



## REGARDS PROFESSIONNELS SUR LE PORT DU MASQUE DÈS 6 ANS

Audrey Bedussi, psychomotricienne

Laëtitia Cuisinier Calvino, psychologue clinicienne

*Article disponible en ligne :*

---

<https://www.associationepsylon.com/articles>

---

*Pour citer cet article :*

---

Audrey Bedussi et Laëtitia Cuisinier Calvino (2020), *Regards professionnels sur le port du masque dès 6 ans* from [www.associationepsylon.com/articles](https://www.associationepsylon.com/articles)

# REGARDS PROFESSIONNELS SUR LE PORT DU MASQUE DÈS 6 ANS

Audrey Bedussi, psychomotricienne

Laëtitia Cuisinier Calvino, psychologue clinicienne

Je m'appelle Audrey, je suis psychomotricienne, conférencière et formatrice dans le domaine de l'enfance et surtout maman. Je suis la maman de deux enfants scolarisés, dont une concernée par le port du masque obligatoire dans les écoles dès l'âge de 6 ans. Je m'appelle Laëtitia, je suis psychologue clinicienne et formatrice avec 10 ans d'expériences en cabinet libéral auprès d'enfants, d'adolescents et d'adultes. Je suis comme Audrey, maman de deux enfants scolarisés dont l'un est concerné par le masque depuis la rentrée dans son collège et l'autre depuis novembre depuis sa rentrée en primaire.

Cet article porte notre regard subjectif concernant cette nouvelle obligation du port du masque dès 6 ans, prenant appui autant sur les ressentis évoqués par les enfants, les parents et nos connaissances théoriques concernant le développement de l'enfant.

Etant donné qu'aucune recherche scientifique en psychologie ou en psychomotricité n'a été établie concernant les effets du masque sur la respiration, nous préférons ne pas développer cet aspect qui ne relève pas de notre domaine d'expertise et de connaissances.

En tant que mamans nous souhaiterions avoir le choix de ne pas imposer à nos enfants de porter un masque durant les 7 heures passées à l'école via une autorisation légale de déscolariser temporairement nos enfants. Mieux, nous aimerions que nos enfants puissent continuer à s'épanouir à l'école, à nouveau, sans masque.

L'école est un des lieux où les enfants scolarisés passent le plus de leur temps durant leur semaine. Il se veut être un espace-temps agréable tant au niveau de la sociabilité, du confort que de l'épanouissement. Les enfants apprennent et sollicitent toutes leurs capacités cognitives, leur attention, leur concentration, leur mémoire. Mais à l'école on ne fait pas qu'apprendre, on joue aussi, on crie, on crée des contacts, on sourit et on rit, on se touche, on fait des jeux de mains, on court ... on est dans le lien, dans l'interaction, dans le contact humain et physique. L'école, c'est en même temps le sérieux et l'apprentissage des règles mais aussi l'insouciance de l'enfance, le lâcher prise dans la cour avec les copains, l'imaginaire et la spontanéité, lorsque l'enfant s'y sent bien.

Aujourd'hui, le port du masque et la mise en place des mesures barrières à l'école, suppriment ou limitent considérablement une grande partie de ces expériences positives et naturelles que l'enfant est censé vivre dans ce lieu.

**Au niveau émotionnel**, l'enfant ne peut plus exprimer ses émotions avec l'ensemble de son visage. Beaucoup d'adultes diront que l'émotion est également exprimée par les yeux. Certes, mais ici nous parlons de jeunes enfants. Il n'est pas uniquement question du sourire mais également de la communication non verbale dans son ensemble. En faisant l'expérience, il apparaît impossible de comprendre les émotions complexes telles que la gêne ou la honte en se basant uniquement sur les yeux de l'individu. Les émotions passent par la totalité du visage et l'enfant a besoin de s'y référer pour mieux se positionner face aux attentes de l'adulte ou des autres enfants. Le port du masque généralisé complique l'ensemble des communications entre les enfants mais également pour l'instituteur qui ne peut regarder que les yeux de chaque élève afin de s'assurer de la compréhension ou du bien-être de chacun.

La compréhension des émotions vécues, éprouvées et exprimées uniquement par le regard de chacun des élèves, et ce dans une même classe, par un seul professeur, se révèle être une tâche très fine que nous pensons très prenante en temps et en énergie. Nous ne sommes pas certaines que cela soit qualitativement réalisable dans une classe de 30 élèves actuellement.

Nous souhaitons également partager notre regard sur le vécu émotionnel des enfants. Les enfants vivent dans un contexte extrêmement lourd, pesant et anxiogène depuis le mois de mars. On leur demande sans cesse de s'adapter à de nouveaux changements : fermetures des écoles, confinement, réouverture mais dans des conditions très spéciales, puis réouvertures normales mais masquées pour les enseignants, puis fermeture si présence d'un cas de covid dans la classe, puis on leur dit que, finalement il en faut trois dans la même classe (même si l'un des cas positif est la voisine de classe), et puis du jour au lendemain, les enfants deviennent de petits être hyper contagieux, et « dangereux » pour les autres puisqu'ils doivent être masqués à leur tour toute la journée ! (Sauf à la cantine où, très proches les uns des autres en se parlant sans masque, ils se passent les plats de mains en mains). Pour beaucoup d'adultes, la situation est complexe et nous y perdons notre latin. Alors, mettons nous un instant à la place des enfants, en première ligne dans tout cela. Comment eux, à leur âge, avec leur petite expérience de la vie, peuvent ils s'y retrouver et vivre cela en toute sérénité... ?

Certes, l'argument du moment tente de nous rappeler que les enfants s'adaptent toujours à toutes les situations, mais à quels prix ? Quelles traces ces adaptations laisseront-elles à ces enfants sur le plan psycho-affectif dans un futur proche ? Comment évaluer la question du bénéfice et du risque dans cette situation inédite ? Il ne serait pas étonnant, que sur le long terme, il y ait des retombées psychologiques si cela était amené à durer trop longtemps. Doré et déjà, certains parents observent chez leurs enfants des endormissements difficiles et des réveils nocturnes, ainsi qu'une grande fatigue.... Ces signes ont-ils un lien direct avec la situation actuelle ? Vont-ils s'amplifier avec le port du masque ? Il semble primordial aujourd'hui de rester attentifs à toutes ces réactions émotionnelles dont font preuve nos enfants.

Pour terminer sur ce point, nous tenions également à évoquer leur vécu émotionnel de l'enfant suite au port du masque au quotidien. Nombre d'entre eux se contiennent tout au long de la journée. Ils supportent cet inconfort (« ça gratte », « ça tient chaud », « c'est lourd », « ça me fait mal derrière les oreilles », « ça me gêne », « j'ai la bouche sèche », « ça me donne mal à la tête », « j'ai de la buée sur mes lunettes alors je ne les mets plus » etc...) auquel ils doivent s'accommoder pendant 7 heures à 8 heures voire davantage pour certains et ce, sans avoir le choix. Toute cette énergie puisée au fond d'eux-mêmes durant toute la journée aura, pour beaucoup d'entre eux, des conséquences directes sur le comportement au retour à la maison. A la maison, c'est la libération. C'est aussi le lieu du lien d'attachement où l'on peut se lâcher et laisser exprimer ses émotions et ses frustrations. Plusieurs enfants, qu'ils soient TDA-H, TDA, hypersensibles ou simplement dans l'inconfort toute la journée, expriment ce mal-être de l'école en explosant à la maison. Ils s'emportent pour un détail, pleurent, crient, ne supportent pas les critiques et s'agitent... Ils sont épuisés et totalement indisponibles psychologiquement pour accepter les critiques, les contrariétés et même se mettre ensuite à leurs devoirs...

**Au niveau du tonus postural :** Nous savons que l'anxiété et les gênes corporelles persistantes peuvent engendrer des tensions au niveau postural, ce que repèrent déjà certains ostéopathes. A long terme, une hypertonie de l'ensemble du corps pourrait s'observer et par la suite générer des douleurs.

**Au niveau du schéma corporel :** Il est déjà possible d'observer, dans certains dessins du bonhomme, l'apparition du masque à la place du nez et de la bouche. Cela nous fait sourire mais à long terme, qu'en serait-il du schéma corporel ? Les enfants, en semaine en tout cas, voient davantage de personnes masquées que non masquées. L'image du corps en sera-t-elle impactée ?

**Au niveau cognitif** (capacités attentionnelles, concentration et mémoire) : Il nous paraît évident que les conditions optimales pour un bon apprentissage nécessitent que l'attention et la concentration soient justement focalisées sur ces apprentissages. Or, beaucoup de ces enfants manipulent leur masque, le remettent, se grattent, essaient de se moucher masqués, tentent de le baisser sans se faire voir, etc.. Autrement dit, ils mobilisent une grande partie de leur attention sur ce masque qui ne fait pas partie d'eux-mêmes et qu'ils tentent d'apprivoiser. De ce fait, l'activité cognitive parasitée en permanence, les écarts entre les élèves pour lesquels les apprentissages sont déjà difficiles et les autres tend à se creuser davantage.

Dans le cadre d'un suivi en psychomotricité, nous recommandons d'éloigner les enfants souffrant de troubles des apprentissages des sources susceptibles de les distraire (diminuer les affiches, l'écarter de la fenêtre...etc ). Le

masque et l'inconfort qu'il crée chez certains vont donc à l'encontre totale de ces préconisations. De plus, le masque risque de perturber l'apprentissage de la lecture et autres acquisitions pour les enfants victimes de troubles auditifs ou visuels, qui ont, pour les premiers, besoin de lire sur les lèvres, et pour les seconds, tendance à enlever leur lunette à cause de la buée que génère le masque.

**Au niveau de la confiance en soi :** Pour les enfants déjà renfermés sur eux-même, pour lesquels il est compliqué de trouver leur place au sein du milieu scolaire, nous craignons que la présence du masque occultant une partie du visage ne fasse qu'accentuer ce retrait. L'enfant alors « caché » derrière son masque se fera encore plus discret et oublié. Comment un enfant déjà en difficulté pour la prise de parole en public pourrait le faire sereinement dans ces conditions, la bouche masquée et la diction perturbée... ? Nous pourrions envisager (ce dont nous doutons cependant) que ces enfants, alors dissimulés derrière un masque, pourraient faire preuve d'une nouvelle assurance pour parler en public ; dans ce cas comment réagiraient-ils une fois que les masques tomberont à nouveau ?

**Sur le plan psychologique :** Les enfants de 6 ans à 11 ans sont en cours de développement de leur maturité psychique et cognitive, de leur positionnement social, et de leur estime d'eux-mêmes. L'école est, comme mentionné plus haut, un lieu de socialisation mais aussi un lieu d'expériences et de contraintes où l'enfant va apprendre à respecter les règles, s'habituer à vivre en groupe et à attendre son tour. L'intégration de ces règles va passer par les expérimenter des relations partagées avec les autres à travers le corps, les émotions, les expressions, les dire, tant des enfants que des adultes. Le masque prive, pour beaucoup, la capacité de l'enfant à décoder les émotions car il ne peut plus percevoir la totalité de l'attitude de son interlocuteur. Si l'enfant se trouve dans un milieu trop contraignant - et en tant qu'adultes, nous avons observé la contrainte du masque au quotidien - il va soit s'agiter, soit se replier sur lui-même. Il cherchera également à mettre du sens sur ces obligations. Or, si les règles sont contradictoires ou difficiles à appliquer, il peut devenir anxieux, somatiser, ou avoir des difficultés à gérer ses relations avec les autres. Il est important de ne pas oublier que le masque est devenu une contrainte supplémentaire à tous les protocoles déjà en place et qui occupent une bonne partie du temps de vie à l'école.

Les psychologues et les psychiatres observent clairement dans leurs cabinets l'impact psychologique de la situation actuelle sur les enfants. Nous rencontrons des enfants envahis par des angoisses de mort en lien avec ce virus, des enfants touchés par le manque de relations avec leurs amis depuis le confinement, des enfants qui ne comprennent pas pourquoi leur monde change, pourquoi les adultes ont peur tout en tentant de les rassurer en portant néanmoins des informations d'informations toujours plus s anxiogènes.

**Chez les adolescents :** Bien que nous observions leur grande capacité d'adaptation depuis sept mois, les adolescents se retrouvent eux aussi face au port du masque depuis leur retour au collège ou au lycée. Que penser de cet âge où la socialisation prend un tournant particulier vis à vis des pairs, où la rencontre de l'autre sexe et des premières relations amoureuses se font avec un visage à moitié caché ? Que penser des discours culpabilisants entendus pendant des mois quant à la menace qu'ils puissent contaminer leurs parents ou leurs grand-parents risquant ainsi d'être responsable d'un drame potentiel ? L'acceptation des adolescents semble acquise, même si cela peut représenter pour eux un moyen supplémentaire de s'opposer, un moyen supplémentaire de défis, un moyen de montrer à nouveau leur immortalité aux yeux du monde. Leur adaptabilité se mesure surtout dans leur capacité de compréhension, bien plus mature que chez les plus jeunes, des enjeux de responsabilité de chacun. Mais là encore, nous doutons de l'efficacité du port des masques, supportés toute la journée pour être négligemment jetés sur la table de la cantine où la distanciation est presque impossible !

Nous savons que nous vivons une crise sanitaire et que la situation est critique, mais nos enfants doivent rester des enfants, insouciant et spontanés et nous devons penser à eux au présent mais également dans un futur proche. Quelles seront les conséquences pour nos enfants dans leurs réactions corporelles, comportementales, cognitives et psychoaffectives et ce, à moyen, voire à long terme ?

Alors, tentons de redonner à l'enfance la place qu'elle doit avoir. N'y aurait-il pas d'autres solutions et d'autres possibilités afin de prendre en compte et de respecter le bien-être des enfants ? N'est-il pas temps d'entendre

d'autres voix que celles des médecins et des scientifiques qui peuvent parfois oublier qu'un individu n'est pas qu'un organisme biologique mais également un corps émotionnel, affectif et social ? Les autres professionnels, psychologues, pédopsychiatres, orthophonistes, psychomotriciens commencent à émettre des doutes sur certaines mesures quand l'intérêt de l'enfant, le futur de notre humanité, doit continuer à être au cœur de nos préoccupations.

### **BIBLIOGRAPHIE**

DE BROCA, A. (2017) Le développement de l'enfant, du normal aux principaux troubles de l'enfant.

FRASCARDO-MOULINOT, F. (2010) L'estime de soi chez l'enfant, j'en parle avec mon enfant.

MONZEE, J. (2005) Soutenir le développement affectif de l'enfant, pratiques éducatives et thérapeutiques pour soutenir le développement global des enfants et des adolescents.

SANDER, E. et coll. (2018) Les neurosciences en éducation, mythes et réalités.

THOMMEN, E. (2002) Les émotions chez l'enfant, le développement typique et atypique.

### **LIENS COMPLÉMENTAIRES**

[www.liberation.fr/debats/2020/11/01/port-du-masque-a-6-ans-avons-nous-perdu-l-age-de-raison\\_1804083](http://www.liberation.fr/debats/2020/11/01/port-du-masque-a-6-ans-avons-nous-perdu-l-age-de-raison_1804083)

[www.sfpediatrie.com/actualites/rentree-scolaire-covid19-propositions-actualisees-sfp?fbclid=IwAR2Wtaq6nDSGXh-ke95o8LP0Gi6jvoPa77WTXvE4zryDgCZRCoQquFom2Ow](http://www.sfpediatrie.com/actualites/rentree-scolaire-covid19-propositions-actualisees-sfp?fbclid=IwAR2Wtaq6nDSGXh-ke95o8LP0Gi6jvoPa77WTXvE4zryDgCZRCoQquFom2Ow)

[http://messagesante.e-monsite.com/pages/le-port-du-masque-des-6-ans-peut-nuire-gravement-a-la-sante-102-professionnels-de-sante-alertent.html?fbclid=IwAR2jOvqHBZw1Wtk4d8-Ov-7m9X\\_y2OyQUIA61qhmNct2TDacyEZStWcAqCk](http://messagesante.e-monsite.com/pages/le-port-du-masque-des-6-ans-peut-nuire-gravement-a-la-sante-102-professionnels-de-sante-alertent.html?fbclid=IwAR2jOvqHBZw1Wtk4d8-Ov-7m9X_y2OyQUIA61qhmNct2TDacyEZStWcAqCk)

<https://reseauinternational.net/consequences-psychologiques-du-port-du-masque-chez-les-enfants-de-6-a-10-ans/?fbclid=IwAR2WJ8Z8TYT6QmeVW5TnJyNm5YgL9mf6lpDBuiKva0g8mOsKpPtKNQ-td2Q>