Cinq signes précurseurs de maladie mentale chez l'enfant

Quand votre enfant affirme ne pas sentir bien au réveil, vous pouvez faire la distinction entre une « mauvaise journée » et un virus. Vous vous fiez à ce que vous avez appris de votre entourage et des médias, et à la connaissance que vous avez de votre enfant.

Il est moins facile de faire la distinction entre un problème de santé mentale et les hauts et les bas que vivent les jeunes. Imaginez que votre enfant a de la difficulté à se faire des amis. S'agit-il de simple timidité, ou plutôt d'anxiété, le problème de santé mentale le plus courant chez les jeunes ?

Une intervention précoce peut atténuer ces problèmes et aider un jeune à développer des capacités d'adaptation qui lui serviront toute sa vie. Or, moins de 10 % des jeunes qui auraient besoin de services spécialisés en reçoivent.

Selon le sondage RBC de 2012 auprès des parents sur la santé mentale des enfants, de nombreux parents se cantonnent dans l'expectative lorsque leur enfant montre des signes de maladie mentale. Kelly Hruday, ancien gardien de but de la LNH, a une fille ayant reçu un diagnostic de trouble anxieux. Comme 67 % des parents canadiens qui ont répondu au sondage, il ne savait pas à quel moment agir.

« Nous avons remarqué des changements dans le comportement de notre fille, mais pensions qu'il s'agissait d'une "phase", explique M. Hruday. Si seulement j'avais su quels signes rechercher, nous aurions pu reconnaître le problème plus tôt. »

Pour les problèmes de santé physique, vous pouvez vous fier à votre instinct parental. La maladie mentale peut s'avérer plus difficile à déceler. M. Hruday souligne l'importance de connaître les signes précurseurs de maladie mentale. Voici cinq signes courants auxquels les parents canadiens ne réagissent pas toujours immédiatement :

- **Humeur changeante ou instable** : Tristesse persistante ou tendance au retrait.
- **Anxiété** : Inquiétude fréquente et prolongée.
- **Chute soudaine des résultats scolaires** : Les difficultés de concentration peuvent entraîner un sentiment d'anxiété face à l'école ou une baisse des résultats scolaires.
- **Émotions extrêmes** : Peur ou colère exagérées sans raison apparente.
- **Changements dans le comportement ou tendance à faire subir aux autres ses humeurs** : Comportements ou attitudes inhabituels.

RBC appuie divers programmes favorisant le bonheur et la santé globale des enfants. Le Projet Santé mentale des enfants RBC finance des organismes canadiens qui offrent des programmes et des ressources de confiance aux parents. Pour en savoir plus, allez à www.rbc.com/santementaledesenfants.