur parce que j'ai su que, par exemple, au niveau économique, ça a bien chuté. [...] Il y a quelques mois, je me disais que peut-être dans 3 ans, le monde, il serait différemment. Mais au final, je pense que ça va se remettre. »* (Garçon, 18 ans). Dans cette idée, les difficultés, les inégalités, les habitudes de la population, les mesures envers le climat resteront inchangées. Il n'y aura donc ni effet négatif, ni effet positif de la pandémie dans le futur. *« [...] Ça m'étonnerait parce que si on essaie de voir loin, les places elles seront toujours là où elles sont enfin hiérarchiquement parlant. Les pauvres qui n'ont pas de sous pour s'acheter à manger [...], ils iront toujours aux aides pour aller à l'église ou à la soupe ou carton du cœur, solidarité, tous ces trucs-là. Et puis, les riches, ils seront toujours à la maison et puis, ils pourront toujours partir à la montagne dans leur chalet quand ça leur chante. [...] Le changement, non, ce n'est pas pour demain en tout cas. »* (Fille, 16 ans).

3.6 La place des jeunes

Les jeunes ont parfois discuté de leur place dans le cadre de cette pandémie, notamment par rapport au fait qu'ils-elles aient été pointé-es du doigt à un moment donné comme des personnes moins responsables et/ou les principaux vecteurs du virus.

Par rapport à ça, il y avait une demande de ne pas inclure tous les jeunes dans ces propos. Il y a certes des jeunes moins responsables ou qui font moins attention aux mesures, mais la majorité des jeunes semble suivre les mesures et une certaine frustration a pu se ressentir lorsque les efforts faits n'étaient pas considérés et que seule la minorité était mise en avant. *« Alors, après, il y a des catégories de jeunes parce qu'il y a les catégories de jeunes qui s'en foutent vraiment et puis il y a la catégorie du jeune qui est responsable, qui porte le masque, qui porte le masque pendant 8 heures, qui fait attention à bien se laver les mains, à faire tout correctement pour éviter de l'avoir mais... [...]. Ça dépend la catégorie de jeunes et il ne faut pas tous nous mettre dans le même panier parce que... on n'est pas tous pareil et il y en a qui n'ont pas peur, il y en a qui ont vachement peur. »* (Fille, 16 ans).

Dans cette même lignée, certains adultes ne semblent pas respecter les règles et ils ne sont pourtant pas montrés du doigt comme les jeunes. *« Alors moi je défends les jeunes parce que j'étais à Lausanne à la gare, souvent je vois des vieux, ce sont souvent les vieux qui n'en ont rien à faire parce qu'eux, ils se disent ce n'est rien, au pire je vais mourir voilà. Je vois souvent les vieux qui n'ont pas le masque et même dans les magasins, genre j'en ai vu trois la semaine passée. Ils ne portaient pas le masque et ils ne voulaient pas le porter et du coup, ils se font virer du magasin et ils ont dit que ça ne servait à rien [...]. »* (Fille, 16 ans).

Un jeune homme a expliqué que les jeunes étaient pris pour cibles car ils étaient plus visibles, ils s'affichaient plus et l'irrespect de certaines règles est davantage public mais dans les faits, les jeunes ne sont pas plus fautifs que les autres. *« On voit plus facilement justement des jeunes, si des jeunes ne le respectent pas, on le voit plus facilement parce que c'est justement sur Snapchat®, Instagram® ; ça se partage beaucoup plus facilement dans ce sens-là. »* (Garçon, 19 ans).

Cette stigmatisation a d'autant été mal reçue par rapport à la difficulté que les jeunes ont rencontré par rapport à leur vie sociale et la présence de leurs pairs, si importantes au moment de l'adolescence. Ainsi, les participant-es ont considéré qu'ils-elles faisaient de leur mieux par rapport à leurs envies de liberté et de socialisation. *« [...] C'est difficile pour nous aussi parce qu'on n'a plus de.... Je trouve que quand t'es petit, tu as plus d'amitiés que quand tu grandis et du coup, tu as plus besoin d'être avec d'autres personnes. C'est plus dur que d'être tout seul et ça se voit. »* (Garçon, 15 ans). De même, si on regarde les risques de ce virus par rapport aux jeunes, il semble que ces dernier-es jouent bien le jeu alors que ce ne sont pas eux-elles les plus touchés par la maladie. *« [...] Tandis que pour une personne de 80 ans, c'est beaucoup plus facile de jouer le jeu, de se dire qu'elle met un masque dans toute circonstance [...], certes, on dit qu'il y a des jeunes qui ne mettent pas le masque mais il faut aussi les comprendre. Parce que dans le sens où, nous, on ne risque rien avec cette maladie et on trouve moins la motivation de mettre le masque, et je trouve que vraiment, la majorité des jeunes joue le jeu vraiment [...]. »* (Fille, 18 ans).

Le fait d'être un transmetteur du virus ne semble pas si étonnant car les jeunes sont amené-es à avoir plus d'activités à risque et pas seulement dans le cadre de leur temps libre. Par exemple, les jeunes doivent se rendre à l'école et font parfois les courses pour leurs grands-parents, ils sont donc plus exposés même en respectant les mesures. *« Alors que les jeunes transmettent le virus, je crois que oui, c'est vrai mais pas parce que les jeunes ne se tiennent pas aux règles [...]. Je vois dans la ville ou parfois dans le train quand je vais à l'école, des vieux et des jeunes sans les masques [...]. Il y a des jeunes mais ce n'est pas le groupe. Je crois que ce sont les personnes [...] qui portent (sont porteurs de) ce virus oui [...] mais plus (parce) que les jeunes doivent aller à l'école, ils achètent pour les vieux, achètent pour les personnes de groupe à risque [...]. »* (Garçon, 17 ans).

3.7 Le rapport au gouvernement

Quelques jeunes ont discuté du gouvernement suisse et du conseil fédéral, en particulier Monsieur le conseiller fédéral Alain Berset, figure politique de cette pandémie. Certain-es jeunes ont connu l'existence du conseil fédéral grâce à cette pandémie.

De manière générale, bien que quelques critiques ont pu être faites, les participant-es ont considéré que la Suisse avait plutôt bien géré la pandémie. *« Moi en fait, bon, déjà, je trouve que la crise a quand même été déjà relativement bien gérée en Suisse alors que moi de base, je ne suis pas fan de toutes ces politiques etc. mais je trouve qu'il y a quand même eu du positif là-dedans. »* (Fille, 18 ans).

Surtout par rapport au semi-confinement comparé au confinement strict connu dans d'autres pays. *« Même si notre confinement, il a été plutôt sympa entre guillemets, ce n'est pas le bon mot mais comparé à l'Italie ou même comme ça, où c'était très strict, nous ça a été franchement en Suisse. »* (Fille, 18 ans).

Certains jeunes ont admis qu'une telle situation pouvait être difficile à gérer, de par sa nouveauté notamment, et que quelques erreurs étaient donc acceptables. *« Franchement, enfin moi je trouve qu'il (Alain Berset) a fait du bon boulot (Rire). Franchement, vu la galère que c'est, c'est difficile. On ne peut pas mettre tout le monde d'accord [...]. Ils font comme ils peuvent sans écraser l'économie, sans tuer tout le monde. Enfin c'est compliqué. »* (Garçon, 19 ans). Pour d'autres, le fait que ce soit la Suisse a facilité la gestion de cette crise de par sa taille considérant que le gouvernement suisse n'avait pas non plus eu beaucoup à gérer comparé à dans d'autres pays. *« Surtout en Suisse, on est quand même 10 millions, ce n'est pas énorme comme dans d'autres pays donc en soi, c'est le pays le plus facile à gérer quoi, au niveau du nombre de personnes. »* (Garçon, 18 ans).

Des sentiments de colère par rapport à certaines mesures ont parfois été partagés et les propos étaient directement dirigés vers le gouvernement, particulièrement lors de l'avancée de la pandémie alors qu'au début, les ressentis étaient différents. *« Alors lui, (Alain Berset) je ne lui parlais même pas parce qu'il m'a trop énervé ! [...] Il était très trop drôle au début mais après, il a commencé à me taper sur les nerfs [...]. Il a commencé là à dire des trucs pas cohérents depuis quelques semaines et ça m'a un peu saoulé. »* (Fille, 16 ans).

Finalement, une jeune fille s'est dite étonnée de ce que le gouvernement pouvait décider et mettre en place. Cette pandémie et les mesures prises lui ont démontré que le gouvernement pouvait donc faire des choses concrètes et elle a manifesté une certaine déception par rapport à d'autres situations dans lesquelles une réaction des politiques était attendue et ne venait pas, comme dans le cadre de la problématique du climat par exemple. « [...] *On peut prendre des mesures radicales donc comme quoi, les politiques peuvent prendre des mesures alors qu'avec le climat, les politiques, ils ne prennent jamais aucune mesure alors que là, comme quoi, ils se sont décidés de prendre des mesures hyper radicales ; ils enferment tout le monde chez soi, il y a tout qui est arrêté donc quand même, ils ont un pouvoir ces politiques [...].* » (Fille, 18 ans).

4 Résultats – parents

4.1 Virus

4.1.1 Effets généraux

Certains parents ont rapporté des effets du virus sur le fonctionnement de la famille au sens large. La pandémie a, parfois, entraîné des conflits ou des tensions au sein des familles notamment par rapport à la place des grands-parents considérés comme des personnes à risque. *« Je m'énerve en fait, et la plupart du temps je leur dis mais arrête de parler de ça, on peut parler d'autres choses parce qu'au final, on revient sur le même sujet. [...] Ma maman, elle revient toujours sur le sujet, qu'on est des irresponsables et qu'on ne devrait pas sortir et puis qu'on fait trop encore la fête entre guillemets même si on ne se retrouve qu'à cinq mais pour elle, on ne devrait même pas, on devrait garder les masques. Il y a une peur, une angoisse, une parano qui s'est installée [...]. »* (Mère). À côté des tensions qui ont pu apparaître, il y a aussi la tristesse de devoir s'éloigner de ces personnes à risque. *« Et puis le point négatif... C'est la nostalgie de ne pas revoir certaines personnes, la mélancolie, la nostalgie. Par exemple, mes parents [...], ils ne veulent pas nous voir parce que bah parce qu'ils sont à risque, ils sont âgés. Du coup, la mélancolie, moi je suis envahie d'une mélancolie, d'une nostalgie énorme [...]. »* (Mère)

D'autres effets généraux du virus concernaient la vie professionnelle et le changement de certaines situations financières amenant à devoir revoir ses habitudes et ses priorités. *« Et ce qui le pèse le plus dans le cadre de ma situation familiale [...], c'est mon mari qui est indépendant donc pour lui, c'est un peu plus tendu. Ce qu'on doit gérer à la maison, ce sont plus des situations liées à son job parce qu'en étant indépendant, évidemment, il est payé qu'à la commission [...]. Il y a plus de poids sur le fait de dire est-ce qu'on arrivera à faire toujours face à nos besoins, à nos loisirs, est-ce qu'il faudra adapter notre mode de vie ? [...] »* (Mère)

Le virus a permis de mettre en lumière certaines failles de la société comme les inégalités sociales, les limites du système hospitalier, l'individualisme de certaines personnes voire de certains pays, les troubles de santé mentale. *« Pour moi, c'est presque entre guillemets révélateur de la société dans le sens où on ne prend pas le temps de réfléchir [...] à se mettre ensemble, à se regrouper tous les pays (Rire) de vraiment discuter et c'est woaw ; chacun se replie sur soi, prend des décisions presque émotionnelles en fait [...]. »* (Mère). En plus des difficultés sociétales, la pandémie de manière générale et le virus spécifiquement a également permis de dévoiler certains problèmes personnels. Par exemple, ce père a expliqué que son fils était déjà un peu maniaque sur certaines choses, mais que le virus a exacerbé ce trait de caractère le poussant à commencer une thérapie. *« Oui déjà mais ça, ça a amplifié. [...] Lui, il est déjà un peu maniaque [...], déjà à la base mais pas autant que ça. Mais là, c'est sorti, je pense que cette maladie ça a sorti vraiment tout ce qu'il pouvait avoir pour être maniaque voilà. [...] Ça a poussé à faire la thérapie [...]. »* (Père).

4.1.2 Informations

Par rapport aux informations sur la pandémie et la maladie, plusieurs parents ont considéré qu'ils avaient trop d'informations et qu'au début de la pandémie, il y avait une quasi-dépendance à se tenir informé-e de tout. « *Lors de la première vague, [...] je regardais encore les nouvelles jusqu'à minuit, une heure dans la nuit [...], j'étais un peu comme ça soulée de toutes ces informations. Mais en même temps, j'étais comme attirée [...].* » (Mère).

Certains parents ont rapporté qu'au fur et à mesure de la pandémie, ils se sont éloignés des sources d'informations afin de mieux vivre cette pandémie. Cette distanciation pouvait parfois être source de tension au sein des familles lorsqu'un-e des membres continuait à s'informer avec une cadence soutenue. « *Mais ça, c'était une source un peu de tension ; le fait d'avoir tout le temps ces nouvelles qui arrivent. Surtout, ce ne sont pas des nouvelles du téléjournal mais par ce truc qu'il (le père) avait qui est extranet [...]. Ouais, c'est un peu ça que j'ai trouvé dommage pour lui d'ailleurs [...].* » (Mère).

Par rapport à cette quantité d'informations, même les parents ont considéré qu'il était parfois compliqué de s'y retrouver et de savoir ce qui était vrai ou faux. Une mère nous a rapporté une stratégie, utilisée par toute la famille, pour éviter de recevoir trop d'informations et de risquer d'avoir des informations erronées, celle de n'écouter que les conférences de presse. « *[...] Mais il y a eu une perte d'infos parce que tout le monde en parlait, tout le monde devenait expert de la chose. Et du coup, assez vite avec ma famille et mon ado, on a décidé qu'on écouterait uniquement l'OFSP, Alain Berset, le Conseil fédéral. Mais je veux dire, on n'écoutait plus la radio, on mettait plus le téléjournal [...].* » (Père).

En famille, la COVID était un sujet de discussion à la maison, notamment par rapport à cet amas d'informations qui arrivaient. Les discussions incluaient également une sensibilisation des jeunes vis-à-vis de certaines théories complotistes, mais aussi pour appuyer certaines mesures et ce, même si les informations avaient été entendues. « *[...] Il est à un âge où on est quand même assez, comment dire, assez influençable malgré tout et même s'ils ne sont pas des moutons (Rire), mais il adhère, je trouve qu'il adhère assez facilement aux théories complotistes. Donc aussi tout un travail à essayer de faire développer cet esprit critique par rapport à l'information [...], d'essayer d'expliquer avec lui et puis l'aider à développer cet esprit critique [...].* » (Père).

4.1.3 Provenance du virus

Tout comme les adolescent-es interrogé-es, la provenance de ce virus par rapport à la Chine était claire pour tous les parents. En revanche, certains parents ont également rapporté plusieurs pistes invoquées quant à son apparition comme la transmission par un animal, l'évolution d'un autre virus ou encore la création dans un laboratoire, mais cette dernière hypothèse a été jugée comme inconcevable. De même, la plupart a admis que cela ne les avait pas concernés, ni alarmés, lorsque le virus n'était qu'en Chine, considérant qu'il n'allait pas atteindre, ou du moins pas aussi fortement, la Suisse. « *[...] Je me suis dit pffff encore un truc de là-bas, un truc encore qui va rester là-bas, c'est très loin de chez nous. Donc en fait là, ça ne m'inquiétait pas trop.* » (Mère).

Par contre, contrairement à la plupart des adolescent·es qui en ont entendu parler au moment de son arrivée en Suisse, davantage de parents ont rapporté que la première fois qu'ils avaient été informés de ce virus se situait bien avant son arrivée en Suisse, déjà en octobre-novembre 2019. *« Ça va faire il y a un an, au mois d'octobre, novembre, [...] il y avait des informations qui circulaient justement en Chine, dans la région de Wuhan, où il y avait quand même un discours qui se voulait plutôt rassurant en disant qu'on est un petit peu sur le même type de virus que la grippe aviaire donc pas d'inquiétude, ça a été quelque chose de très localisé. Et puis, pas de soucis et puis ça semblait assez, on espérait que c'était le cas, et puis assez distant jusqu'au mois de février. »* (Père).

4.1.4 Règles sanitaires

Par rapport à leurs enfants, globalement, les parents interrogés ont rapporté que les mesures avaient été facilement comprises et mises en place au sein de leur famille, l'aspect de la solidarité collective ayant été vite saisi. *« Non franchement, ils ont été moi je dirais exemplaires quelque part. [...] Ils ne se sont pas posés la question on fait ou on ne fait pas ; on fait et puis voilà, qu'est-ce que ça change. Ce n'est bien pas grand-chose par rapport aux personnes qui se retrouvent aux soins intensifs. Et puis pour eux, c'était une évidence aussi de protéger les autres quoi. »* (Mère). En plus de l'aspect collectif et protection des personnes à risque, le fait que cela soit les autorités et le gouvernement qui imposent ces mesures entraîne un respect quasiment automatique chez les jeunes, comme relevé par une mère ayant posé la question à sa fille lors de l'entretien sur la raison d'un tel respect chez les jeunes. *« Ah bah voilà, parce que le canton il le demande ! [...] Du coup, c'est parce qu'il faut respecter les lois, tu dis (s'adressant à sa fille) ? Bah ouais, c'est logique, pour eux, c'est logique [...]. Eux, ils disent que cinq, c'est comme ça, c'est la règle [...]. »* (Mère). D'ailleurs, la plupart des parents ont considéré que leur(s) enfant(s) n'étaient pas angoissé(s) par le virus et que le respect de ces règles ne dépendait donc pas d'une crainte. *« Non non, ils n'étaient pas angoissés non plus. Ils respectaient scrupuleusement les consignes mais ils n'étaient pas angoissés. »* (Mère).

Certains parents ont rapporté que faire respecter les règles à leur(s) enfant(s) au tout début de la pandémie n'avait pas été si simple et que c'est venu avec le temps. De plus, certaines règles semblent avoir été plus compliquées que d'autres à faire respecter, notamment celles du port du masque et de la distanciation pas toujours respectées ou difficile à respecter dans certains cas (proximité avec les grands-parents, école, etc.). *« Alors je trouve que le lavage des mains, ils ont bien compris. Dès qu'ils rentrent à la maison, ils vont se laver les mains, il n'y a même plus besoin de leur dire. Le masque, [...] alors c'est rigolo parce que nous qui devons porter le masque au travail, c'est une habitude et les enfants disaient que c'était horrible d'être toute la journée avec le masque. Pour moi, c'était un petit peu léger comme excuse. Je disais qu'on n'avait pas le choix, il y a eu une ou deux petites plaintes par rapport au masque [...], mais autrement, je trouve que non les gestes, moi je ne trouve pas compliqué ces gestes barrière [...]. »* (Mère). Des situations ou habitudes particulières ont parfois mené à des explications spécifiques pour que les mesures sanitaires soient tout autant appliquées et comprises. Par exemple, un père a dû sensibiliser son fils à également appliquer les gestes barrière dans le cadre de sa consommation de cannabis. *« Comme il fume et pas que du tabac, j'ai aussi fait tout un travail de sensibilisation par rapport aux échanges, voilà de faire passer le joint pouvait être, pouvait créer un risque [...]. »* (Père).

Selon certains parents, la plupart compréhensifs face à cela, la longueur de la pandémie pourrait avoir un effet sur le respect des jeunes. « *Pour lui, pour l'instant ça va mais c'est vrai que si ça doit durer encore des mois et des mois... [...] Je sais qu'il m'a dit qu'il y a des jeunes qui font encore des soirées où ils sont plus que cinq et lui, pour l'instant, il n'y va pas. Je lui dis que je trouve que c'est bien, que tu as une bonne attitude. Mais en même temps, si dans quelques semaines, il me dit que je vais quand même y aller, je n'en peux plus, je me mets à sa place, moi je peux aussi comprendre encore [...].* » (Mère).

Certains parents étaient parfois sceptiques sur certaines règles mises en place, se demandant si cela fonctionnait vraiment. Le masque, par exemple, a parfois été questionné surtout par rapport à la manière dont les personnes le portent et sur le fait que d'autres mesures d'hygiène pourraient suffire. Dans cette idée, une mère qui émettait des doutes quant au masque a changé d'avis lorsqu'elle s'est aperçue que ses enfants avaient été beaucoup moins malades. « *Je pense que quand même, ces mesures d'hygiène font qu'ils sont moins malades, il me semble. Parce que là, d'habitude en novembre, ils ont toujours des trucs et ils n'ont pas du tout eu de symptôme ou quoi que ce soit, pas eu de gastro. Donc je me dis bon, ça les protège quand même et c'est vrai que les deux grands sont masqués toute la journée [...].* » (Mère).

Dans une famille, les rôles étaient un peu inversés et c'est le fils de 17 ans qui donnait des conseils par rapport à certaines activités à risque ou demandait aux autres membres de bien respecter les mesures d'hygiène et de distanciation. « *[...] Avec lui, je fais attention (Rire). [...] Par exemple, les restaurants, on a discuté, je lui ai dit qu'est-ce que tu penses du restaurant ? Je voulais aller manger et il m'a dit oui, ce n'est pas très... Et puis je me dis pour finir, oui, si on veut fermer les restaurants, c'est que ça vient de là aussi. Donc j'écoute un peu ce qu'il dit. Je ne prends pas tout à la lettre [...] mais il faut faire attention ou je lui demande qu'est-ce que tu penses si je vais là. Il me dit oui, en tout cas, le restaurant, il m'a déconseillé [...].* » (Père). Une telle situation a aussi été mentionnée par un autre parent expliquant que son enfant avait parfois dû remettre à l'ordre certain-es de ses enseignant-es ne respectant pas les distances, tout en admettant que c'était possiblement aussi dans un objectif de contrer l'autorité. « *[...] Mais dans les échanges par contre qu'on peut avoir, ce qui est assez paradoxal, c'est qu'avec certains profs, il va monter au créneau et puis, demander à ce que certains enseignants respectent les mesures en disant, gardez les distances, portez le masque mais je pense que c'est plutôt dans une idée de confrontation à l'autorité [...].* » (Père).

Il a également été admis que, parfois, les parents eux-mêmes ne parvenaient pas à ou n'avaient pas toujours la volonté de respecter les mesures instaurées et qu'ils ne faisaient certainement pas tout juste non plus. « *[...] J'ai des masques, j'avoue que je ne les change pas suffisamment [...]. Je les mets parce que c'est obligatoire [...]. Pour le gel, j'essaie de ne pas trop le faire. Je préfère largement me laver les mains une fois de temps en temps avec du savon et si j'entre dans un magasin, si on ne me regarde pas, je ne vais pas trop me prendre du gel. Donc ça c'est vrai que de ce côté-là, je ne respecte pas trop [...].* » (Père).

4.1.5 Ressenti

Certains parents nous ont fait part d'inquiétudes, voire même d'angoisses, vis-à-vis du virus et de la maladie. Néanmoins, ces ressentis, ayant atteint un pic chez certain-es au moment de l'annonce de la fermeture des écoles et des magasins, ont évolué avec le cours de la pandémie, notamment

par rapport à l'acquisition de nouvelles connaissances sur le virus ou encore le fait de voir que certain-es autour d'eux-elles étaient positif-ves à la COVID mais n'avaient pas de forme sévère de la maladie. Les angoisses portaient également sur le fait de gérer un foyer et une famille en étant malade. « *Donc oui une inquiétude quelque part de savoir si moi je l'attrape, est-ce qu'il passera quasiment inaperçu comme ça s'est passé chez plein d'autres personnes ou est-ce que je vais me retrouver hospitalisée mais là, c'est plus mon côté de maman qui... où ça m'inquiète en disant mais je vais laisser mes quatre enfants. Voilà, c'est plus ce côté-là qui m'inquiète.* » (Mère).

Tout comme chez les adolescent-es, les craintes principales concernaient le risque de le transmettre à des personnes plus à risque, en particulier les grands-parents. Certains parents ont quand même avoué s'être demandé si leur âge pouvait être un facteur de risque par rapport à la maladie, démontrant quand même une crainte d'attraper personnellement la maladie. « *[...] Oui, et puis je pense que j'étais aussi très anxieuse parce que j'ai -comment dire- je suis en très bonne santé comme personne mais c'est vrai que je viens d'arriver cette année à 50 ans et je me suis dit tout à coup, tiens, si tout à coup, je devais tomber malade et que je me retrouve voilà, parce qu'on ne sait jamais, à l'hôpital [...] ?* » (Mère).

Néanmoins, la majorité des parents ont rapporté n'avoir pas craint la maladie. Certains ont considéré que c'était davantage la situation et les mesures imposées qui pouvaient parfois les angoisser et non la maladie. Certains parents ont considéré qu'ils n'avaient pas le droit d'angoisser et de flancher vis-à-vis de leur responsabilité au sein de la famille et envers leurs enfants. « *Alors pas du tout dans posture alarmiste [...] Assez serein, confiant et puis au final, en arrivant sur la fin du confinement, je me suis rendu compte que j'étais pas mal angoissé mais que j'avais mis ça sous le couvert, que schématiquement, il fallait que je tiens la maison. Du coup, si je commençais à paniquer dans tous les sens et puis à m'angoisser, ça aurait fait que paniquer, angoisser des gens autour de moi [...].* » (Père). Le fait que les jeunes n'aient pas forcément été angoissés par la maladie a également pu aider dans certaines situations pour relativiser. « *Je pense que les jeunes y sont aussi pour quelque chose parce qu'ils sont de bonne humeur, parce qu'il y a la joie de vivre [...].* » (Mère).

Par rapport aux jeunes, certains parents ont rapporté qu'ils avaient dû parfois rassurer leur(s) enfant(s) par rapport à la mort entourant ce virus, certains enfants manifestant leur crainte de voir mourir leurs parents ou grands-parents voire même d'en être la cause. « *[...] Le 1er août, il l'a passé avec des amis et puis une semaine après, il a appris qu'une des personnes était positive, qu'il était en isolement et puis il avait vu ses grands-parents 2 jours avant et il avait des grands mots en disant que s'ils meurent, c'est à cause de lui alors qu'il était juste en quarantaine. Il n'avait aucun symptôme, il n'a pas été testé mais tout à coup, il était en panique en se disant, si j'ai le virus et puis que je l'ai transmis [...].* » (Mère). Cette nécessité de rassurer son enfant par rapport à cette situation a également été rapportée dans d'autres situations. « *Ma deuxième, bon elle, elle a un handicap mental et puis je trouve qu'ils ont un peu fait du martelage et ils les ont stressés. Donc plus dû au système institutionnel qui a mis une pression assez forte là-dessus. Il a fallu que je la rassure pour qu'elle puisse prendre le train par exemple [...].* » (Mère). Dans cette même idée, certains enfants semblent avoir demandé, même indirectement, à être rassurés par leurs parents. « *Maintenant, il arrive à ses 15 ans donc l'année passée, il avait 14. Donc lui, il était quand même assez soucieux. Il m'a posé de temps en temps des questions mais sans être non plus trop acharné avec ça. Je pense aussi pour savoir aussi comment moi je réagissais par rapport à ce virus. Et puis*

quand il m'a quand même souvent entendu dire mais tu sais [...], un virus, c'est un virus. Moi j'ai dit que je fais confiance à notre système immunitaire, on a voilà, on a une bonne santé, il faut faire confiance à ce qu'on a reçu et puis voilà, ça va aller. Il n'y a pas de souci quoi ! Je crois qu'il a été assez rassuré assez rapidement [...]. » (Mère).

4.2 Confinement

4.2.1 Annonce confinement

A l'annonce du confinement et les jours qui ont suivi, plusieurs parents ont rapporté la nécessité de réaliser ce qu'il se passait de leur côté, en tant que parents, mais aussi de le faire réaliser à leurs enfants. Tout comme les jeunes, c'est l'annonce de la fermeture des écoles qui a été le tournant dans cette pandémie et le confinement. *« [...] Donc ça c'est vrai qu'on a de la peine à croire que l'école, l'institution de l'école obligatoire, publique, accessible pour tout le monde, paf tout à coup ça ferme. Ça c'était woaw, ça c'était quelque chose, il m'a fallu le week-end pour comprendre. » (Mère).* Certains parents ont également débuté cette phase de confinement comme une période de vacances, une perception qu'il a fallu alors rapidement changer pour que les enfants soient également conscient-es. *« Oui, c'est là que je me suis dit là il se passe un truc. [...] Et puis là, il y a eu un moment où on a dû prendre la réalité du truc et puis oh, ça avait commencé très cool, comme des vacances. [...] Et puis là le samedi, on a dû vraiment prendre la réalité que ce ne sont pas des vacances, c'est une pandémie, c'est grave [...]. » (Mère).*

Alors que cette annonce a été reçue sereinement par certains parents, d'autres ont rapporté avoir été perturbés dans leurs habitudes de par le choc de l'annonce. *« [...] Je me souviens qu'à la Coop, j'ai perdu pieds. Je ne savais plus ce que je devais acheter, je n'osais plus aller dans les rayons, je naviguais dans ces rayons mais en fait, j'essayais juste de sortir (Rire), de me diriger le plus vite vers la sortie et puis voilà. » (Mère)* L'annonce de la fermeture des écoles et du confinement a engendré une forme de stress quant à l'organisation familiale qu'il s'agissait de revoir. Pour certains parents, c'est le premier point qu'il a fallu considérer dans cette situation. *« Moi je me suis dit je vais faire quoi avec toute cette équipe ici à la maison ? (Rire) [...]. Je me disais oh là là, il va falloir faire tous les repas deux fois par jour (Rire) [...]. » (Mère).* Cette organisation n'a, d'ailleurs, pas toujours été chose aisée, surtout par rapport au télétravail et au fait de devoir travailler tout en s'occupant des enfants présents. *« Moi, ça a été plus une question d'organisation assez rapidement parce que du coup, pendant la première vague, j'ai fait du télétravail et puis, de devoir tout à coup jongler entre le télétravail, mon garçon qui n'arrivait pas à se connecter à son compte, qui ne comprenait pas la consigne d'allemand, que l'imprimante ne marche plus etc. et puis l'aider etc. J'ai trouvé extrêmement compliqué de devoir switcher tout le temps entre mon job et son job et puis voilà, le fait de se vivre dessus tout le temps. Donc au début, c'était très compliqué dans mon organisation. » (Mère).*

Cette phase d'annonce a également engendré le besoin de rassurer les enfants, mais aussi de se rassurer soi-même en tant que parents, surtout lorsque la famille réalisait que ça allait durer un certain temps et que la situation était grave. *« Et puis le lundi, on s'est mis en place une sorte de protocole familial ; c'est que tous les soirs, on se faisait un apéro débriefing de la journée, de*

demander comment ça s'est passé. Et là, le lundi, donc le 16 mars, il a pété les plombs, il a pleuré, il était angoissé, il disait ouais c'est nul, moi je veux retourner à l'école, c'est quoi cette connerie ? Oui il est passé par une phase de grosse angoisse et puis là, du coup, on l'a calmé, on lui a réexpliqué un peu comment ça se passait [...]. » (Mère).

4.2.2 Confinement

Travail et télétravail

Les expériences quant au télétravail étaient mixtes par rapport à la possibilité d'en faire ou pas et par rapport au vécu. Certains parents n'ont pas effectué de télétravail pendant le confinement par choix et confort ou par impossibilité d'en faire de par leur poste. *« Alors d'un point de vue du boulot, c'est beaucoup plus efficace d'être au bureau que d'être à la maison en particulier quand on a 4 enfants [...]. J'ai eu ordinateur portable au début du confinement [...], une fois sur deux il saute, c'est un tout petit écran [...]. Ce n'est pas très efficace. » (Père).* Pour certain-es, pouvoir continuer à exercer leur activité professionnelle hors de la maison a été considéré comme un soulagement ou une manière de pouvoir sortir de la maison et échapper à certains moments au confinement. *« Mais j'ai eu de la chance parce que j'étais seule au bureau donc ça m'a aussi permis... c'était un moment où je partais donc je quittais la maison. Ça, ça m'a fait beaucoup de bien. » (Mère).* Certain-es parents ont fait part de reproches de la part de leurs enfants qui ne pouvaient pas sortir ou aller à l'école alors qu'eux pouvaient se rendre au travail, notamment par rapport au fait de potentiellement ramener le virus à la maison. *« [...] Ici au bureau, il y avait très peu de monde dans les couloirs, je ne rencontrais personne. Alors elle (l'enfant), parfois, me rapprochait ça : C'est toi qui nous mets en danger ! [...]. » (Père).*

Pour celles et ceux ayant effectué du télétravail, certain-es ont considéré que cela avait été plus fatigant notamment par rapport au fait de devoir concilier travail et foyer, ou encore par rapport au fait de réussir à se concentrer uniquement sur son travail. *« Alors moi, le télétravail, je n'aurais pas de soucis si je n'avais pas tout le reste ici à gérer comme je vous dis. Le matin, faire les commissions, sortir le chien, ranger un peu la maison parce que quand on est 5 sous un toit, les choses, elles se déplacent toujours on ne sait pas comment (Rire) en tout cas, elles ne retournent jamais à leur place toutes seules hein (Rire). Mais du coup c'était comme aligner 3-4-5 journées dans une journée [...]. » (Mère).* De plus, l'intégration du travail dans le foyer a engendré des difficultés à séparer les deux domaines menant à travailler davantage. *« Pas du tout (convenu). [...] Je l'ai hyper mal vécu parce que je n'ai pas réussi à le gérer en fait. Le fait d'avoir mon ordi et mon téléphone dans ma cuisine et du coup, toujours accessible, toujours à vue etc., c'était toujours hyper compliqué. J'ai fait un nombre d'heures incalculables supplémentaires [...]. » (Mère).* Finalement, pour certain-es c'est l'aspect social qui a surtout manqué, avec les collègues. *« Maintenant, ça me pèse parce que je ne vois pas mes collègues et comme je l'ai dit au début de l'entretien, pour moi c'est un peu une parenthèse. Je refuse de croire que ça va être une vie permanente. » (Mère).*

Pour d'autres, en revanche, le télétravail a été une révélation et certain-es ont admis vouloir revoir l'organisation de leur travail une fois la pandémie terminée afin d'utiliser davantage cette possibilité. Pour ces personnes, le télétravail leur a permis de moins stresser mais aussi de pouvoir faire autre chose en étant sur place. *« Et voilà donc d'un côté, moi j'ai beaucoup apprécié le*

télétravail parce que j'avais l'impression que je travaillais moins pourtant à un pourcentage plus bas mais je travaillais mieux. » (Mère).

Relations familiales

Par rapport aux relations familiales durant le confinement, certains parents ont discuté de leur relation de couple. Certain·es ont admis avoir eu une crainte par rapport au fait de se retrouver ensemble tous les jours, une crainte gérée, notamment, par la mise en place de projets communs. *« Bref, même en se retrouvant qu'avec son conjoint, la peur des fois de se dire bon bah on va mourir d'ennui ou on ne va pas se supporter, et en fait, ça s'est plutôt bien présenté parce qu'on a mis en place des projets [...]. On se laissait un peu aller, on s'est abandonné au final. » (Mère).* En revanche, pour d'autres, des tensions sont apparues par rapport, notamment, aux informations sur la COVID ou aux décisions du gouvernement. *« [...] Mon compagnon, [...] a toujours gardé beaucoup de recul par rapport à toute cette pandémie et [...] était [...] assez critique par rapport aux décisions qui ont été prises par le gouvernement. [...] Je pense dans le premier mois, on se disputait tous les soirs parce que moi, j'ai pris très à cœur les mesures. » (Mère).* Pour d'autres, un rapprochement a été rapporté durant cette période. *« D'ailleurs, je pense même que ça m'a tellement rapproché de mon mari, je me suis dit mais Oh qu'est-ce qu'on est bien, beau couple, comment je peux compter sur lui, comment est-ce qu'on est solidaire, on est sur la même longueur d'onde et tout, c'était génial [...]. » (Mère).*

A côté du couple, il y a également eu des discussions par rapport à la relation avec les grands-parents. Des tensions sont parfois apparues par rapport aux mesures et au comportement de leur(s) enfant(s) et petit(s)-enfant(s), mais aussi sur l'existence même du virus. Cependant, c'est surtout le manque de contact, mais également l'impossibilité de pouvoir les avoir comme relai pour garder les enfants, qui ont été problématiques pour les parents. Il y a également parfois eu une charge supplémentaire pour les parents durant le confinement par rapport aux courses à effectuer pour leurs propres parents. *« Au début, ils sont restés chez eux donc j'allais faire les courses, je déposais les courses devant la porte. Après, ils ont en clairement eu marre hein, il fallait qu'ils aillent faire leurs courses eux-mêmes parce que je n'achetais pas le bon truc, le bon machin donc... ils sont retournés faire leurs courses [...]. Je pense que ce qui est dur c'est effectivement plus de câlin ; moi je trouve que ça, ça me manque aussi, de ne plus pouvoir embrasser mes parents et tout ça. A la petite aussi parce qu'avant, elle était gardée jusqu'au confinement [...]. » (Mère).*

Du point de la famille amenée à cohabiter ensemble sous le même toit, plusieurs parents ont indiqué que vivre ensemble s'était bien passé, notamment après avoir mis en place une certaine organisation et un rythme de vie. Certain·es ont même été étonné·es que cela se passe aussi bien. *« Non, mais étonnement pas. On pourrait se dire, se retrouver les six à la maison... Étonnement, on ne s'est pas engueulé avec mon mari, les enfants, non, cool entre eux. Je n'ai pas souvenir de grosse cata, non, vraiment pas. » (Mère).* Pour certain·es, c'est le fait d'avoir des adolescent·es assez autonomes et non des enfants en bas âge qui a permis d'avoir une ambiance plus sereine au niveau des tâches quotidiennes et des relations. *« On n'était pas confinés avec les 4 petits-enfants. On a des grands enfants et ça aussi, c'est avantageux d'avoir entre 18 et 20 ans à l'époque qui sont quand même autonomes, qui ne sont pas à courir dans toute la maison, c'était plus facile pour moi. » (Père).* L'espace de vie semble également une condition pour que la cohabitation se passe au mieux

afin que chacun-e puisse, à un moment donné, avoir un espace et un temps pour soi. « *On a déménagé entre temps mais c'est vrai qu'on était dans un plus petit appartement et c'est voilà, il fallait prendre des tournus pour aller sur le balcon l'un après l'autre parce qu'il n'était pas très grand voilà. Ce qui voulait regarder la télé au salon, voilà, c'était un peu plus compliqué [...].* » (Mère).

Des tensions se sont parfois installées par rapport aux restrictions difficiles à accepter pour les adolescent-es. « *[...] Au début, c'est devenu difficile parce qu'en fait, elle rôlait, elle restait dans sa chambre. Moi je ne la laissais pas sortir enfin voilà, je lui disais qu'on est en confinement [...]. Il y avait quand même un petit peu des tensions au début.* » (Mère). Une dégradation des relations familiales a également été mentionnée par rapport à la durée du confinement et des restrictions. « *Et c'était un peu comme une sorte de petite expérience festive comme ça enfin et puis alors, assez rapidement, deux de mes filles ont commencé à avoir du mal avec cette privation de relations. Et puis donc on va dire que l'ambiance s'est un peu dégradée, qu'il y a de plus en plus de disputes à la maison [...].* » (Père).

Finalement, les tensions au sein de la famille ont également porté sur l'organisation du quotidien qu'il a, parfois, fallu revoir. « *[...] C'est inévitable mais peut-être plus dans l'organisation parce qu'après, c'était gentil, tout le monde voulait donner un coup de main pour le ménage (Rire) mais quand on est habituée pendant longtemps à faire les choses soi-même, il faut laisser de la place. Et puis ce n'est pas toujours fait comme on veut et puis, voilà, je reconnais que des fois, je ne suis pas toujours facile à vivre [...].* » (Mère).

Organisation familiale

Comme susmentionné, beaucoup de familles ont dû revoir leur organisation ou mettre en place une organisation spécifique à cette période de confinement et de cohabitation. Ainsi, plusieurs parents ont parlé du partage des tâches ménagères. Tout d'abord par rapport au fait d'inclure davantage les enfants dans ces tâches, le confinement ayant permis à certains parents de responsabiliser davantage leur(s) enfant(s) par rapport à cela. « *[...] Ça veut dire qu'on a quand même fixé des règles plus strictes pour promener le chien parce que ça, c'est vrai que c'est une grosse tâche et puis moi, en étant ici tous les jours, je ne pouvais pas le faire trois fois par jour seule donc ça, on a fixé des règles un peu plus strictes. Leur chambre ; aspirateur, changer les draps etc., plier un peu de linge et la cuisine [...].* » (Mère). Pour certains parents, ce partage a été indispensable pour pouvoir gérer toutes les contraintes qu'un tel confinement imposait, notamment au niveau du télétravail, et éviter ainsi une surcharge et des tensions. « *Et puis moi, j'avais fixé comme cadre étant une mère à la maison avec du boulot de leur demander en fait, de faire à manger un jour sur trois à chacun [...] C'est ce que j'ai mis en place dès la première semaine parce que je ne me sentais pas du tout à vouloir faire la colonie de vacances plus mon job, voilà, je n'y arrivais pas du tout.* » (Mère). Une mère a expliqué ce que sa famille avait mis en place durant le confinement pour que la cohabitation se passe au mieux au niveau des tâches quotidiennes nécessaires à une vie en communauté. « *[...] Donc assez rapidement on a mis en place une monnaie de corona (Rire) pour en fait valoriser chaque fois que quelqu'un faisait spontanément un acte d'intérêt général pour la famille [...]. Donc quelqu'un qui voyait que le sac poubelle était plein et qu'il le vidait [...], ça valait un corona [...]. Une fois que tout serait rouvert, ça ferait par exemple 20 coronas, on se ferait une séance de cinéma tous ensemble ou on irait manger une pizza [...]. C'était vraiment l'idée de, après,*

on refait un truc on va dire à l'extérieur et on s'offre un moment tous ensemble qu'on ne peut plus faire maintenant en fait. » (Mère).

Ensuite, il y a également eu le partage des tâches de manière plus équilibrée entre les parents, souvent amenés à être tous les deux présents à la maison en raison du télétravail. *« Au niveau de la famille, effectivement, j'étais plus présent donc j'ai essayé de faire des tâches que normalement ma compagne fait tel que le ménage, faire les salles de bain ou des choses comme ça, où j'essayais de m'investir, accompagner plus régulièrement dans les courses [...]. » (Père).*

Au niveau de l'organisation au sein de la famille, certains parents ont également rapporté avoir instauré des moments pour pouvoir se retrouver seul-e et faire une activité de leur choix. *« On a chacun droit à une heure tout seul par jour. On n'est pas obligé d'être tout le temps les uns sur les autres [...]. Moi par exemple, je faisais une heure de méditation. » (Mère).*

Si certains parents ont instauré des règles quant aux tâches ménagères comme susmentionné, d'autres ont également essayé d'assurer un rythme de vie, surtout au niveau des heures du coucher et du lever. Plusieurs parents ont néanmoins rapporté qu'ils n'ont pas souhaité établir des règles trop strictes ou qu'ils les ont rapidement assouplies, notamment au regard de la situation déjà assez compliquée à vivre. *« [...] Au niveau du rythme, alors lui (l'enfant), banalisait en disant non mais c'est bon, je peux aller super tard [...], et puis moi je lui disais que non, j'aimerais quand même que tu gardes un rythme [...]. Mais voilà, enfin j'essayais de couper la poire en deux, d'arriver à une sorte de compromis en disant ok, c'est une période particulière, tu n'as pas besoin de te lever mais néanmoins, [...] tu ne vas pas faire tous les soirs à te coucher à pas d'heure [...]. » (Père).* Certains parents ont indiqué avoir dû mettre en place de nouvelles règles qui n'existaient pas forcément avant le confinement en raison du fait que l'enfant pouvait sortir. *« [...] Il a même fallu reprendre ça parce qu'il fumait des joints dedans et puis ça, pour moi, ce n'était juste pas envisageable [...]. Si tu dois fumer, c'est ailleurs que dans la maison et puis bah voilà, tu peux sortir même sur le pare-vive ou sur le balcon enfin en tout cas pas dans ta chambre. » (Père).* Des règles ont également porté sur les mesures d'hygiène et de distanciation demandant, par exemple, aux enfants de réduire leur contact à un nombre très limité d'ami-es. *« Après, on lui a demandé de toujours être avec ses trois mêmes copains. Ils ont fait trois mois avec les mêmes. » (Père).*

Temps passé ensemble – en famille

La grande majorité des parents, surtout si le télétravail a été possible durant le confinement, a rapporté avoir passé davantage de temps en famille, avec leurs enfants et avoir partagé des activités qu'ils n'avaient pas forcément l'habitude de partager avant : les repas, le bricolage, la cuisine, le jardinage, regarder des films, des jeux de société, du sport, etc. *« [...] En famille, on a commencé à faire des jeux de société qu'on ne faisait pas. On s'est mis à jouer (Rire), à découvrir de nouveaux plats, à faire de la cuisine, donc c'était plutôt bon le confinement. » (Mère).*

Des rapprochements au sein des fratries ont également été mentionnés. *« Et puis, il était aussi content de voir son frère, comme ils n'ont pas du tout les mêmes horaires, et bien c'était un petit peu Ah bah super, on peut jouer ensemble. » (Mère).*

Certains parents ont également rapporté avoir davantage discuté avec leurs enfants, et pas seulement sur le virus et la pandémie. *« Alors, il y a plus de discussions, les discussions durent peut-être plus longtemps, elles sont plus régulières, plutôt que le soir quand il rentre, là, elles sont aussi le matin, l'après-midi ou le soir, ça peut être aussi un moment d'échange intéressant parce qu'on peut passer par-dessus simplement Comment s'est passée ta journée ? [...] Il y a des choses différentes qui peuvent s'établir, des choses plus profondes [...], plus personnel, plus émotionnel [...]. »* (Père).

L'accès à l'extérieur et le fait d'avoir la possibilité de se promener en famille durant le confinement ont très souvent été rapportés par les parents comme des points positifs et des moments de partage privilégié en famille, voire même comme la raison principale pour laquelle le confinement s'est finalement bien passé. *« [...] On sortait régulièrement, on allait marcher, régulièrement, on sortait marcher en forêt. Alors, ce n'était pas un confinement stricto sensu où on ne sortait pas de l'appartement par crainte, pas du tout. On sortait et on allait se promener et ça, systématiquement, pour [...] pouvoir relativiser cette pression et puis être en harmonie ensemble. »* (Père).

Ecrans

La gestion des écrans durant le confinement a été discutée par la quasi-unanimité des parents qui ont estimé que l'utilisation avait explosé durant le confinement. Pour certains parents, les écrans ont été sources de tension avec leurs enfants durant le confinement, certains indiquant que c'était la seule chose que leur(s) enfant(s) faisai(en)t. *« Elle était tout le temps sur son natel. Mais sans arrêt ! Elle se levait à midi, tac tac, tout le temps, la tablette, le natel, la tablette, le natel ; il n'y avait que ça ! [...] Donc évidemment, ça crée des conflits. »* (Mère). Certains parents ont rapporté que l'usage des écrans avait également explosé de leur côté, et pas seulement à cause du télétravail, et que le confinement aurait été plus compliqué sans ces écrans, notamment par rapport aux liens sociaux. *« Non tout a sauté ! Tout a sauté ! Même nous. Moi je pense que je n'ai jamais été autant sur Facebook. Vous savez avec le récapitulatif hebdomadaire (Rire) on a fait péter la baraque [...]. »* (Mère).

Même si beaucoup de parents se sont questionnés sur l'usage des écrans par leur(s) enfant(s) durant cette période, plusieurs d'entre eux ont estimé que l'augmentation était essentiellement due au fait que les jeunes n'avaient plus rien à faire d'autre et qu'ils devaient rester à la maison, et n'était, par conséquent, pas alarmante. *« On n'a pas tellement contrôlé non plus [...]. Mais en même temps je comprends parce que ça a été une longue période et puis même l'été et puis même maintenant, ils se voient à l'école mais il n'y a plus vraiment de moment de rencontre exceptées celles de l'école. Donc c'est vrai que pour eux, c'est le seul lien. »* (Mère). Certain-es ont admis avoir même assoupli les règles qui étaient instaurées avant la pandémie ou avoir été plus indulgent-es au vu de la situation.

Certains parents ont également rapporté que l'usage des écrans était directement revenu à la normale dès que les mesures ont été levées, en particulier lors de la réouverture des écoles, comme si le confinement avait été une période de vacances avec plus de relâchement. *« Il y avait une dynamique un peu différente sur la fin jusqu'à ce que les vacances arrivent et qu'on apprenne au mois de juillet qu'on pouvait déconfiner, je ne sais plus exactement quand. Et dès qu'il a pu sortir, faire des activités en plein air, partir en vacances, voyager alors voilà, c'était une affaire oubliée. »*

Mais, moi je dois dire que ça me pesait les jeux électroniques [...]. » (Mère). Dans ce même ordre d'idée, certains parents ont indiqué que leur(s) enfant(s) n'utilisaient pas ou moins leur téléphone portable si d'autres activités leur étaient proposées, incluant celles en famille. *« Donc on a essayé à un moment donné, tu poses le téléphone, il le posait tout de suite et puis on passait 2-3 heures à jouer à des jeux de société [...]. » (Père).*

Certains parents ont admis que les écrans ont, parfois, été une solution pour occuper les enfants notamment par rapport au télétravail ou à des situations particulières demandant beaucoup d'énergie et de présence. *« Ma fille avec le handicap mental, c'était là où c'était le plus compliqué parce qu'il n'y a pas assez d'autonomie et là, j'ai dû passer du temps et puis là, elle a fait quelques kilomètres d'écran, il faut le dire. » (Mère).*

Finalement, bien que la majorité des parents aient admis avoir été plus souples par rapport aux écrans, certains ont quand même mentionné des règles instaurées pendant le confinement. Ainsi, par exemple, les téléphones n'ont plus été admis dans les chambres après le coucher ou des horaires d'utilisation ont été mis en place. *« Complètement. Et puis après, ça a duré, je ne sais pas, je dirais deux semaines où c'était un peu le festival du n'importe quoi par rapport aux écrans et puis, après du coup, on a instauré un truc beaucoup plus cadré, cadrant mais sans être très rigide : Le matin tu peux, le soir tu pourras mais la journée tu fais autre chose. » (Mère).* Néanmoins, les parents qui n'étaient pas en télétravail ont essayé de discuter de cet usage tout en sachant qu'ils ne pourraient pas vraiment vérifier. *« [...] C'est vrai qu'à ce niveau-là, je trouvais que c'était assez compliqué de lui dire et puis de vérifier derrière [...]. Par contre, c'était quelque chose que je reprenais et puis quand je revenais le soir enfin voilà, je sais que je lui ai fait plusieurs fois la remarque en disant qu'en termes d'écran, il a eu sa dose donc voilà. On calme un peu pour ce soir alors, ce qui parfois l'énervait (Rire). » (Père).*

L'école à la maison

L'école à la maison a été aussi un sujet particulièrement abordé par les parents. Tout d'abord, c'est la désorganisation de l'école à distance, surtout les premières semaines, qui a souvent été mentionnée parfois avec colère. *« [...] Ce n'était vraiment pas structuré et bien sûr, je veux dire, l'école ne s'y connaissait pas. [...] Les profs n'avaient aucune idée. Il y en a qui surchargeaient total, et d'autres qui n'ont rien fait du tout, ce n'était pas contrôlé donc voilà. Pour les deux grands au collège, c'était lamentable. » (Mère).* Dans le cadre de cette organisation, ce sont surtout des problèmes de planification, de communication, de suivi et de contrôle qui ont été mentionnés comme problématiques. *« Et puis pour le petit, alors il y avait des trucs par mail, des trucs par WhatsApp. Tout à coup le dimanche, je commençais à avoir des palpitations de stress parce qu'on recevait 28 messages avec toutes les tâches à faire mais c'était complètement désorganisé donc chaque prof envoyait ses trucs. Il n'avait pas encore 11 ans, [...] il était incapable de gérer ça [...]. » (Mère).*

De par cette désorganisation, plusieurs parents, surtout les mères, ont admis avoir dû aider ou du moins essayé d'aider leur(s) enfant(s), en particulier les plus jeunes adolescent·es. Certains ont plutôt bien réussi mais ont considéré que cela leur avait pris beaucoup d'énergie et de temps, et qu'ils se savaient avantagés par rapport à leurs capacités et possibilités d'aider leur(s) enfant(s) dans ce domaine. *« Ah oui non, c'était n'importe quoi. Bon disons que c'est bien qu'on est bien formé*

les deux et puis qu'on a pu les aider et puis on était les deux à la maison. » (Mère). D'autres, en revanche, se sont sentis relativement démunis par rapport à l'école et au fait de devoir aider leur(s) enfant(s) sur certaines matières. « [...] De temps en temps, il avait besoin d'aide et franchement pour moi, c'était difficile de l'aider pour le travail du cycle... Je veux dire on y a passé (Rire) mais c'est loin quoi. On sait faire beaucoup d'autres choses mais alors vraiment là, des problèmes de math et tout ça... » (Mère).

L'annonce de l'annulation des examens ou de la prise en compte de nouvelles notes a, parfois, engendré des difficultés pour les parents à garder la motivation de leur(s) enfant(s) à continuer à étudier. *« J'ai trouvé qu'en tant que parent, c'était extrêmement difficile d'avoir un 11ème à la maison avec toutes ces histoires-là. Parce qu'il y a un bout où je le tenais par rapport à la motivation, par rapport au travail etc. [...] et quand subitement genre en semaine deux ou trois du confinement, tous les 11èmes apprennent qu'ils ont leur [...] passage d'office et qu'il n'y aura pas d'examen, alors là, j'ai trouvé ça très peu stratégique (Rire) [...]. » (Mère).* Ainsi, certains parents ont vu leur(s) enfant(s) décrocher et se sont retrouvés empruntés sur ce qu'il fallait faire pour éviter du retard ou des difficultés à la rentrée. Ce décrochage n'a d'ailleurs pas été le propre des jeunes ayant déjà des difficultés scolaires avant le confinement selon une mère. *« Alors au niveau du cycle, ils n'avaient franchement pas trop de travail. Évidemment, il y a toujours les élèves qui ont un peu plus de difficulté ou qui sont en difficulté, [...] puis j'entends plein de parents dire que son fils qui avait des bonnes notes et de la facilité, il a décroché aussi donc... » (Mère).*

Certains parents ont avancé des difficultés quant aux moyens pour pouvoir assurer cette école à la maison, en particulier les moyens technologiques et informatiques que certaines familles ne possédaient pas ou pas assez par rapport au nombre d'enfants. *« On avait un ordinateur donc on s'est bien dit ok, les quatre enfants, les devoirs à la maison et tout donc un ordinateur pour six, ça ne va pas aller. » (Mère).*

Beaucoup de parents ont indiqué que les horaires de l'école à la maison n'étaient pas les mêmes que les horaires habituels, de même pour le travail à faire. Par rapport à ça, certains parents ont eu des craintes sur la manière dont leur(s) enfant(s) allai(en)t s'occuper le reste de la journée, surtout lorsque les parents devaient également travailler. *« [...] Moi je compte évidemment sur eux (les enseignant-es) pour me les occuper. Je pense que j'ai fait partie des parents qui ont dit est-ce que vous pouvez donner un petit peu plus de travail à mon fils sinon là, je vais péter un câble [...]. » (Mère).*

Rythme de vie

Au niveau du rythme de vie de la famille, plusieurs parents ont indiqué avoir gardé un rythme au niveau du sommeil et des repas, bien que plusieurs parents ont admis que leur(s) enfant(s) se levai(en)t plus tard et dormai(en)t donc davantage. *« Alors on avait fait un programme hyper organisé pour que ça ressemble à quelque chose. Donc le matin, on se levait quand même, pas très tôt, de moins en moins tôt je dois dire. Au début, l'objectif c'était 9 heures parce qu'il y avait trop de disparité. La plus jeune, elle se levait plus tôt et puis elle attendait un peu toute seule et puis l'aîné on aurait pu le laisser dormir jusqu'à 11 heures. Donc on avait dit ok non, c'est quand même l'école et du coup, j'avais fait, c'était assez joli, j'avais un panneau au mur où j'avais marqué qu'à 9 heures,*

on se lève, on prend le petit déjeuner. A 9h45, on commence l'école jusqu'à midi et puis, après, ils avaient depuis 13 heures, on sortait. » (Mère).

Plusieurs parents ont indiqué avoir ressenti moins de stress au niveau de leur rythme, par rapport au travail mais aussi par rapport aux activités extrascolaires pour lesquelles une présence était parfois nécessaire, notamment quant au transport des enfants. *« Je n'avais plus de pression de logistique parce que finalement, je suis mère au foyer mais avec l'activité professionnelle de mon mari qui voyage beaucoup, l'activité sportive de ma fille et puis aussi les besoins de mon fils, c'était énorme. Et je me suis rendue compte pendant le confinement que c'était énorme et puis je suis contente de cette pause [...]. » (Mère).*

Pour d'autres, en revanche, le rythme de vie a été plus soutenu qu'avant le confinement à cause de nouvelles charges entremêlant vie professionnelle, vie familiale, prise en charge des personnes à risque et l'école à la maison. *« Mais je dirais que les émotions liées à la première vague, ça a été des émotions négatives [...] surtout liées à l'organisation. Ça veut dire devoir blinder mes parents de courses, aller dans les magasins [...]. Et puis, mon organisation professionnelle parce que j'ai dû quasiment aller chercher tout mon bureau au bureau, l'installer à la maison et puis ça, ça m'a pris beaucoup- c'était un gros stress. [...] Il fallait aussi soutenir mon fils cadet parce que lui devait installer des outils pour converser avec son prof, acheter une imprimante [...]. Là, j'ai dû beaucoup aider mon fils cadet là-dedans donc ça m'a pris du temps, ça m'a pris du temps d'aider mes parents. » (Mère).*

Parents séparés

Durant le confinement, certaines situations familiales ont amené des expériences assez spécifiques quant à son organisation. Un père célibataire devant se rendre au travail a indiqué qu'il n'avait pas eu trop de difficultés durant le confinement surtout par rapport à l'âge de son enfant qui lui a permis d'avoir une certaine autonomie. *« [...] Si c'était arrivé avant, quand il était beaucoup plus jeune, ça aurait été quand même très problématique parce que voilà, je vis seul avec lui donc globalement, je n'ai pas d'option en me disant, [...] si j'avais été avec sa maman [...], il y en a un qui reste pendant X temps et puis l'autre qui reste après coup. Mais vu les risques que ça pouvait faire encourir, on n'avait pas pu mobiliser les grands-parents donc c'est vrai que ça m'a mis un peu dans une position assez [...] inconfortable même si bah comme je disais à 15 ans, ça jouait encore [...]. » (Père).*

Par rapport à la garde alternée, les expériences ont été parfois différentes. Par exemple, un garçon n'a pas vu sa mère durant tout le confinement et est resté uniquement chez son père. *« Par contre, ce qui était différent, c'est qu'il n'est pas allé du tout voir sa maman pendant toute cette période-là [...]. » (Père).* Dans un autre cas, une mère a considéré que, dès le départ, l'alternance devait être conservée durant le confinement. Cette alternance a parfois engendré quelques difficultés niveau organisation lorsque des différences apparaissaient entre les semaines de garde au niveau des règles et de la présence du parent. *« [...] Il (le père) ne devait pas être au bureau et puis il a réussi à faire en sorte d'aller tous les jours [...]. Moi j'avais mes enfants qui pendant le confinement avaient une semaine pendant laquelle ils étaient avec leur père sans leur mère à la maison donc c'était freestyle à la maison, la bouffe, tous les copains enfin voilà, c'était freestyle total sans aucune règle.*

Et puis quand ils revenaient chez moi, c'était les règles habituelles donc ça, ça a été assez difficile. » (Mère).

Relations sociales

Certains parents ont rapporté que l'absence de relations sociales hors cercle familial était dure, surtout sur la longueur au moment de la deuxième vague et de l'instauration de nouvelles mesures. Néanmoins, certains parents se sont contentés des relations au sein de leur famille. « [...] *C'est drôle parce que je n'ai pas de souvenir [...]. Je ne sais pas pourquoi, je me suis sentie plutôt bien, les enfants proches de nous.* » (Mère). Certains parents se sont rendu compte qu'ils s'étaient éloignés de certaines personnes pour ne garder que des ami·es très proches durant cette période. « [...] *Cette copine, on voit qu'elle depuis cet été, c'est la seule personne qu'on voit. Et assez naturellement, on s'est un peu éloigné d'autres personnes. [...] Les gens qu'on ne voit plus, qu'on voit mais soit que nous on prend moins de nouvelles ou eux n'en prennent pas ou plus, c'était peut-être parce que c'était le moment qu'on se voit moins et puis qu'il y a une sorte de sélection [...], on s'est rapproché des gens qui nous étaient importants de garder dans ces moment-là [...].* » (Père).

Finalement, une mère a parlé d'un élan de solidarité entre parents durant le confinement. « [...] *On s'est appelé entre parents en disant comment tu vas gérer toi ce confinement, tu travailles, tu ne travailles pas donc c'était aussi une question d'entraide entre nous [...] puis on s'est mis d'accord sur comment est-ce qu'ils allaient gérer l'école [...]. Et ça, ça a été je pense un plus pour le vécu de lui, de nous, surtout de nous (Rire).* » (Mère).

4.2.3 Déconfinement

Lors du premier déconfinement, soit dès mai 2020, la vie semble avoir facilement repris son cours pour la plupart des familles. Néanmoins, cette reprise s'est évidemment accompagné des mesures d'hygiène et de distanciation requises et recommandées. Ainsi, il s'agissait de trouver un juste milieu entre reprise de la vie et de ses habitudes, et respect de ces mesures. « *Moi je pense que je suis entre deux, je veux dire que j'ai réussi à vivre ma vie à peu près normalement. [...] Je pense que je suis dans la bonne moyenne où on a quand même pu vivre mais je fais quand même gaffe. Et puis quand on me dit que moi je suis assez docile, s'il faut être cinq, on est cinq, s'il faut mettre un masque, je mets un masque. Je ne fais pas faire exprès, je n'ai pas pris des risques inconsidérés mais j'ai quand même pu vivre.* » (Mère). Les efforts demandés durant le confinement ont permis de profiter de l'été de manière convenable et agréable, et ont donc été relativisés avec le recul. « [...] *Après, j'ai trouvé que ça valait le coup parce qu'effectivement, ça avait baissé rapidement. [...] On a eu un été qui ressemblait à quelque chose, on a pu partir en vacances, ils ont pu reprendre à l'école. On a même pu recommencer à travailler en présentiel enfin j'ai trouvé qu'après, la vie elle a repris et je trouvais que c'était un gros effort mais après, ça a valu le coup.* » (Mère).

Certains parents, lorsque le déconfinement était discuté lors de l'entretien, se sont avant tout référés à leur(s) enfant(s) et à leur reprise considérant que c'est surtout eux qui avaient été restreints dans leur vie quotidienne. « [...] *Surtout les jeunes j'ai trouvé, on peut de nouveau sortir, on peut de nouveau se retrouver. Nous, effectivement, ça a été je peux de nouveau inviter des amis pour des dîners mais voilà, ça a été pas des méga fiestas [...].* » (Mère).

Pour certains, cette reprise s'est faite avec des craintes par rapport au risque que les contaminations repartent mais aussi des craintes par rapport à la manière d'appréhender les autres comme des transmetteurs potentiels, surtout des personnes moins connues ou moins proches. « [...] Recommencer une vie normale avec des gens finalement qu'on connaît, moi je l'ai fait pendant le déconfinement et je n'aurais aucun problème de le refaire. Là où ça pose plus de problème c'est finalement rencontrer des gens qu'on ne connaît pas donc on ne sait pas forcément comment ils fonctionnent et dans un cadre un peu spontané [...]. Ça je pense que ça va être plus compliqué parce qu'il y a quand même tout le temps l'idée qu'on peut transmettre le virus à quelqu'un, quelqu'un peut nous le transmettre... » (Mère).

Pouvoir se retrouver à plusieurs a parfois suscité des angoisses par rapport au risque de contaminations alors même que les mesures l'autorisaient durant le déconfinement. « [...] C'était ok selon les directives de Berset mais après, il y a une phase d'angoisse où après, pendant deux semaines, on est angoissé, on se dit, pourvu que personne ne l'attrape [...]. Elle (l'angoisse) est plus liée aux regrets, à se dire Mince ! » (Mère).

Pour certains, le déconfinement leur a permis de se rendre compte de certaines choses par rapport au confinement, comme les lacunes scolaires accumulées par l'enfant lors de la reprise de l'école au mois de mai ou le fait que la période de confinement a finalement été plus angoissante que ce qui a été exprimé au cours de cette période. « C'est un peu, quand ça s'est rouvert et puis que l'école a recommencé, qu'on pouvait recommencer une vie professionnelle et une vie privée active on va dire, du coup, on revient un petit peu, quand on croise des copains et des copines, on revient un petit peu sur toute cette période de 3-4 mois et puis je me rends compte que j'étais beaucoup à l'apéro, que j'ai beaucoup vraiment plus bu que d'habitude. [...] J'ai eu des comportements qui ne me ressemblent pas vraiment et puis qui m'ont fait me dire, tiens, je pense que j'ai quand même angoissé un petit peu quand même [...]. » (Père).

Si la majorité des parents ont considéré que le déconfinement était un soulagement et a engendré des émotions positives, certains ont avoué avoir été chamboulé-es, voire tristes, par le fait de ne plus être en famille tout à coup et avoir eu besoin de retrouver des repères dans cette reprise. « Après, je dois vous avouer que le jour où tout le monde est parti à l'école et au boulot, je me suis retrouvée un petit peu désemparée (Rire) parce que tout à coup, j'étais toute seule. Il fallait que moi, je me reconditionne différemment en ayant déjà pas mal de liberté de nouveau mais il n'y avait personne autour de moi à la maison. C'était très bizarre. » (Mère).

4.2.4 Deuxième vague

Globalement, c'est un ras-le-bol qui a été rapporté par les parents concernant la deuxième vague que nous vivons dès octobre 2020. C'est surtout le manque de relations sociales qui a été mentionné mais c'est également le fait d'avoir l'impression de ne faire que travailler sans loisirs et activités hors travail qui est devenu pesant. Certains parents ont appelé à reconfiner pour éviter une vie qui ne tournerait qu'autour du travail exclusivement. « La première vague bah voilà, on était confinés, moi j'ai été travaillé ailleurs mais voilà, mais là, on n'a plus que le boulot et on a plus vraiment le droit de sortir, on n'a plus vraiment le droit de voir des gens et je trouve que ça, ça devient pesant. » (Mère). Cette lassitude a également été expliquée par le fait que le premier confinement s'est fait dans un contexte de surprise, de nouvelle expérience et de mise en

application. *« Ça a été plus dur oui. La première vague, ça a été la panique, la surprise, l'organisation. On était beaucoup dans le faire. La deuxième vague, elle est plus profonde je trouve, elle est plus psychologiquement difficile [...]. C'est comme quand vous faites du sport intense, le deuxième jour est toujours beaucoup plus dur que le premier, le troisième donc voilà. C'est un peu le deuxième jour d'une course [...]. »* (Mère).

Ce qui est systématiquement revenu en revanche c'est le fait que les enfants puissent toujours aller à l'école. Pour tous les parents, le fait que les écoles restent ouvertes les a aidés à accepter cette deuxième vague et à la vivre plus sereinement. *« [...] Pour moi, le point d'orgue, ce qui fait toute la différence entre le premier et le deuxième confinement ou la première et la deuxième vague, c'est l'école ou pas donc je pense que la deuxième vague, quelque part, il n'y a pas vraiment de deuxième vague, oui parce qu'on est plus restreint mais ils sont plus à l'école. »* (Mère). En revanche, l'école à distance faisait encore partie du quotidien des étudiant·es après le secondaire II et certains parents ont déploré cette décision de par la difficulté que leur(s) enfant(s) avai(en) à se motiver et à continuer leurs études. *« [...] Il est à l'université maintenant [...] et on a parlé juste avant que vous m'appeliez en fait, ça ne va pas. Il a bien commencé, plein d'enthousiasme [...]. Et là, il vient de me dire bof, qu'il a envie d'arrêter en fait [...]. C'est lié (aux cours à distance)! Il déteste [...] clairement être en vidéo conférence, les cours à distance [...], il s'ennuie, il n'a pas de motivation et pourtant, c'est quelqu'un de positif, de scolaire, de motivé et de motivant mais là, il perd, il perd, il décroche [...]. »* (Mère).

Si lors de la première vague il pouvait y avoir une crainte quant au virus, la deuxième vague a entraîné davantage d'infections dans des cercles de plus en plus proches permettant, ainsi, de relativiser un peu dans la plupart des cas et de prendre cette pandémie de manière plus légère. *« Je trouve qu'on est vraiment fataliste et puis on se dit que si on doit le chopper, on le choppera [...]. La première vague, je n'avais personne dans mon entourage ou très peu dans mon entourage. C'est vrai que la deuxième vague, on entend partout quoi. »* (Mère).

Le fait d'avoir des nouvelles vagues a parfois été discuté comme une routine ou comme quelque chose d'inévitable et sans surprise. *« Oui de toute façon, là, il parle déjà de la troisième. Il y aura une quatrième, il y aura une cinquième [...]. Je prends les choses comme elles viennent et je croise les doigts à chaque fois. »*

Le fait d'avoir eu un déconfinement entre les deux vagues n'a permis qu'une brève parenthèse dans une vie qui était de toute façon différente et impactée par la pandémie. *« [...] Moi je n'ai pas senti qu'il y avait une fin de première vague et une deuxième tout le mois de juillet août, enfin notre vie a été bouleversée. »* (Mère).

4.3 Futur

4.3.1 Organiser des projets - planifier

Tout d'abord, plusieurs parents ont indiqué vivre au jour le jour depuis cette pandémie et ne pas parvenir ou même ne pas s'autoriser à organiser des grands projets qui pourraient être annulés. *« Pour l'instant, j'attends de voir la troisième vague, enfin je me projette en espérant qu'on puisse*

partir en vacances cet été. En fait, c'est un peu ça ; je vais vraiment par à coup parce que bah voilà, les vacances d'avril ont été annulées, les vacances d'été ont été annulées, les vacances d'octobre ont été annulées [...]. » (Mère). Une mère a même indiqué que planifier des projets était devenu fatigant durant cette période et qu'elle attendait une meilleure situation pour réinvestir de l'énergie dans ce genre d'organisation. « Tous les projets que je pourrais avoir avec mes enfants, pour l'instant, ils sont complètement mis en standby [...], ça ne sert à rien que je prévois trop de choses à l'avance parce que ça prend beaucoup d'énergie donc pour l'instant, j'essaie de baliser un peu les prochaines étapes [...], je regarde pour le court terme parce que je n'ai plus d'énergie pour le très long terme pour l'instant [...]. Et puis surtout, par rapport à cette pandémie, j'essaie de ne pas me dire que ça va être fini en janvier parce que ça ne sera pas fini en janvier parce que ça ne sert à rien d'y croire [...]. » (Mère). Même fin novembre 2020, alors que la seconde vague a été annoncée, une mère a rapporté qu'elle n'avait pas encore pensé aux fêtes de fin d'année en raison des mesures qui pouvaient évoluer et que l'organisation serait de dernière minute. « Après, je ne sais pas au niveau, par rapport aux fêtes de fin d'année, je ne sais pas du tout comment on va faire mais on fera au mieux par rapport aux consignes aussi. Oui, je prends les choses un peu un jour après l'autre. » (Mère).

Dans cette organisation, les vacances ont souvent été discutées comme un projet laissé de côté pour le moment, un projet qui, au sein de plusieurs familles, était pourtant considéré comme important pour le moral et la cohésion. « [...] Là on aimerait repartir quoi. En fait, je pense qu'on a tous besoin de reprendre quelque part une vie normale. Alors tant qu'on ne peut pas, on est conscient qu'on ne peut pas et puis on va faire avec mais... je pense que pour tout le monde, on se sentira certainement mieux, même si on ne sent pas mal mais... on se sentira mieux quand on pourra de nouveau voyager un peu. » (Mère). Certains parents ont fait part d'adaptations pour pouvoir quand même projeter des vacances dans un futur plus ou moins proche. Par exemple ce père a rapporté qu'il s'autorisait à imaginer des vacances pour les futures vacances d'été mais en Suisse et non à l'étranger. « On est quand même en train de planifier les vacances pour le mois de juillet. Quand même, on essaie de croire que ça va être mieux mais je ne pense pas que ces vacances... On ne va pas partir à l'étranger [...]. Bref, on est ensemble et puis après, bref, on prépare quand même un peu le futur [...]. » (Père).

Par rapport à ces projections et perspectives, plusieurs parents ont rapporté que la patience était de rigueur et que cette pandémie allait nous accompagner encore un moment. « Sur les prochains temps, je ne me fais pas trop d'illusion, je pense que c'est probablement les 2-3 prochaines années, il faudra apprendre à vivre avec ce coronavirus et on va enchaîner probablement une troisième vague et puis peut-être une quatrième [...]. Mais que ça va faire partie de notre quotidien finalement. » (Père).

La vaccination a été davantage discutée chez les parents, notamment par rapport à la période des entretiens qui concordait avec celle des annonces quant à l'arrivée des vaccins (novembre 2020). Si pour certain·es cela indiquait un possible retour à une normalité, plusieurs parents ont rapporté une certaine réticence par rapport à ce nouveau vaccin admettant qu'ils-elles allaient attendre avant de se faire vacciner pour avoir un certain recul. Pouvoir voyager à nouveau a été, néanmoins, considéré comme une raison de se faire vacciner, même chez les plus réticent·es. « [...] La seule chose qui pourra me faire vacciner [...], c'est, si tout à coup on nous dit qu'on peut partir voyager

mais il faut se faire vacciner, je me fais vacciner c'est clair parce que je sais que vraiment, ça sera une bouffée d'oxygène donc s'il faut le faire, je le ferai. » (Mère).

4.3.2 Craintes

Certains parents ont fait part de leur crainte quant au futur économique, surtout sur le plan sociétal et global. *« Parce qu'honnêtement, quand on voit toutes les subventions etc. qui sont annoncées, c'est très bien mais je veux dire, un jour il va falloir les financer ces subventions et à part, augmenter la charge sur les gens, je ne vois pas trop trop. » (Mère).* Individuellement, certains parents ont partagé leurs craintes vis-à-vis de leur situation lorsque le secteur dans lequel ils travaillaient était particulièrement touché : la culture, l'aviation ou encore la restauration.

Cependant, la plus grosse crainte des parents concernait le futur de leur(s) enfant(s), surtout sur le plan scolaire, académique et professionnel, mais aussi développemental, social et relationnel. *« Et puis nous voilà, moi en tant que mère, je me suis aussi fait beaucoup de soucis voilà, quels sont les apprentissages qu'ils vont pouvoir faire, les lacunes qu'ils auront, voilà. Et puis maintenant, il y a la question de leur avenir en fait, pour eux, de ne pas pouvoir vivre une enfance normale. » (Mère).*

Les craintes des parents étaient moins présentes lorsque les enfants étaient dans un cheminement académique établi et sur le long terme, indiquant une certaine perspective pour les prochaines années. En revanche, les craintes étaient très présentes lors de situations de transition, de choix ou de recherche d'emploi, de stage ou d'apprentissage. *« Après, moi je m'inquiète plus pour mon fils. C'est vrai qu'il arrive en fin d'année scolaire. [...] Il devait chercher des places de stage et puis globalement, partout où il a écrit, il a eu que des refus et... et je trouve assez rude donc je ne suis pas non plus super confiant par rapport à ça. » (Père).* Les craintes semblaient aussi liées à l'âge des enfants, les parents se faisant moins de souci pour des adolescent·es plus jeunes. *« C'est plus ça qui moi me stresse et puis pour mes enfants, comment est-ce qu'ils vont s'insérer dans ce monde professionnel. On est encore dans ceux qui ont des enfants suffisamment jeunes pour qu'on espère que ça soit un peu rétabli mais des parents de jeunes de 16, 17 ans aujourd'hui, trouver un apprentissage, mon Dieu ! » (Mère).*

Certains parents ont admis que leurs craintes n'étaient pas celles de leur(s) enfant(s) qui vivaient plutôt bien la situation ou, du moins, ne se posaient pas autant de questions sur leur futur, laissant davantage de place à une vie au jour le jour. *« Moi je projette sur eux mais je ne suis pas certaine qu'ils le vivent. En tout cas, [...] je ne sens pas mes enfants dans le désarroi total. [...] Voilà, vous voyez, ils se réveillent, ils vont quand même à l'école [...]. Voilà, donc peut-être c'est mon désarroi ou un peu mes soucis aussi de l'avenir que j'aurais tendance à projeter sur eux mais peut-être qu'eux pas du tout. Ils vivent plutôt le moment- je pense qu'ils vivent plus le moment présent. » (Mère).* Dans cette idée, pour plusieurs parents, leur(s) enfant(s) étai(en)t encore pleins d'idées et de projets. *« Ah mais pour eux, rien ne s'est arrêté. Ils ont des projets...[...]. Il a envie de voyager, il a toujours- lui, c'est le pigeon voyageur, toujours voulu partir donc... lui, il se voit partir après son apprentissage. [...] Non, moi je trouve que j'ai vraiment de la chance. Je me dis qu'ils ne sont pas éteints par ce COVID. Ce n'est pas ça qui les arrête d'avoir des projets, des idées... Et c'est pour ça que je me dis que tout roule quoi. » (Mère).*

A côté des études et du milieu professionnel, certaines inquiétudes concernaient également la vie sociale de leur(s) enfant(s) et la manière dont ils·elles peuvent vivre leur jeunesse. « *Les deux. D'un côté, je me dis Mince, quel futur les attend ? Dans quel monde de fous ils vivent ? Parce que, par exemple, [...] quand on est à l'uni, on a juste envie de faire des fêtes d'étudiants, de se retrouver, de partager, de se retrouver en travail collectif et du coup, c'est... ça m'attriste. Je ne suis pas angoissée, je suis un peu attristée pour ceux qu'eux ne peuvent pas vivre ce que moi j'ai vécu [...].* » (Mère). Une mère s'inquiétait notamment de l'effet de cette situation sur l'aspect développemental et expérimental propre à l'adolescence avec le risque de voir un décalage apparaître. « *[...] Ils devraient vivre tout autre chose. Enfin moi j'ai l'espoir que ça va s'améliorer et puis que ça sera un mauvais souvenir. Voilà. Non moi j'ai une grande empathie pour les jeunes et particulièrement ceux de l'âge de mon fils aîné où justement, bah c'est un peu, enfin je me pose beaucoup de questions sur comment ça sera pour eux dans 20 ans, [...] enfin qu'est-ce qui se passera en sachant qu'ils n'auront peut-être pas le temps d'explorer certaines choses maintenant parce qu'on les aura empêchés. Est-ce qu'ils vont rester ados plus longtemps ?* » (Mère).

4.3.3 Changements

Plusieurs parents se sont questionnés sur les effets de la pandémie sur la société en général, en termes de changement. Certain·es ont estimé que cette crise avait mis en lumière la nécessité de revoir ses habitudes de vie et de consommation. « *En général, les gens, je pense qu'ils font peut-être plus attention j'imagine en tout cas, j'espère qu'il y a une prise de conscience globale que le COVID, c'est une chose mais faire attention aussi à l'alimentation, à la nature, à l'écologie ; que les transmissions, ce n'est pas seulement le fait d'un, il y en aura d'autres, ça c'est sûr ! Il y en aura d'autres. [...] Mais je pense qu'il y a une prise de conscience un peu plus concrète parce que ça touche personnellement tout à chacun dans le monde entier. Ce n'est pas seulement les États-Unis ou la Chine ou le Japon [...].* » (Père). Par rapport à ces changements nécessaires, un père a estimé que la pandémie de la COVID-19 était un avertissement et qu'une pandémie plus meurtrière risquait d'arriver si la société ne changeait pas. « *Ma crainte, c'est de voir un jour un virus avec la mortalité d'Ebola et la contamination du coronavirus et puis, et puis là, je pense qu'on courrait un vrai massacre. C'est un peu ma crainte dans le futur de voir apparaître un virus comme ça en disant là, c'était le... c'était le warning, le carton jaune qui nous disait voilà, faites attention, il faut changer les choses.* » (Père).

Pour d'autres, les changements se verront surtout au niveau professionnel, notamment avec l'utilisation plus fréquente du télétravail permettant un rythme de vie plus serein et une meilleure coordination famille-travail. « *[...] Certaines personnes ont découvert aussi que le télétravail finalement, c'était pas mal ; les entreprises aussi ont découvert que le télétravail alors pour moi, pas à 100% mais sur deux jours ou trois jours par semaine, permet de réduire les coûts aussi pour les entreprises et donc je pense qu'on va arriver à une mutation de la société qui va se faire dans les mois à venir et qu'on va avoir une modification de l'état d'esprit [...].* » (Mère). En plus du côté professionnel, un changement pourrait également être nécessaire au niveau scolaire ou éducatif. Ainsi, cette période pourrait permettre aux structures d'évoluer en termes d'utilisation des médias mais aussi en termes de contenu des cours afin d'inclure davantage des compétences psychosociales pour pouvoir affronter ce genre de situation. « *[...] Alors d'une part, je pense que c'est le moment de changer le système de la scolarité publique et puis de l'orienter vers le futur avec les*

médias disponibles [...]. L'autre chose, ça serait d'aider l'humain [...] à développer des compétences sociales, humaines et émotionnelles. [...] Selon moi, on doit apprendre aux jeunes les bases de la santé mentale et les entraîner, et ça, je pense à l'école [...]. » (Mère).

Néanmoins, le pessimisme accompagnait parfois ces réflexions considérant qu'il y avait peu d'espoir que la société change significativement au moment du retour à une vie normale. « *Mais je ne suis même pas sûre, j'ai des fois peu d'espoir qu'en fait, un jour, ça va finir assez vite parce qu'il y aura tout à coup un vaccin et puis dans l'année prochaine, ça va se calmer et puis est-ce que vraiment, les choses vont changer après ? Je ne suis même pas sûre.* » (Mère).

Pour d'autres, des changements accompagnés d'une vision plus pessimiste allaient s'ancrer dans la société et la mentalité des gens. Ils pensent que la pandémie a creusé et va continuer à creuser les inégalités sociales qui seront alors encore plus dures à supprimer. L'individualisme des gens a également été renforcé et risque de perdurer. « *Parce que responsabilité individuelle, ça veut dire aussi que c'est pour le bien commun mais on est en train de renforcer l'idée de l'individualisme, le chacun pour soi et ça, je pense que ça va aussi être un problème.* » (Mère).

Des questionnements se sont également posés sur des éventuels changements d'habitude, surtout par rapport à la distanciation et au fait de se faire la bise ou se serrer la main, qui pourraient perdurer dans le temps par effet de normalisation ou de peur de l'autre. « *[...] Je sais que moi, spontanément, je ne vais pas retourner à faire la bise [...]. Quand je vois qu'il y a trop de monde, soit je vais aller plus loin soit je vais essayer de passer avec une certaine distance et ça, pour moi, ce sont des choses qui sont ancrées et pour revenir comme avant, je pense que je vais mettre un certain temps et je pense ne pas être la seule [...]. Je ne dirais pas que je vois l'autre comme un ennemi mais je vois l'autre plus potentiellement comme source de virus qu'avant.* » (Mère).

Finalement, en termes de changements, le virus va exister très longtemps, si longtemps qu'il fera partie des risques de la vie. « *Pour les enfants aussi, j'imagine bien que ça va changer leur perception. Ils feront peut-être avec comme avec, nous à l'époque, on a fait attention au VIH par rapport à d'autres choses, je pense qu'ils feront attention avec et puis il y a tellement d'autres choses qu'ils doivent faire attention. Ce sera un élément de plus, la vitesse, l'alcool, le COVID, le sida, la maternité enfin ça sera un pack complet ; on ne peut pas sectionner.* » (Père).

4.4 Place des jeunes

4.4.1 Adolescence et pandémie

Quasiment tous les parents interrogés ont rapporté être conscients que cette période, incluant les mesures restrictives imposées, était certainement très difficile, voire plus difficile, pour un·e adolescent·e. L'adolescence est une période de développement, d'expérimentation mais également d'insouciance qui est bouleversée par cette pandémie. « *Ce n'est pas une enfance, lorsqu'on a entre 10 ou 16 ans, ça devrait être la période de l'insouciance. De se dire que voilà, tout est possible, [...] tout est permis [...]. Ça va laisser des traces et ça me fait quand même de la peine parce que lorsqu'on est enfant, on devrait être insouciant ; enfants, jeunes adultes, adolescents. Après, peut-être vers 17-18 ans, on commence à prendre plus de responsabilité mais voilà, même*

dans les échanges entre eux, vous avez envie de voilà... Vos premiers amours, le premier flirt, c'est vrai que je me dis que ça ne doit pas être évident avec le masque [...]. Il y a sûrement dans l'inconscient des mécanismes qui se mettent en place et qui fait que voilà, ce n'est plus la même insouciance qu'il y a encore une année en arrière. » (Mère). Plusieurs parents ont même avoué qu'ils n'auraient pas souhaité vivre une telle crise durant leur adolescence. « [...] Je suis heureuse de travailler cette période en étant maman aujourd'hui plutôt qu'en étant enfant ou ado, je ne pourrais pas rester à la maison. » (Mère).

La place des pairs est également centrale à l'adolescence, les empêcher de voir leurs ami-es a donc été parfois difficile pour les parents qui se sont sentis tiraillés. « Bah moi je trouve que ce n'est pas cool franchement (Rire) non je trouve, on leur impose des choses qui ne sont pas forcément évidentes ; le port de ce masque tout le temps, ce n'est pas chouette, de normalement plus trop rencontrer les copains malgré tout, de ne plus pouvoir se réunir [...]. » (Mère).

Une mère a considéré que sa fille subissait cette période et ces mesures restrictives, mais sans réellement se rendre compte de ce qu'il se passait et des conséquences d'une telle crise. « [...] J'ai l'impression en tout cas, pour ma fille, elle est consciente mais elle vit quand même dans son monde d'ado donc ça la dépasse en fait ce truc, ça la dépasse. Elle le subit mais je n'ai pas l'impression qu'elle se rend compte forcément des impacts de jeter un masque, de se laver les mains...[...]. » (Mère).

Finalement, pour certains parents, les adolescent-es ont été les grand-es oublié-es de cette pandémie alors que les impacts vont également les toucher sur le long terme. « [...] Je pense que ce sont les grands oubliés de toute cette pandémie. Et c'est vrai que même pendant le premier semi-confinement, nous, on n'a pas une seule personne de l'école qui a téléphoné pour prendre des nouvelles. Alors, c'est vrai, je sais bien qu'il y a des ressources sur internet, on peut téléphoner, il y a des lignes téléphoniques [...]. Mais, c'est à nous de faire l'effort et puis il faut encore savoir trouver les informations. [...] On ne leur a jamais posé la question, même les autorités, personne n'a posé la question. [...] Mais on ne parle jamais de nos ados mais eux, comment ils vivent la crise, est-ce qu'on leur a demandé leur avis ? [...] Je pense que ce sont les grands oubliés de toute cette pandémie et ce sont eux qui vont payer le plus lourd tribut. » (Mère).

4.4.2 Stigmatisation des jeunes

Par rapport à la question de savoir si les jeunes étaient irresponsables par rapport aux mesures de protection et, donc, responsables de la propagation du virus, la grande majorité des parents ont considéré que les jeunes avaient été stigmatisés sans raison et qu'ils-elles respectaient les règles, au grand étonnement de certains parents. « En tout cas, moi je trouve que l'histoire des masques par exemple, ils sont impressionnants ; ils les mettent et puis en tout cas les miens, ils ne râlent pas. Ils mettent leur masque et puis ils rentrent même de l'école et puis ils arrivent avec le masque. Et puis je leur dis mais vous avez le droit d'enlever là, franchement (Rire) vous pouvez vous aérer. [...] Je me suis dit qu'on leur demande quand même de sacrés efforts et puis moi je n'ai pas l'impression qu'ils remettent ça trop en question [...], je trouve assez remarquable [...] ils font cet effort collectif quand même. » (Mère).

Ce respect était d'autant plus salué par rapport au fait que le virus n'affecte pas autant les adolescent-es que les adultes et les personnes âgées. « [...] Ils jouent vraiment le jeu et en même temps, je pense que pour eux, c'est encore plus difficile que pour le reste de la population, pour les jeunes, que de les stigmatiser, ce n'est pas correct en fait, oui, ce n'est pas... Parce qu'en même temps, eux, ils contaminent, ils se contaminent facilement mais c'est vrai qu'en l'occurrence, s'ils sont malades ils guérissent assez facilement donc... » (Mère).

Une mère a notamment rapporté son étonnement quant au manque de rébellion des jeunes, pourtant connu-es pour ce côté-là. « [...] Je dirais que je suis très emphatique avec ce que vivent les jeunes actuellement. Je les trouve [...] malléables enfin je suis étonnée qu'il n'y ait pas plus de rébellions ; peut-être parce qu'ils ne savent pas ce qu'ils manquent, je n'en sais rien [...]. » (Mère).

Nous avons demandé aux parents d'essayer de s'imaginer à la place de leur enfant durant cette période. Beaucoup de parents ont considéré qu'ils auraient mal vécu cette situation surtout par rapport à la privation de liberté et de contacts sociaux, alors encore plus marquée par l'absence de réseaux sociaux à leur époque. « Je pense très mal [...]. Sans cette liberté, je pense très mal. J'aurais l'impression qu'on me prive de tout [...]. » (Mère)

4.4.3 Adultes et jeunes

Un grand point a été celui des adultes comme modèles pour les plus jeunes dans le cadre du respect des mesures mais aussi de la considération du virus en tant que tel. Les jeunes s'imprègnent des discours des adultes, voient et, parfois, reproduisent ce que les adultes font, donc si ces derniers ne respectent pas les règles ou banalisent la maladie, il est logique que les jeunes ne vont pas faire d'efforts non plus. « [...] Je trouve qu'il y a quand même beaucoup de personnes adultes qui banalisent la chose et qui font comme si de rien était, donc, forcément, c'est aussi un exemple qui est transmis aux plus jeunes disons mais pourquoi moi je devrais faire attention si de toute façon, les personnes adultes qui sont censées me montrer l'exemple, elles ne font pas attention et puis je trouve que c'est un argument qui est totalement recevable ; l'exemple doit venir d'en haut et puis pas d'en bas. » (Père).

Pour beaucoup de parents, les jeunes ont été facilement montrés du doigt dans le cas d'impairs par rapport aux mesures mises en place, mais il semblerait que les adultes soient tout aussi concernés par ces impairs. « [...] Mais j'ai l'impression que la plupart des ados, ils ont traversé ça assez bravement et puis, ça choquait beaucoup mon garçon parce qu'évidemment, on parlait de ça, bah dans les journaux, c'était toujours en une ces fameux groupes d'ados au bord du lac qui font n'importe quoi [...]. Et puis, lui, il était complètement outré qu'on parle que des jeunes [...] alors que dès qu'on était dehors, les gens qu'on voyait en groupe, clairement ensemble et trop proches, c'était des adultes [...]. » (Mère).

Certain-es adolescent-es semblent un peu défier certaines mesures, notamment celle du masque en ne le plaçant pas correctement sur le nez et la bouche, mais cela ferait partie du côté un peu rébellion et défi de l'autorité. Une mère a rapporté que ce genre d'agissements la choquait moins, notamment par rapport au contexte de l'adolescence et aux efforts demandés, que certaines actions de personnes à risque qui devraient davantage se protéger. « [...] Alors, je prends pas mal le bus et puis je vois des fois des groupes de jeunes, un peu, 14-15 ans où ils font exprès d'avoir le

masque ici (montre en-dessous du nez) mais c'est typique ; s'ils devaient porter des lunettes tout le monde, il y en a qui ne mettrait pas les lunettes. En fait, c'est l'âge, c'est l'adolescence. [...] Maintenant, ce qui me choque le plus, c'est de voir par exemple, hier, j'ai pris le bus à 17h30. Dans le bus, il y a je ne sais pas, il y a 25% de gens qui ont plus de 70 ans qui rentrent des courses de Noël, ça, ça me choque plus ouais parce que je me dis que peut-être ils peuvent s'organiser pour faire autrement [...] ! » (Mère).

4.5 Rapport au gouvernement

Par rapport au gouvernement et à ses annonces régulières, certain-es parents ont parlé d'une perte de confiance au fur et à mesure de la pandémie, notamment par rapport à certaines mesures jugées peu cohérentes comme celles de laisser le choix aux cantons de décider de certaines mesures comme celle de la fermeture des magasins ou des restaurants ou encore celles de ne pas reconfiner totalement la population ne laissant que le travail comme seule possible activité. « *Bah disons que s'ils veulent me faire plaisir, ils peuvent bien tout nous restreindre mais ils nous remettent tous à la maison parce qu'en fait, moi je trouve que ce côté où on peut juste aller bosser et plus avoir le côté positif de la vie à côté ; je trouve que ça, c'est pénible. Donc soit c'est ils referment tout mais ils nous laissent tous à la maison ou alors, qu'ils nous lâchent un tout petit peu la bride ; ça serait bien [...].* » (Mère).

Comme susmentionné, le fédéralisme que connaît la Suisse a souvent été critiqué chez les parents rapportant, parfois, un sentiment d'injustice et d'incompréhension. « *[...] Là, j'ai trouvé qu'on était dans les limites du fédéralisme avec le canton de Vaud où tout est ouvert et puis nous Genève où tout est fermé [...]. Je pense que là Berne aurait dû reprendre les rênes personnellement durant le mois de novembre [...].* » (Mère).

Certains parents ont considéré que le Conseil Fédéral faisait partie de leur quotidien et qu'ils attendaient, non sans crainte, les décisions et les mesures prises qu'ils suivaient avec beaucoup d'attention. « *Ouais je trouve que c'est ouais... J'avoue que j'attends demain avec plus au moins d'impatience on va dire. J'avoue que j'ai un petit peu peur de ce qu'ils vont nous dire demain.* » (Mère). Ce suivi et cette écoute ont également été rapportés chez les jeunes, leurs parents constatant la place que les annonces du Conseil Fédéral avait pu prendre dans leur vie en termes d'informations. « *[...] Des fois, elle m'envoie des trucs genre regarde, il y a Alain Berset. Elle adore Alain Berset, c'est son idole (Rire) [...]. Oui oui elle l'écoute, c'est vrai qu'il est très clair dans ce qu'il dit et je trouve que pour les jeunes, il est très bien parce qu'il est clair, il est limpide [...].* » (Mère).

Finalement, plusieurs parents ont rapporté qu'ils aimeraient remercier le Conseil Fédéral pour le travail accompli, considéré comme difficile et souvent sujet aux plaintes, et pour la liberté qu'ils ont quand même eu comparé à d'autres pays comme la France. « *[...] J'ai trouvé assez intéressant de regarder un peu dans les autres pays comment ça se passait en termes de communication et j'ai trouvé que la façon de faire du Conseil fédéral a aussi beaucoup apaisé les gens et, entres autres, mon ado parce que c'était des conférences de presse qui étaient claires, des phrases simples, qui ne nous interdisaient pas de vivre, de ralentir mais qui ne nous empêchait pas de vaquer un peu à nos*

occupations normales on va dire mais qu'il y a des choses qu'on ne fasse plus pour l'instant [...]. Ce n'était pas comme en France voisine où c'était la guerre [...]. » (Père).

5 Limitations de l'étude

Quelques limitations quant à cette étude doivent être présentées.

Tout d'abord, nos résultats et nos interprétations sont basées sur des récits auto-rapportés. Nous pourrions donc être confronté·es à un risque de désirabilité sociale ou d'autocensure mais ce biais a été fortement réduit par le fait d'avoir mené des entretiens individuels, diminuant, ainsi, le risque d'adapter son discours à d'autres participant·es et augmentant le sentiment de sécurité durant la discussion.

Il se peut aussi que nous n'ayons pas rencontré les individus les plus vulnérables, mais le nombre d'entretiens menés (N=41) avec, à deux exceptions près, des jeunes et des parents issus de familles différentes nous permettant d'obtenir différentes perspectives. Nous avons ainsi pu récolter des expériences diverses et variées représentant des vécus négatifs mais aussi positifs. Bien qu'une telle recherche n'ait pas pour objectif de présenter l'exhaustivité et la représentativité des expériences, nous avons réussi à assurer une certaine diversité quant à l'échantillon de participant·es en termes, notamment, de milieu, de structure familiale et d'activité.

Nous n'avons malheureusement pas réussi à recruter autant de pères que de mères mais, très souvent, le ou la participant·e parlait également de l'autre parent, ce qui nous a permis de comprendre les expériences des familles dans une certaine globalité. Cette étude s'intéressait à l'expérience et au vécu de la pandémie et du confinement des adolescent·es âgé·es de 14 à 19 ans, ainsi que des parents d'adolescent·es de cette tranche d'âge. Bien que nous ayons également interrogé des jeunes ayant des frères et sœurs plus jeunes, mais aussi des parents ayant des enfants plus jeunes que 14 ans, nous n'avons donc pas exploré le vécu des familles avec des enfants en bas âge alors que certaines problématiques très spécifiques à cette tranche d'âge sont parfois apparues dans les discussions. De même, bien que certain·es participant·es aient parlé de leur environnement de vie en termes de quartier ou de localité, comme ayant pu possiblement influencer leur vécu du confinement, notamment de par la possibilité de croiser moins de monde lors des promenades, nous avons peu investigué l'effet ville-campagne.

6 Synthèse

Unanimentement, les participant·es, jeunes et parents, appellent à et souhaitent un retour à la normalité tout en se questionnant, parfois, sur les séquelles économiques mais aussi sociales que cette crise va engendrer sur le long terme.

Le virus et les mesures sanitaires étaient bien connus des jeunes. En termes de mesures sanitaires, les jeunes participant·es ont démontré une réelle conscience sociale et une solidarité envers les personnes plus vulnérables au cours de cette période. La distanciation physique a été la mesure la plus difficile à respecter pour les jeunes, surtout entre eux·elles. Pour beaucoup, la stigmatisation dont ils·elles ont été victimes durant la première vague a été mal vécue et incomprise au vu de leurs efforts et respect des mesures sanitaires. De plus, le modèle des adultes ne semble pas avoir été le meilleur durant cette pandémie par rapport au respect des mesures. Une injustice qui a d'autant plus été mal vécue par les jeunes au vu des risques moindres qu'ils·elles encouraient face à la maladie. Dans cette idée de solidarité, les jeunes n'ont pas ou peu émis de craintes quant au fait de contracter la maladie mais ont très souvent rapporté une peur de transmettre le virus à d'autres personnes, en particulier à des personnes plus vulnérables, à savoir leurs parents et grands-parents. Un sentiment d'abandon ou une prise en compte réduite des intérêts et bien-être des jeunes au cours de la pandémie a également été relevée par les jeunes mais également les parents.

Bien que l'annonce du confinement ait généré des réactions positives chez plusieurs jeunes, notamment par rapport au fait de ne plus avoir de cours, la fermeture des écoles a été un choc pour la plupart d'entre eux·elles, une mesure démontrant la gravité de la situation et engendrant, alors, des ressentis beaucoup plus négatifs. Cette mesure a, néanmoins, été comprise par l'ensemble des jeunes, certain·es se demandant alors même pourquoi un deuxième confinement n'avait pas été prononcé ou appelant même à faire un confinement plus long afin d'assurer la fin de cette pandémie.

Durant le confinement, le rythme de vie a été modifié, parfois positivement amenant davantage de calme et de quiétude, mais aussi négativement lorsque le temps semblait long et que l'ennui prenait place, démontrant l'effet du temps sur les ressentis et le vécu. Bien que certains parents aient essayé de garder un rythme quant aux heures de sommeil de leur(s) enfant(s), la plupart des jeunes ont rapporté un changement en terme d'heures de coucher et surtout de lever. Si des décalages jour et nuit ont parfois été mentionnés, c'est surtout le fait de pouvoir davantage dormir et se lever plus tard qui a été relevé au cours du confinement.

L'école à la maison s'est révélée être un véritable défi pour la plupart des jeunes mais aussi pour certains parents ayant été amenés à aider leur(s) enfant(s) et se sentant, parfois, complètement démunis face aux tâches demandées. Une désorganisation a été rapportée au tout début du confinement puis un décrochage au fur et à mesure du confinement, surtout lors de l'annonce de l'annulation des examens ou des notes. Certains parents ont appelé à davantage de soutien et de compréhension de la part des enseignant·es par rapport aux devoirs et au programme à tenir mais pas uniquement. Ils ont également appelé à prendre en compte le bien-être des jeunes durant cette période. Une hétérogénéité a été relevée concernant les enseignant·es et leur manière d'appréhender l'école à distance, démontrant de grandes disparités au niveau communication et

organisation. Un stress encore plus conséquent est apparu chez les jeunes en transition dans leur parcours académique (fin d'école obligatoire-début du secondaire II ou fin du secondaire II et début d'études tertiaires) ou professionnel (p. ex., recherche d'une place d'apprentissage), ainsi que chez celles et ceux qui avaient déjà des difficultés avant le confinement. Le deuxième confinement, bien qu'une grande lassitude ait été rapportée par les participant·es, semble s'être mieux déroulé surtout par rapport au fait que les écoles soient restées ouvertes, démontrant l'importance de cette structure pour les familles.

La gestion et l'utilisation des écrans ont été au cœur des discussions sur le confinement. Les écrans ont aidé les jeunes, mais également les parents, à garder le lien avec l'extérieur, bien que les écrans ne remplaçaient en aucun cas les contacts en personne selon les jeunes. Une augmentation de l'usage des écrans a été rapportée chez les jeunes, mais également chez les parents. Même lorsqu'aucun conflit n'a été relevé durant le confinement, il semblerait que les écrans aient mené à quelques tensions entre enfants et parents. Néanmoins, la plupart des règles concernant leur usage ont été assouplies durant le confinement, considérant très souvent que cette période était déjà assez pesante et problématique. Les jeunes ont rapporté d'autres activités que celles sur écran mentionnant, parfois, une forme de lassitude des écrans notamment par rapport au fait qu'ils devaient également être utilisés pour l'école. Les temps en famille ont souvent été rapportés, parfois même comme des alternatives aux écrans, des alternatives très appréciées par la plupart des jeunes lorsque celles-ci étaient, notamment, proposées par leurs parents. Les activités en extérieur, notamment grâce à la météo clémente lors du premier confinement, ont permis de vivre cette période plus sereinement, que cela soit pour les parents ou les jeunes. Dans ce sens, des comparaisons avec la France ont souvent été faites pour expliquer que le confinement, ou le semi-confinement, en Suisse a été mieux suivi et vécu.

Nous avons pu relever plusieurs stratégies d'adaptation durant ce confinement afin de mieux le vivre : établir une nouvelle organisation et quelques règles pour vivre en communauté et assurer un certain rythme de vie, partager les tâches quotidiennes du foyer, créer de nouveaux moyens de se saluer pour éviter les contacts, essayer des nouvelles activités, notamment grâce à Internet, pour s'occuper, ne plus regarder les informations ou encore sélectionner des ami·es et se permettre de ne voir qu'eux·elles en face à face. Des sentiments d'ennui, de solitude et de lassitude par rapport à cette routine du confinement ont, néanmoins, été rapportés par plusieurs jeunes. Nous avons également pu relever une forme de pression de bien réussir son confinement avec des jeunes considérant qu'ils·elles avaient raté leur confinement car ils·elles n'avaient rien fait de nouveau ou d'extraordinaire, un sentiment souvent engendré par des comparaisons avec ce qui pouvait se voir sur les réseaux sociaux.

Plusieurs parents ont rapporté que l'organisation de cette nouvelle façon de vivre ensemble avait engendré du stress, surtout par rapport à des enfants plus jeunes et au manque de relai possible en termes de garde. Les tensions et les émotions négatives entourant le confinement et la pandémie ont particulièrement concerné cette phase d'organisation et de mise en route, bien plus que les mesures en tant que telles. Occuper leur(s) enfant(s) et gérer l'école à la maison ont demandé beaucoup d'énergie aux parents qui étaient également amenés à gérer leur travail, que cela soit en télétravail ou en présentiel.

Les projections en terme de projets d'avenir sont devenues difficiles, que cela soit pour les jeunes ou les parents. Par rapport au futur, des inquiétudes ont été émises par les jeunes, surtout par rapport à leur perspective scolaire et académique lors d'une phase transitoire. Néanmoins, ces craintes concernaient avant tout un avenir proche démontrant que les jeunes vivent davantage cette pandémie au jour le jour et ne projettent pas forcément sur le long terme. Les jeunes ont peu mentionné de craintes quant à l'avenir de leur famille et encore moins quant aux risques économiques de cette crise sanitaire. En revanche, certain-es jeunes se sont questionné-es sur des impacts plus globaux sur la société, notamment en termes de protection de l'environnement et de changement d'habitudes. Pour les parents, l'avenir de leur(s) enfant(s) faisait partie de leurs plus grandes craintes, de même que l'impact économique de cette crise sanitaire.

Finalement, les personnes qui vivaient déjà des situations problématiques ou avaient déjà des préoccupations avant la pandémie ont vu leurs difficultés augmenter durant cette période, en particulier durant le confinement. La crise sanitaire a amplifié les écarts déjà existant en termes d'inégalités et de besoins entre les individus, les familles mais aussi les pays. Bien que l'ensemble de la population devra être intégrée aux réflexions post-covid, une attention particulière devra être donnée aux personnes les plus vulnérables et fragiles afin de réduire ces écarts et de permettre à toutes et tous d'avoir les ressources nécessaires pour un retour à un meilleur fonctionnement sociétal. Alors qu'ils-elles ont été les grands oublié-es de cette pandémie, les adolescent-es sont pourtant les adultes de demain et devront, immanquablement, continuer de vivre et se construire avec les conséquences de cette crise sanitaire durant cette phase transitoire. L'adolescence étant déjà une phase de vie pouvant présenter de nombreux défis, notamment au niveau développemental, il est donc essentiel d'accompagner, de soutenir et d'écouter les jeunes pour éviter les souffrances psychiques post-pandémiques et des débuts difficiles dans une vie d'adulte.

7 Références

- 1 Peng EY-C, Lee M-B, Tsai S-T, Yang C-C, Morisky DE, Tsai L-T, et al. Population-based Post-crisis Psychological Distress: An Example From the SARS Outbreak in Taiwan. *Journal of the Formosan Medical Association*. 2010;109(7):524-32.
- 2 Lee AM, Wong JG, McAlonan GM, Cheung V, Cheung C, Sham PC, et al. Stress and psychological distress among SARS survivors 1 year after the outbreak. *Canadian journal of psychiatry Revue canadienne de psychiatrie*. 2007;52(4):233-40.
- 3 Hawryluck L, Gold WL, Robinson S, Pogorski S, Galea S, Styra R. SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canada. *Emerg Infect Dis*. 2004;10(7):1206-12.
- 4 Chan SM, Chiu FK, Lam CW, Leung PY, Conwell Y. Elderly suicide and the 2003 SARS epidemic in Hong Kong. *International journal of geriatric psychiatry*. 2006;21(2):113-8.
- 5 Dhital R, Shibanuma A, Miyaguchi M, Kiriya J, Jimba M. Effect of psycho-social support by teachers on improving mental health and hope of adolescents in an earthquake-affected district in Nepal: A cluster randomized controlled trial. *PLOS ONE*. 2019;14(10):e0223046.
- 6 Liu S, Lu L, Bai Z-Z, Su M, Qi Z-Q, Zhang S-Y, et al. Post-Traumatic Stress and School Adaptation in Adolescent Survivors Five Years after the 2010 Yushu Earthquake in China. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16(21):4167.
- 7 Marthoenis M, Ilyas A, Sofyan H, Schouler-Ocak M. Prevalence, comorbidity and predictors of post-traumatic stress disorder, depression, and anxiety in adolescents following an earthquake. *Asian journal of psychiatry*. 2019;43:154-9.
- 8 Orengo-Aguayo R, Stewart RW, de Arellano MA, Suárez-Kindy JL, Young J. Disaster Exposure and Mental Health Among Puerto Rican Youths After Hurricane Maria. *JAMA Netw Open*. 2019;2(4):e192619-e.
- 9 Adebäck P, Schulman A, Nilsson D. Children exposed to a natural disaster: psychological consequences eight years after 2004 tsunami. *Nordic journal of psychiatry*. 2018;72(1):75-81.
- 10 Sprang G, Silman M. Posttraumatic Stress Disorder in Parents and Youth After Health-Related Disasters. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*. 2013;7(1):105-10.
- 11 Nicholas D, Patershuk C, Koller D, Bruce-Barrett C, Lach L, Zlotnik Shaul R, et al. Pandemic planning in pediatric care: A website policy review and national survey data. *Health Policy*. 2010;96(2):134-42.
- 12 Writing Committee of the WHO Consultation. Clinical Aspects of Pandemic 2009 Influenza A (H1N1) Virus Infection. 2010;362(18):1708-19.
- 13 Wang G, Zhang Y, Zhao J, Zhang J, Jiang F. Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*. 2020;395(10228):945-7.
- 14 Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*. 2020;395(10227):912-20.
- 15 Brazendale K, Beets MW, Weaver RG, Pate RR, Turner-McGrievy GM, Kaczynski AT, et al. Understanding differences between summer vs. school obesogenic behaviors of children: the structured days hypothesis. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*. 2017;14(1):100.
- 16 Wang G, Zhang J, Lam SP, Li SX, Jiang Y, Sun W, et al. Ten-Year Secular Trends in Sleep/Wake Patterns in Shanghai and Hong Kong School-Aged Children: A Tale of Two Cities. *Journal of clinical sleep medicine : JCSM : official publication of the American Academy of Sleep Medicine*. 2019;15(10):1495-502.
- 17 Sarkis J, Assaf J, Sarkis P. Publications during the COVID-19 pandemic: Between quantity and quality. *La Presse Médicale Formation*. 2020;1(4):332-3.
- 18 Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J, et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Res*. 2020;287:112934.
- 19 Esposito S, Giannitto N, Squarcia A, Neglia C, Argentiero A, Minichetti P, et al. Development of Psychological Problems Among Adolescents During School Closures Because of the COVID-19 Lockdown Phase in Italy: A Cross-Sectional Survey. 2021;8(975).
- 20 Fegert JM, Vitiello B, Plener PL, Clemens V. Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. 2020;14(1):20.

- 21 Guessoum SB, Lachal J, Radjack R, Carretier E, Minassian S, Benoit L, et al. Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown. *Psychiatry Research*. 2020;291:113264.
- 22 Lavigne-Cerván R, Costa-López B, Juárez-Ruiz de Mier R, Real-Fernández M, Sánchez-Muñoz de León M, Navarro-Soria I. Consequences of COVID-19 Confinement on Anxiety, Sleep and Executive Functions of Children and Adolescents in Spain. 2021;12(334).
- 23 Liang L, Ren H, Cao R, Hu Y, Qin Z, Li C, et al. The Effect of COVID-19 on Youth Mental Health. *Psychiatr Q*. 2020;91(3):841-52.
- 24 Magson NR, Freeman JYA, Rapee RM, Richardson CE, Oar EL, Fardouly J. Risk and Protective Factors for Prospective Changes in Adolescent Mental Health during the COVID-19 Pandemic. *Journal of Youth and Adolescence*. 2021;50(1):44-57.
- 25 Munasinghe S, Sperandei S, Freebairn L, Conroy E, Jani H, Marjanovic S, et al. The Impact of Physical Distancing Policies During the COVID-19 Pandemic on Health and Well-Being Among Australian Adolescents. *Journal of Adolescent Health*. 2020;67(5):653-61.
- 26 Odriozola-González P, Planchuelo-Gómez Á, Irurtia MJ, de Luis-García R. Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university. *Psychiatry Res*. 2020;290:113108.
- 27 Orben A, Tomova L, Blakemore S-J. The effects of social deprivation on adolescent development and mental health. *The Lancet Child & Adolescent Health*. 2020;4(8):634-40.
- 28 Ravens-Sieberer U, Kaman A, Erhart M, Devine J, Schlack R, Otto C. Impact of the COVID-19 pandemic on quality of life and mental health in children and adolescents in Germany. *European child & adolescent psychiatry*. 2021.
- 29 Ren H, He X, Bian X, Shang X, Liu J. The Protective Roles of Exercise and Maintenance of Daily Living Routines for Chinese Adolescents During the COVID-19 Quarantine Period. *Journal of Adolescent Health*. 2021;68(1):35-42.
- 30 Tang S, Xiang M, Cheung T, Xiang Y-T. Mental health and its correlates among children and adolescents during COVID-19 school closure: The importance of parent-child discussion. *Journal of Affective Disorders*. 2021;279:353-60.
- 31 Zhou SJ, Zhang LG, Wang LL, Guo ZC, Wang JQ, Chen JC, et al. Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *European child & adolescent psychiatry*. 2020;29(6):749-58.
- 32 Bentenuto A, Mazzoni N, Giannotti M, Venuti P, de Falco S. Psychological impact of Covid-19 pandemic in Italian families of children with neurodevelopmental disorders. *Research in Developmental Disabilities*. 2021;109:103840.
- 33 Breaux R, Dvorsky MR, Marsh NP, Green CD, Cash AR, Shroff DM, et al. Prospective impact of COVID-19 on mental health functioning in adolescents with and without ADHD: protective role of emotion regulation abilities. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*. 2021.
- 34 Caffo E, Scandroglio F, Asta L. Debate: COVID-19 and psychological well-being of children and adolescents in Italy. *Child and Adolescent Mental Health*. 2020;25(3):167-8.
- 35 Imran N, Zeshan M, Pervaiz Z. Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic. *Pak J Med Sci*. 2020;36(COVID19-S4):S67-S72.
- 36 Pro Juventute. Rapport de Pro Juventute sur le coronavirus: Impacts de la pandémie de Covid-19 sur les enfants, les jeunes et leurs familles en Suisse. Zurich, Suisse: Pro Juventute, 2021 Available from: <https://www.projuventute.ch/sites/default/files/2021-02/Pro-Juventute-Corona-Report-FR.pdf>
- 37 Conférence des directrices et directeurs cantonaux de la santé. Consultation des cantons sur les étapes d'assouplissements : prise de position de la CDAS. In: Général S, editor. Bern, Suisse 2021. Available from: https://ch-sodk.s3.amazonaws.com/media/files/b27f2c36/72f0/4ea3/a3b3/f2d09379aa2a/2021.02.19_Consultation_COVID-19_f.pdf
- 38 Théraulaz Y. Enfants et ados, victimes silencieuses de la crise sanitaire. *Le Temps*. 2020 30 novembre 2020.
- 39 Commission fédérale pour l'enfance et la jeunesse CFEJ. Lutte contre le COVID-19 : ne pas oublier les enfants et les jeunes ! In: DFI Dfdli, editor. Berne, Suisse: Confédération Suisse; 2021. Available from: https://ekkj.admin.ch/fileadmin/user_upload/ekkj/02publikationen/ST/2021_Appel_de_la_CFEJ_au_Conseil_federal_Lutte_contre_le_COVID-19_ne_pas_oublier_les_enfants_et_les_jeunes.pdf
- 40 de Quervain D, Aerni A, Amini E, Bentz D, Coynel D, Freytag V, et al. The Swiss Corona Stress Study: second pandemic wave, November 2020. Basel, Switzerland: University of Basel, 2020 Available from: <https://osf.io/6cseh/>
- 41 YoungMinds. Coronavirus: Impact on young people with mental health needs. Londres: YoungMinds, 2020 Available from: https://youngminds.org.uk/media/3708/coronavirus-report_march2020.pdf

- 42 YoungMinds. Coronavirus: Impact on young people with mental health needs (Survey 4: February 2021). London: YoungMinds, 2021 Available from: <https://youngminds.org.uk/media/4350/coronavirus-report-winter.pdf>
- 43 Oosterhoff B, Palmer CA, Wilson J, Shook N. Adolescents' Motivations to Engage in Social Distancing During the COVID-19 Pandemic: Associations With Mental and Social Health. *J Adolesc Health*. 2020;67(2):179-85.
- 44 McIntyre RS, Lee Y. Projected increases in suicide in Canada as a consequence of COVID-19. *Psychiatry Res*. 2020;290:113104.
- 45 Gruber R, Saha S, Somerville G, Boursier J, Wise MS. The impact of COVID-19 related school shutdown on sleep in adolescents: a natural experiment. *Sleep medicine*. 2020;76:33-5.
- 46 Xiang M, Zhang Z, Kuwahara K. Impact of COVID-19 pandemic on children and adolescents' lifestyle behavior larger than expected. *Prog Cardiovasc Dis*. 2020;63(4):531-2.
- 47 Jacolet T. Les jeunes adultes représentent un tiers des cas positifs. La Côte. 2020.
- 48 Radio-télévision belge de la Communauté française. Coronavirus: Les stars des réseaux sociaux et Sophie Wilmès se mobilisent pour sensibiliser les jeunes. 2020 [cited 2021 12 mars]; Available from: <https://www.rtb.be/info/societe/detail-comment-sensibiliser-les-jeunes-aux-risques-du-coronavirus-les-stars-des-reseaux-sociaux-se-mobilisent?id=10458110>.
- 49 Dehousse F. Lettre ouverte aux jeunes imbéciles qui prennent le coronavirus pour un problème de vieux cons. 2020 [cited 2021 12 mars]; Available from: <https://www.lalibre.be/debats/opinions/lettre-ouverte-aux-jeunes-imbeciles-qui-prennent-le-coronavirus-pour-un-probleme-de-vieux-cons-5f085ddb7b50a6139b13bb92>.
- 50 Dardas LA, Khalaf I, Nabolsi M, Nassar O, Halasa S. Developing an Understanding of Adolescents' Knowledge, Attitudes, and Practices Toward COVID-19. *The Journal of school nursing : the official publication of the National Association of School Nurses*. 2020;36(6):430-41.
- 51 Geldsetzer P. Using rapid online surveys to assess perceptions during infectious disease outbreaks: a cross-sectional survey on Covid-19 among the general public in the United States and United Kingdom. *medRxiv*. 2020:2020.03.13.20035568.
- 52 Souli D, Dilucca M. Knowledge, attitude and practice of secondary school students toward COVID-19 epidemic in Italy: a cross sectional study. *bioRxiv*. 2020:2020.05.08.084236.
- 53 Oosterhoff B, Palmer CA. Attitudes and Psychological Factors Associated With News Monitoring, Social Distancing, Disinfecting, and Hoarding Behaviors Among US Adolescents During the Coronavirus Disease 2019 Pandemic. *JAMA Pediatrics*. 2020;174(12):1184-90.
- 54 Cluver L, Lachman JM, Sherr L, Wessels I, Krug E, Rakotomalala S, et al. Parenting in a time of COVID-19. *The Lancet*. 2020;395(10231):e64.
- 55 Achterberg M, Dobbelaar S, Boer OD, Crone EA. Perceived stress as mediator for longitudinal effects of the COVID-19 lockdown on wellbeing of parents and children. *Scientific Reports*. 2021;11(1):2971.
- 56 Ren J, Li X, Chen S, Chen S, Nie Y. The Influence of Factors Such as Parenting Stress and Social Support on the State Anxiety in Parents of Special Needs Children During the COVID-19 Epidemic. *Front Psychol*. 2020;11:565393-.
- 57 Spinelli M, Lionetti F, Setti A, Fasolo M. Parenting Stress During the COVID-19 Outbreak: Socioeconomic and Environmental Risk Factors and Implications for Children Emotion Regulation. *Family Process*. 2020;n/a(n/a).
- 58 Scott SR, Rivera KM, Rushing E, Manczak EM, Rozek CS, Doom JR. "I Hate This": A Qualitative Analysis of Adolescents' Self-Reported Challenges During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Adolescent Health*. 2020.
- 59 Siracusano M, Segatori E, Riccioni A, Emberti Gialloreti L, Curatolo P, Mazzone L. The Impact of COVID-19 on the Adaptive Functioning, Behavioral Problems, and Repetitive Behaviors of Italian Children with Autism Spectrum Disorder: An Observational Study. 2021;8(2):96.
- 60 Evans S, Mikocka-Walus A, Klas A, Olive L, Sciberras E, Karantzas G, et al. From "It Has Stopped Our Lives" to "Spending More Time Together Has Strengthened Bonds": The Varied Experiences of Australian Families During COVID-19. *Front Psychol*. 2020;11:588667-.
- 61 Herbert JS, Mitchell A, Brentnall SJ, Bird AL. Identifying Rewards Over Difficulties Buffers the Impact of Time in COVID-19 Lockdown for Parents in Australia. *Front Psychol*. 2020;11:606507.
- 62 Orgilés M, Morales A, Delvecchio E, Mazzeschi C, Espada JP. Immediate Psychological Effects of the COVID-19 Quarantine in Youth From Italy and Spain. 2020;11(2986).
- 63 Zaccoletti S, Camacho A, Correia N, Aguiar C, Mason L, Alves RA, et al. Parents' Perceptions of Student Academic Motivation During the COVID-19 Lockdown: A Cross-Country Comparison. 2020;11(3602).

- 64 Rich M, Ginsburg KR. The reason and rhyme of qualitative research: why, when, and how to use qualitative methods in the study of adolescent health. *Journal of Adolescent Health*. 1999;25(6):371-8.

unisanté

Centre universitaire de médecine générale
et santé publique • Lausanne