



Les habitudes de sommeil chez l'enfant : indices de psychopathologie ?



Dr Jean-Marc SCHOLL ¹, Dr Paule PHILIPPE ¹, Mr David MAGIS ²

¹ Pédiopsychiatres, Centre de Ressources Autisme, CHU, Université de Liège, Belgique

² PhD Département Education et formation Université Liège, Belgique

Objectifs : investiguer chez l'enfant les habitudes d'endormissement en fonction de l'âge et de la présence ou non de psychopathologie(s) pour tester 2 hypothèses
 → L'évolution développementale des caractéristiques de l'endormissement est différente et plus lente chez les enfants présentant une psychopathologie par rapport aux enfants « typiques ».

→ Les difficultés à l'endormissement sont plus fréquentes chez les enfants présentant une psychopathologie.

Méthode : 15 questions simples concernant des habitudes de sommeil ont été posées aux parents de 2 groupes d'enfants âgés de 2.6 à 13 ans :

827 enfants « typiques » et 298 enfants « atypiques » suivis dans des consultations psychologiques ambulatoires. Le traitement statistique des données permet une étude développementale qui compare les habitudes de sommeil entre les 2 groupes ainsi que leur évolution en fonction de l'âge de l'enfant dans chaque groupe. Des courbes de percentiles pour chaque réponse nominale (toujours, souvent, parfois, rarement, jamais) ont été calculées en fonction de l'âge et du groupe.

Résultats :

QUESTIONS	Effet du groupe	Effet de l'âge	Effet âge ET groupe : l'évolution selon l'âge est différente entre les 2 groupes
1. S'endort-il seul dans sa chambre ?	OUI p< 0.011	OUI p=0.008	NON p=0.0589
2. « exprime le souhait de s'endormir avec un frère, une sœur, un parent ? »	OUI p< 0.001	OUI p=0.001	OUI p=0.010
3. « Essaie de retarder la mise au lit ? »	OUI p=0.036	OUI p<0.001	NON p=0.449
4. « s'occupe avec des jeux dans sa chambre avant de dormir ? »	OUI p<0.001	OUI p<0.001	L'évolution selon l'âge est identique dans les 2 groupes ;p=0.872
5. « habitude de lire avant de s'endormir ? »	OUI p=0.017	NON p=0,539	/
6. « appelle, sort de sa chambre, recherche de la compagnie ? »	OUI p<0.001	OU p<0.001	OUI p<0.001
7. « besoin de la présence d'un proche pour s'endormir ? »	OUI p<0.001	OUI p<0.001	OUI p=0.030
8. « besoin de tenir physiquement l'adulte ? »	OUI p=0.017	OUI p<0.001	L'évolution selon l'âge est identique dans les 2 groupes ;p=0.722
9. « manifeste un inconfort pour s'endormir ? »	OUI p=0.002	OUI p=0.003	OUI p=0.015
10. « enfant exprime-t-il un sentiment de malaise ? »	OUI p<0.001	NON p=0.341	/
11. « cherche une présence au cours de la nuit ? »	OUI p=0.006	OUI p<0.001	NON p=0.081
12. « parent a l'impression que l'enfant a un sentiment de malaise ? »	OUI p<0.001	Non p=0.617	/
13. « parent ressent le besoin de garder l'enfant près de lui ? »	NON p=0.064	OUI p=0.002	/
14. « est-il un couche-tard ? »	OUI p=0.010	OUI p<0.001	Non p=0.128
15. « durée d'endormissement ? »	OUI p<0.001	OUI p<0.001	OUI p=0.0341

➤ Pour 14 questions: nous observons des différences statistiquement significatives entre les 2 groupes

Quelques exemples de graphiques obtenus par le calcul des percentiles

Question 2: Exprime le souhait de s'endormir avec un frère, une sœur, un parent

Question 4: « s'occupe avec des jeux dans sa chambre avant de dormir ? »

Question 6: « appelle, sort de sa chambre, recherche de la compagnie ? »

Question 14: « est-il un couche-tard ? »

Question 15: « Durée de l'endormissement? (15, 30, > 30 min, une heure ou plus)

➤ 12 questions font apparaître des variations significatives selon l'âge de l'enfant.

Question 3. « Essaie de retarder la mise au lit ? »

Question 8. « besoin de tenir physiquement l'adulte ? »

➤ Pour 5 questions, les résultats montrent que

L'évolution selon l'âge est différente entre les 2 groupes

QUESTIONS	Effet âge ET groupe : l'évolution selon l'âge est différente entre les 2 groupes
2. « exprime le souhait de s'endormir avec un frère, une sœur, un parent ? »	OUI p=0.010
6. « appelle, sort de sa chambre, recherche de la compagnie ? »	OUI p<0.001
7. « besoin de la présence d'un proche pour s'endormir ? »	OUI p=0.030
9. « manifeste un inconfort pour s'endormir ? »	OUI p=0.015
15. « durée d'endormissement ? »	OUI p=0.0341

QUESTIONS	Effet de l'âge
1. S'endort-il seul dans sa chambre ?	OUI p=0.008
2. « exprime le souhait de s'endormir avec un frère, une sœur, un parent ? »	OUI p=0.001
3. « Essaie de retarder la mise au lit ? »	OUI p<0.001
4. « s'occupe avec des jeux dans sa chambre avant de dormir ? »	OUI p<0.001
6. « appelle, sort de sa chambre, recherche de la compagnie ? »	OUI p<0.001
7. « besoin de la présence d'un proche pour s'endormir ? »	OUI p<0.001
8. « besoin de tenir physiquement l'adulte ? »	OUI p<0.001
9. « manifeste un inconfort pour s'endormir ? »	OUI p=0.003
11. « cherche une présence au cours de la nuit ? »	OUI p<0.001
13. « parent ressent le besoin de garder l'enfant près de lui ? »	OUI p=0.002
14. « est-il un couche-tard ? »	OUI p<0.001
15. « durée d'endormissement ? »	OUI p<0.001

➤ alors qu'inversement, pour 2 questions, l'effet de l'âge est identique dans les 2 groupes: 4. « s'occupe avec des jeux dans sa chambre avant de dormir ? »
 8. « besoin de tenir physiquement l'adulte ? »

Conclusion: les résultats obtenus valident de façon très significative nos 2 hypothèses :

➔1) L'évolution développementale des caractéristiques de l'endormissement est différente et plus lente chez les enfants avec psychopathologie.

➔2) Les difficultés à l'endormissement sont plus fréquentes dans ce même groupe d'enfants.

Investiguer les habitudes de sommeil chez l'enfant -grâce à quelques questions simples- fournit des indices de psychopathologie et se révèle d'un très grand intérêt dans la clinique pédiopsychiatrique.