

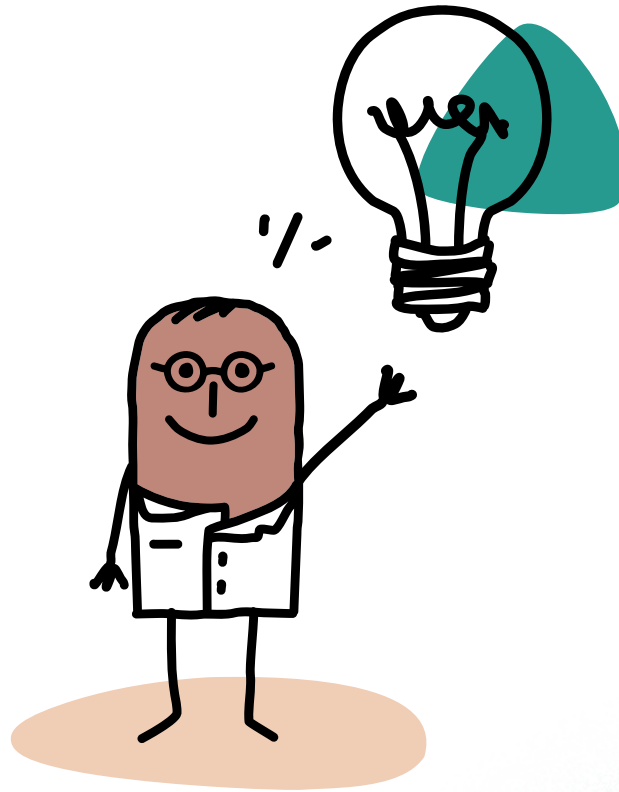
MYTHE N° 1

PSYCOM

Santé mentale, parentalité
et enfance



**« Baby blues et
dépression post-partum
c'est pareil »**

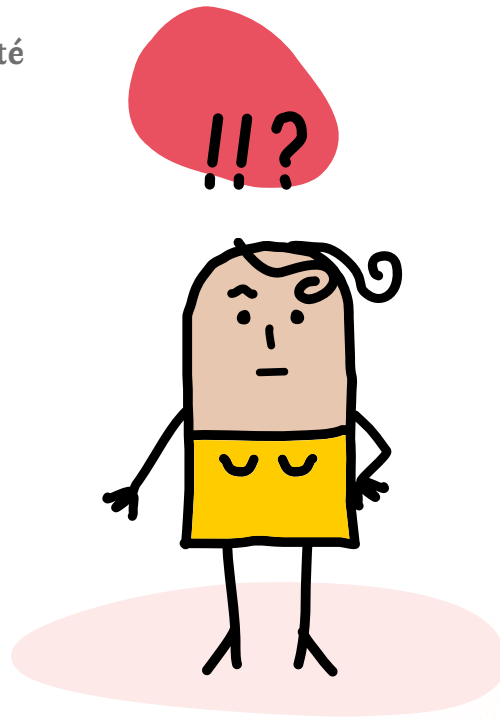


Le baby blues apparaît entre le 3^e et le 10^e jour suivant l'accouchement. Il est transitoire et dû à la chute des hormones. La dépression post-partum est un syndrome dépressif qui apparaît 4 à 8 semaines après l'accouchement.

MYTHE N° 2

PSYCOM

Santé mentale, parentalité
et enfance



**« La naissance d'un enfant
ce n'est que du bonheur! »**

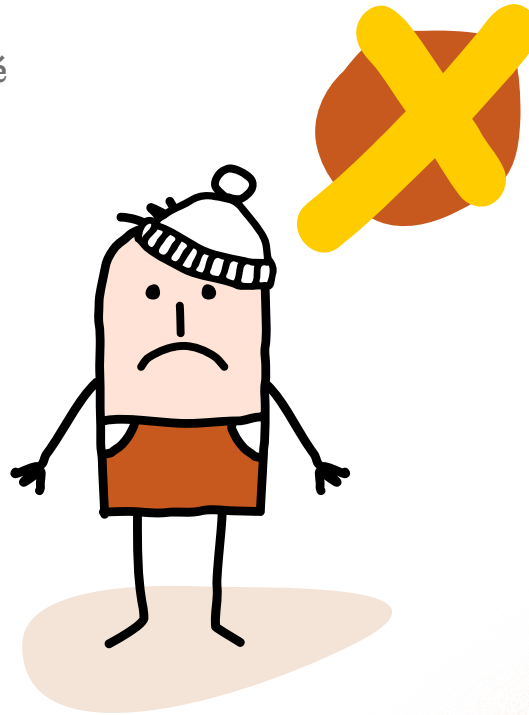


**L'accouchement peut entraîner
des troubles psychiques.
La dépression post-partum touche
entre 10 et 20% des mères.**

MYTHE N° 3

PSYCOM

Santé mentale, parentalité
et enfance



**« Le baby blues
ne touche pas les hommes »**

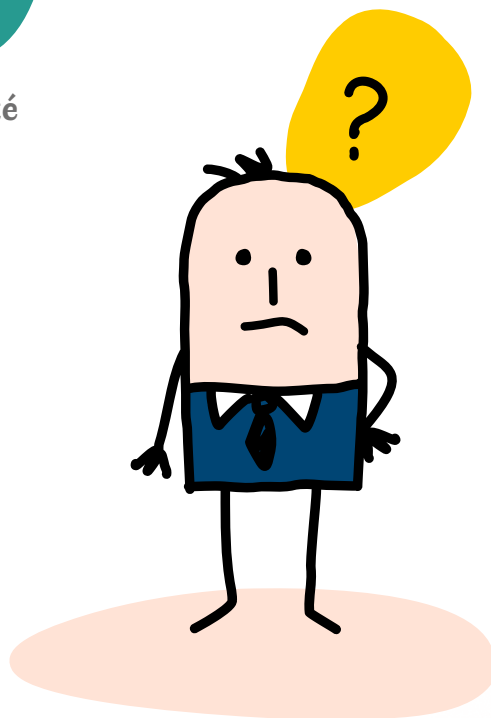


**Après la naissance de leur enfant,
5 à 10% des pères souffriraient de
mélancolie, tristesse ou anxiété.**

MYTHE N° 4

PSYCOM

Santé mentale, parentalité
et enfance



**« Les troubles psychiques
n'apparaissent pas
dès l'enfance »**

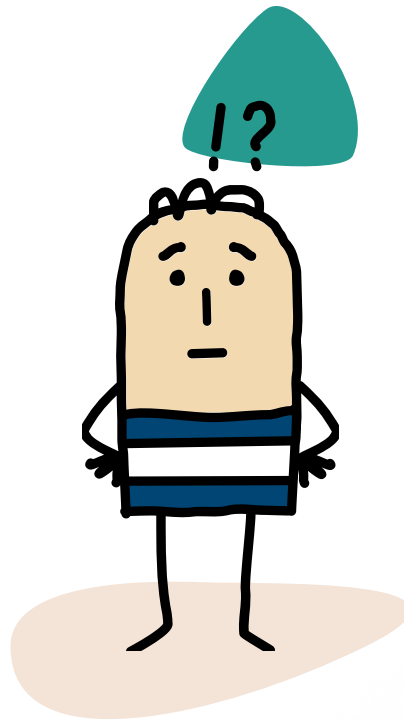


Selon l'OMS, plus de la moitié des troubles psychiques de l'adulte apparaissent avant l'âge de 16 ans. Un enfant sur huit souffrirait de troubles psychiques en France (dépression, anxiété, hyperactivité, troubles du comportement, etc.).

MYTHE N° 5

PSYCOM

Santé mentale, parentalité
et enfance



**« Un enfant émotif et anxieux
a un problème psy »**

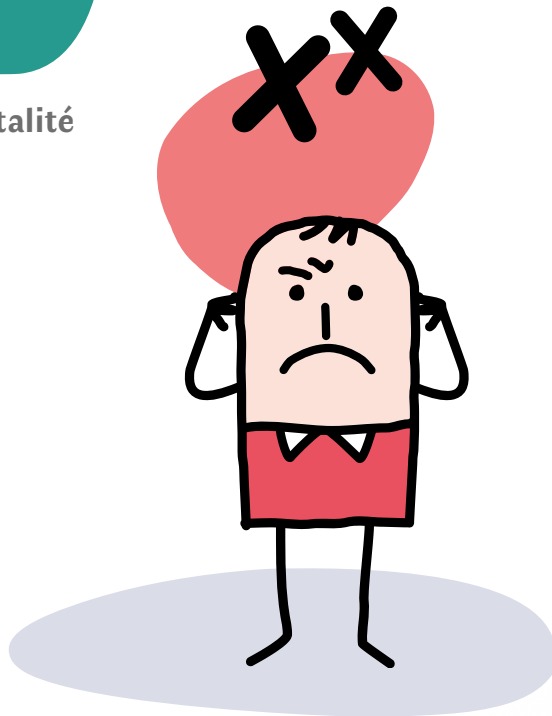


Toute manifestation d'anxiété n'est pas pathologique. Une attention doit être portée quand l'anxiété dépasse les capacités de l'enfant à y faire face. Entourage, équipe enseignante/éducative, médecin traitant, pédiatre, orthophoniste, etc. peuvent repérer, accompagner et soutenir un enfant en difficulté psychique.

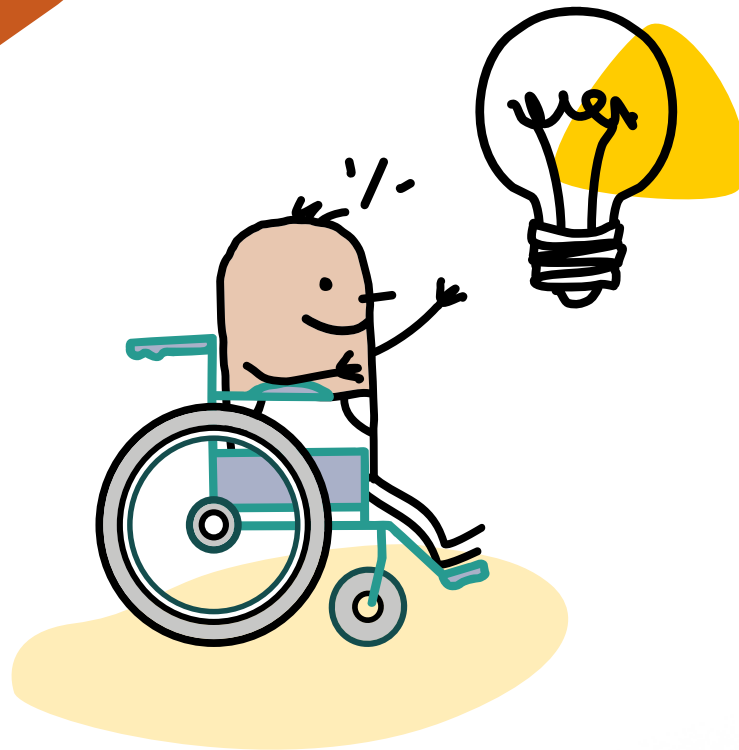
MYTHE N° 6

PSYCOM

Santé mentale, parentalité
et enfance



**« Mon enfant n'a pas
de troubles psychiques,
il a donc une bonne
santé mentale »**

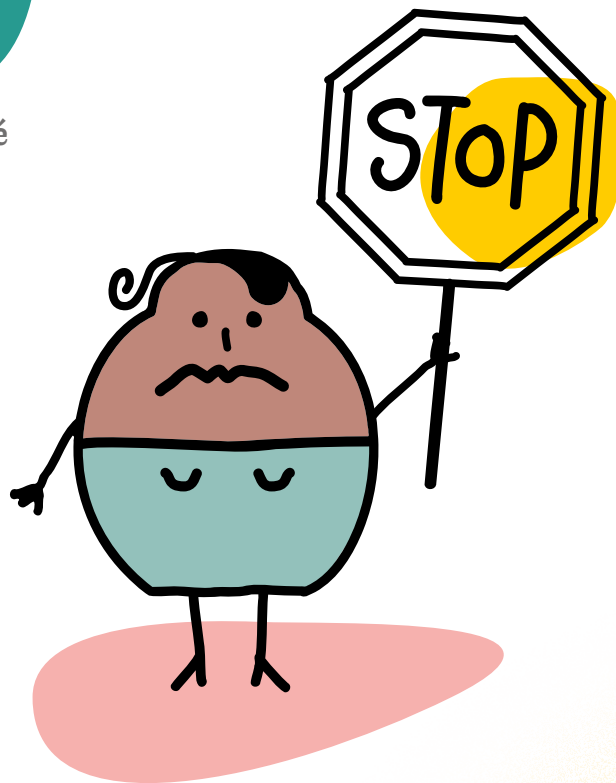


La santé mentale n'est pas seulement l'absence de troubles psychiques. C'est un sentiment de confiance en soi, d'estime de soi, une capacité à entrer en relation avec les autres.

MYTHE N° 7

PSYCOM

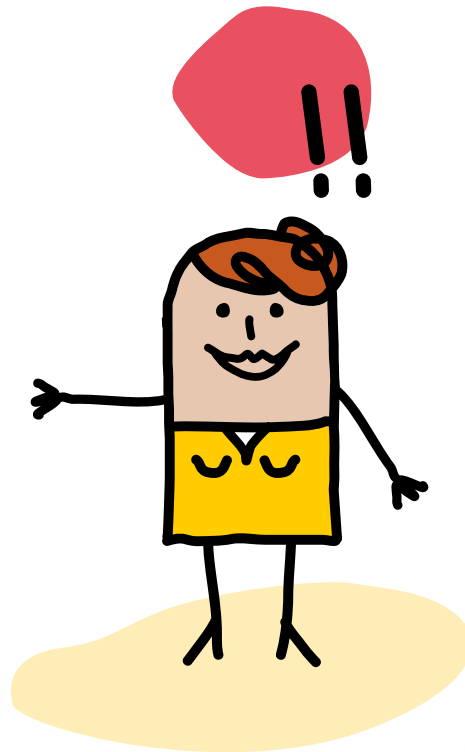
Santé mentale, parentalité
et enfance



**« La plupart des élèves
se sentent bien à l'école »**

RÉALITÉ

PSYCOM

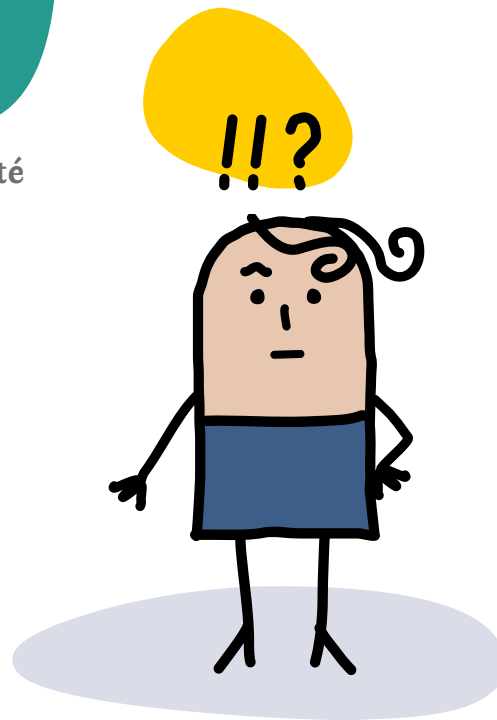


Seulement 30% des élèves de collège se disent satisfaits de leur vie scolaire.

MYTHE N° 8

PSYCOM

Santé mentale, parentalité
et enfance



**« Les problèmes de santé
mentale des enfants cela
concerne seulement
les pédopsychiatres »**

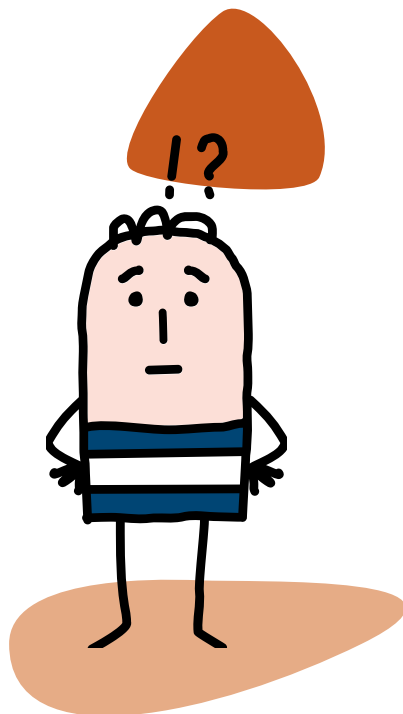


Entourage, équipe enseignante, médecin traitant, orthophoniste, etc. peuvent accompagner et soutenir un enfant en difficulté psychique.

MYTHE N° 9

PSYCOM

Santé mentale, parentalité
et enfance



**« La parentalité ? Être parent,
pas besoin d'inventer un mot
pour en parler »**

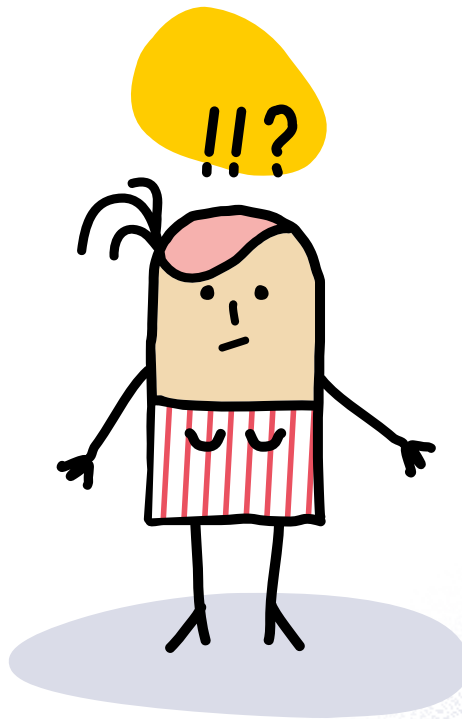


**La parentalité comprend 3 dimensions :
exercice de la parentalité (tous les droits
et devoirs), pratiques de la parentalité
(actes concrets de la vie quotidienne)
et expérience de la parentalité
(se sentir ou non parent).**

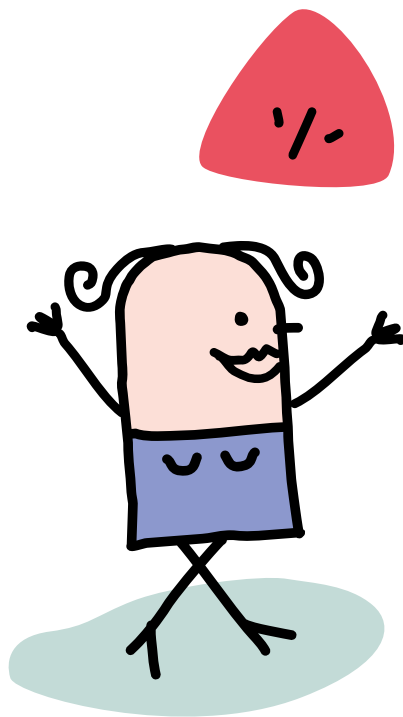
MYTHE N° 10

PSYCOM

Santé mentale, parentalité
et enfance



**« La parentalité,
c'est privé! »**



Les actions de soutien à la parentalité des politiques familiales accompagnent les parents en difficulté dans leur rôle éducatif. Santé publique France propose depuis 2021 un site d'information dédié aux parents : www.1000-premiers-jours.fr/fr