

Psychologie de l'adolescent

L'adolescent en général...

Quels que soient les troubles, ils sont normaux et ne valent pas pour l'avenir.

L'adolescence, c'est un temps indispensable, les adolescents trop sages sont inquiétants.

L'adolescence c'est la conquête de soi, « je ne suis plus l'enfant de mes parents...

Je suis moi ».

L'adolescence c'est aussi une crise parentale. Il y a souvent une amnésie parentale sur l'adolescence.

L'adolescence c'est un combat pour dépasser ses parents, c'est un rêve sur l'avenir.

L'adolescence c'est refaire le monde négocié et rediscuter. Les ados nous renvoient notre conformisme.

L'adolescence c'est le temps de la « parentectomie »

I) L'appropriation du corps qui change par l'adolescent

1) Définir l'adolescence

« La jeunesse mal élevée se moque de l'autorité » Socrate 420 av JC

a) Il est difficile de préciser les contours de l'adolescence, un adolescent ce n'est plus un enfant et pas encore un adulte. C'est la période où l'on rejette le passé :

C'est l'âge qui succède à l'enfance et commence après les premiers signes de puberté.

Etymologie : adolescence vient du latin *croître pousser*.

C'est dépasser l'âge de la tutelle « je deviens propriétaire de moi ».

L'adolescence est donc un mouvement plus ou moins précoce dont la durée s'inscrit difficilement dans un nombre d'année précis.

Travail psychique qui consiste à prendre possession d'un corps sexué.

Période de développement où le prend possession d'un corps d'adulte dont il ne sait pas très bien quoi faire.

Moment critique avec rupture d'équilibre entre deux états (enfant et adulte), mais c'est une crise féconde.

Ce n'est pas une maladie ce n'est pas « l'âge bête ».

L'adolescent a besoin à la fois de contrôle et de liberté, ce dosage est différent tous les jours en fonction des circonstances.

« L'ado » a besoin de sentir l'intérêt familial sur ce qui se passe en lui, mais cet intérêt est surtout centré sur le désir de nous retenir.

« On a besoin de la parole pour être écouté, mais souvent on nous laisse la parole pour nous juger ».

C'est vital de quitter ses parents mais pour aller vers une vie différente de la leur, mais en les regardant vivre, l'on croit voir son propre avenir et on a peur...

On se sent sur une pente dont n'a pas le contrôle et on perd ses défenses.

Le complexe du homard (Dolto), l'adolescent à l'image du homard change de carapace et reste sans défense le temps d'en « suinter » une nouvelle.

Mais l'adolescence est un mouvement plein de force et de promesse et de vie. Il n'y a pas d'adolescence sans problèmes et sans souffrances.

b) De quel adolescent parlons-nous ?

Des adolescents valides et non avec une croissance tumultueuse.

2) Transformation physiologique

a) Les changements pubertaires anodins

Ces transformations physiologiques surviennent à ce moment que l'on veuille ou non (Jammet). Le corps est là bien avant la puberté et l'enfance en a exprimé les contours. Le corps révèle le sujet en devenir, le changement pubertaire affecte l'adolescent de façon irrémédiable dans sa morphologie, ses représentations et son identité.

Devenir un corps d'adulte c'est une épreuve (renoncement)

Devenir un corps d'adulte c'est une épreuve (renoncement du corps d'enfant), ce corps d'enfant était le garant d'une sécurité acquise, c'est le symbole d'une identité première acquise entre père et mère, le changement pubertaire menace cette permanence de sentiment d'identité.

Remarque : il est rare qu'un ados se développe au niveau psychique et corporel en même temps. Manquer d'autonomie c'est bien le propre de l'adolescence. Soyez positif et trouvez le positif.

Les pulsions agressives peuvent s'exprimer de différentes façons :

Désordre

Mots grossiers

Rébellion

Conduites à risques

Je risque donc j'existe et cette prise de risque masque les angoisses.

b) bouleversement de l'image du corps

le corps représentant spatial :

L'ado est comme un déficient visuel, il a du mal à se déplacer dans 1 même corps qu'il connaît mal. Maladresse gestuelle, il est gêné d'un corps à travers lequel il n'a pas pris ses repères.

Le corps représentant symbolique :

C'est un moyen d'expression de ses conflits, il existe des ados désintéressés de leur corps (abandonnique) qui présente une hygiène douteuse.

Le corps est un marqueur identitaire dont il faudra masquer les transformations

Remarque : il est fortement déconseillé de pointer les transformations liées à la puberté :

Le corps représentant érogène :

L'adolescence marque le passage de l'auto érotisme centré sur soi à une hétérosexualité.

c) Le jeune a besoin du miroir et c'est la première tentative de se rassurer, ce miroir renvoie aussi une image des imperfections liées aux transformations, c'est rassurant par ce qu'il génère. L'adolescent a besoin de surveiller son corps, c'est pour cela qu'il reste longtemps dans sa salle d'eau.

Cette image qu'il s'approprié existe pour lui mais aussi pour les autres, « je vis aussi dans le regard des autres ». Cette image existe aussi pour autrui l'image, elle se structure à travers le regard que les autres portent sur son corps et le jugement qui l'accompagne.

« Il y a un chiasma entre mon regard sur autrui et ce qu'autrui renvoie sur moi ».

La représentation qu'il fait de son corps :

La comparaison qu'il porte sur son corps

La confrontation aux idéaux corporelle médiatique

« Autrui est un médiateur indispensable entre moi et moi-même » Sartre

d) Comment les adolescents vivent-ils leurs changements pubertaires ?

Contexte : les ados du collège avec leurs premières menstruations

- Signe de maturité accession à un nouveau statut social, prise de responsabilité, accès à la fécondité. Point positif : changement dans les relations avec le sexe opposé. « C'est plus sérieux avec les garçons on nous prend d'avantage au sérieux.

- Plus les garçons sont précoces et plus ils se sentent attirants et plus performant dans les tâches viriles. Le développement physique s'accompagne de + de considération de la part de l'entourage.

Ces signes-là peuvent être précurseurs de dépression s'ils sont récurrents.

L'adolescent ne tient plus son corps et ne contient plus sa psychée.

L'adolescent vit en décalage, ils repoussent le sommeil. C'est une façon de se démarquer par rapport à l'adulte.

Écouter un ado ce n'est pas être laxiste.

Si un adolescent a une conviction délirante de la transformation de son corps, c'est de la pathologie.

Quelle signification peuvent avoir ces plaintes ?

- Les céphalées récidivantes peuvent correspondre à des "prises de tête" que les conflits psychiques vont engendrer.

L'adolescent va être colonisé, envahi par l'autre. Il accepte de se laisser envahir. Il laisse de la place pour être envahi car il est dépendant et il a besoin de lui. "J'ai besoin de l'autre car sans lui je ne peux pas vivre".

L'adolescent a un mécanisme de défense c'est l'intellectualisation.

Laissons à l'adolescent le temps de rêver.

C'est dangereux de s'arrêter parce que quand on s'arrête, on pense.

De quoi cet adolescent se plaint-il à travers son corps ?

Quel sens peut-on donner ?

Quel sens donne-t-il ?

Pourquoi cet adolescent a-t-il autant besoin de marques d'attention de ses proches ?
Cet adolescent en plainte est-il seulement en attente de la simple prise en compte de son malaise physique ?

Quand faut-il s'inquiéter ? Quand ces plaintes sont répétitives et qu'elles envahissent toute la vie de l'adolescent. Cet envahissement réduit sa vie à sa plus simple expression.

Les dysmorphophobies.

Ce sont des manifestations souvent présentes chez les adolescents des deux sexes, elles sont liées aux transformations pubertaires.

Pour Pommereau c'est la honte de son propre corps.

Pour l'adolescent un élément de son corps n'est pas conforme. Il se focalise sur celui-ci.

Les dates d'apparition des dysmorphophobies sont vers 13 14 ans. Le segment corporel incriminé présente généralement une morphologie quasi normale. L'adolescent dramatise.

Les préoccupations sont par exemple un gros ventre, des grosses cuisses, être trop gros... .

L'adolescent exprime rarement ses préoccupations. Il va être amené à rétrécir son champ relationnel.

Ces dysmorphophobies peuvent être banales. Elles sont importantes si l'adolescent est amené à se replier sur lui-même.

Elles marquent bien les relations avec son corps mais elles marquent aussi son engagement social.

Elles peuvent être renforcées par des paroles de l'adulte : "on ne te reconnaît plus".

Cas clinique : les yeux exorbités (voir photocopie).

Même si on accédait à son désir ça ne résoudrait pas son problème.

Tout est parti de son nez puis s'est étendu au visage entier.

Une certaine paranoïa est remarquable ainsi que des contradictions.

La honte de son propre corps est à rattacher à ses études aux beaux-arts.

Ses relations restent au niveau du visuel.

Le vieillissement qu'elle perçoit la renvoie à la mort.

La première difficulté relationnelle est avec elle-même.

Elle est interprétative sur le regard des autres. Il y a un isolement progressif. Il y a une activité hallucinatoire sous forme de chuchotements. Cette activité hallucinatoire vient confirmer sa est laideur.

C'est de l'ordre de la dissociation de la personnalité.

La proposition de réponse psychiatrique alimente encore sa paranoïa.

Annie Birraux : "L'adolescent face à son corps".

L'adolescent est confronté à un corps double, le corps de la petite enfance qui est un corps familier, angélique, omnipotent et qui a reçu toutes les expériences de plaisir et de déplaisir ; et le corps pubert qui est un corps nouveau, non familier, sexuel, non représentable parce qu'il est le lieu d'éprouvés inconnus. L'issue favorable de l'adolescence dépend donc de la capacité que l'adolescent va avoir à unifier ces deux corps sous le primat du plaisir génital et de la complémentarité des sexes.

Il s'agit d'accepter son nouveau corps et la logique de plaisir dont il est porteur.

L'adolescent cherche à s'éloigner de l'ombre de ses parents afin d'accomplir ses propres conquêtes.

1) LES MUTATIONS DE LA FAMILLE

a) Les mutations de la famille de l'âge d'or au déclin.

Sullerot : "De l'âge d'or au déclin".

Sullerot présente deux périodes très contrastées de la famille : de 1945 à 1965 et les trente pitoyables de la famille de 1965 à 1995, caractérisées par l'effacement des liens sociaux, la crise, le déclin.

Dans la première période la famille est fondée sur l'institution matrimoniale avec comme caractère la stabilité, le taux de fécondité élevé, un très fort partage des rôles (monsieur gagne-pain et madame ménage). C'est un système vertical où l'un a autorité sur les autres.

Dans la deuxième période on observe une chute de la fécondité, l'apparition des moyens contraceptifs, une chute de la nuptialité, une augmentation des divorces, un système horizontal où père, mère et enfants sont davantage sur un pied d'égalité. On observe également une augmentation de la durée de vie, un accroissement des femmes dans le milieu professionnel, une structure familiale différente (monoparentale ou recomposée).

b) Peut-on aujourd'hui définir la famille ?

Il y a une multiplication des structures.

Pour Michel Fize, sociologue, la famille peut être définie comme un sentiment dans un espace. La raison d'être de la famille c'est le sentiment amoureux qui fonde le couple. Fize parle d'espace car au sein de cet espace va se jouer un certain nombre de relations. C'est la parentalité qui définit la famille.

Le lien conjugal est fugace alors que le lien parental est irrémédiable. C'est l'enfant qui crée la famille.

Defossez Françoise : "Inventons la famille".

Pour elle la famille demeure une institution par son rôle de transmission de valeurs et de savoirs. La famille assure des devoirs d'assistance et de solidarité aux membres qui la composent et notamment des plus faibles. Elle représente la toile de fond, le cadre de notre identité. Elle constitue un paradoxe car elle est à la fois refuge et lieu de passage. Pour l'adolescent il est important de pouvoir partir à un moment donné. Cette famille demeure la référence essentielle pour lui. En règle générale, les adolescents considèrent leur lien avec la famille comme satisfaisants.

Quand l'adolescent s'invente une famille elle est souvent idéalisée, ce qui le fait tomber de haut.

c) C'est dur d'être parent !

Gruère, psychologue, dit que les parents tiennent à échapper au modèle de leurs parents. Ils veulent remplacer les contraintes qu'ils ont subies en tant qu'adolescent en octroyant beaucoup plus de souplesse et de liberté.

Ils doutent des repères qu'ils souhaitent donner à leurs enfants alors que la société offre des repères opposés. Les parents ne savent plus comment exercer leur autorité face à leur adolescent. Ils sont remplis de bonne volonté mais ils ont échoué et ils abandonnent. Il y a des confusions d'histoires entre parent et enfant. Si l'enfant manifeste quelques difficultés à l'école, ces difficultés peuvent être dramatisées par le père qui a raté ses études. Les mesures éducatives du père vont correspondre à son histoire et non à l'histoire de l'enfant.

Les parents ont peur d'assumer leur âge, le conflit. Ceci amène une certaine neutralité de leur part. Ils ont peur que l'avenir de leur enfant soit précaire.

L'idéalisation des enfants par les parents est contrecarrée par des déceptions. L'enfant est dèsidéalisé. Il y a une idéalisation de la fonction parentale mais la déception apparaît en raison d'un manque de disponibilité ce qui amène une culpabilisation.

Les parents réagissent ainsi parce que les enfants sont rares donc précieux. Ils cèdent du terrain aux professionnels qui agissent à leur place. Tous les parents ont des compétences et il ne faut pas les amputer de leur pouvoir.

En tant que parents on essaie de transmettre. On constate une inversion croissante mais partielle du rôle de transmission. C'est l'adolescent qui transmet. C'est l'adolescent qui est le parent de ses parents. Cette inversion est liée à l'obligation précoce d'être autonome.

L'enfant est adultisé trop précocement.

On transmet des valeurs : l'égalité, la liberté, la fraternité... . On transmet également nos doutes, nos peurs, la vie et la mort.

C'est très dur d'être authentique.

Les adolescents sont très sensibles à la cohérence entre les paroles et les actes. On a le droit de douter et d'exprimer ses émotions. Il est important d'être attentif à une qualité de vie.

La loi doit être appliquée pour tous.

Un amour oblatif est un amour qui porte vers les autres.

d) A quoi servent les parents ?

Pour Braconnier, les parents sont là pour prendre des coups et d'un autre côté, pour protéger et contenir l'adolescent. C'est dur d'accepter d'être l'objet d'une tension très forte dirigée contre eux.

Pour Mireille Sifali, accompagner un adolescent c'est être à côté de lui pour lui dire tu te trompes.

ELEMENTS DE PSYCHOLOGIE DE L'ADOLESCENT

I- Caractérisation de l'adolescence

L'adolescence est une phase critique de la vie qui se situe entre l'enfance que la famille protège et surveille et l'âge adulte :

Chez les garçons : entre 10 et 17 ans

Chez les filles : entre 9 et 16 ans

Elle s'accompagne d'un développement biologique et physiologique important. (élévation des taux de certaines hormones hypophysaires)

Il y a apparition de signes psychologiques remarquables :

Des impulsions violentes (réactions brutales et inattendues)

Des émotions fortes et passagères

Un penchant pour la rêverie et la solitude

Un intérêt pour l'art et la poésie

Un mécontentement général et un désir de transformer le monde

C'est une période de souffrance et de joie

souffrance causée par la difficulté de se détacher de l'enfance et par la recherche de l'indépendance, de la responsabilité et de la liberté

joie provoquée par le sentiment d'accéder à l'âge adulte (responsabilité, prise de décision, maturité physiologique et intellectuelle, etc.)

Crise d'originalité (mode vestimentaire, coiffure, vocabulaire,...)

l'adolescent veut échapper à la banalité

il éprouve un plaisir à se distinguer, à se singulariser et à faire de lui quelqu'un d'exceptionnel, un être unique

goût de la contradiction et du paradoxe

désir de scandaliser, de faire du bruit et du mouvement

cette crise d'originalité traduit une prise de conscience de soi et suscite un vigoureux sentiment de la valeur personnelle

L'adolescence s'accompagne d'une évolution principale des fonctions cognitives qui se caractérise par le passage de l'étape des opérations concrètes à celle des opérations formelles qui soutient la capacité de raisonner sur des énoncés et des hypothèses (niveau caractéristique de l'adolescent normalement intelligent)

II- Attitude que doit prendre l'adulte vis à vis de l'adolescent

☒☒ Ne pas contrarier brutalement les adolescents et leur laisser une marge de liberté de choix

☒☒ Intervenir avec souplesse et efficacité pour inculquer le respect de la loi, pour faire retrouver le goût des études et faire éviter les mauvaises conduites

☒☒ Aider les adolescents à freiner leur hyperémotivité et à s'investir dans les études

☒☒ Exploiter le désir de sociabilité et d'amitié éprouvé par l'adolescent pour entrer dans son monde et le raisonner sans le contraindre

☒☒ Respecter les valeurs des jeunes et se tenir prêt à leur apporter des conseils pour les aider à sortir de cette crise

☒☒ Convaincre les adolescents du bien fondé des règlements éducatifs et ne pas recourir systématiquement à l'autorité et aux sanctions afin d'éviter l'éclatement de problèmes disciplinaires et relationnels.

☒☒ Laisser l'adolescent assumer son indépendance tout en gardant le contact et en le surveillant de loin afin de rappeler notre présence et notre soutien

Faut-il séparer filles et garçons à l'école ?

A l'heure du grand débat sur l'école, la remise en question de la mixité fait recette dans les médias. Pour Michel Fize, sociologue et auteur du livre par lequel le "scandale" est arrivé, il ne s'agit pas de mettre en cause le système éducatif mais de répondre à des situations d'urgence. Il répond aux questions de Doctissimo.

Doctissimo : On vous accuse de prôner un retour en arrière en recommandant la fin de la mixité à l'école. Qu'en est-il ?

Michel Fize : D'abord, je n'ai jamais demandé quoi que ce soit. Dans mon livre, je me suis contenté d'explorer quelques pistes, par rapport à des attentes qui ont été exprimées autour de moi. Mais je ne suis pas un adepte du retour à la séparation des sexes ! J'ai simplement fait un historique de la mixité, ainsi qu'un état des lieux en France et en Europe. Mon constat est d'ailleurs que l'on aménage partout la mixité en Europe, notamment dans certaines disciplines où filles et garçons sont séparés : éducation physique et sportive, éducation sexuelle...

Doctissimo : Mais dans votre livre vous proposez néanmoins des idées qui remettent en cause la mixité.

Michel Fize : Plus exactement, je propose plusieurs scénarios sur des évolutions possibles du système éducatif. En ce qui concerne l'école primaire par exemple, j'envisage le fait qu'il ne faudrait pas moins de mixité mais qu'il en faudrait plus ! Car on ne peut pas défendre la mixité en salle de classe et laisser des séparations importantes se produire dans la cours de récréation. J'ai également évoqué la situation des collèves, qui est celle qui a été le plus stigmatisée, avec la violence des garçons d'un côté et la réussite plus importante des filles de l'autre. Or rétablir les classes séparées n'est pas la solution : les performances des filles ne varient pas en fonction de la mixité de la classe. Et en ce qui concerne la violence des garçons, elle s'exprime également contre d'autres garçons plus faibles dans des classes non mixtes. Je pense simplement qu'il faut proposer aux garçons et aux filles qui souffrent de retrouver momentanément un environnement plus serein, en créant une ou deux classes non mixtes. Il s'agit d'une réponse ponctuelle à une situation d'urgence.

Doctissimo : Mais ne pensez-vous pas, comme le soulignait Elisabeth Badinter ou le ministre de l'éducation Luc Ferry, qu'il faut surtout rétablir le respect plutôt que d'opter pour la fin de la mixité ?

Michel Fize : Bien sûr ! Je suis le premier à préconiser la lutte contre la violence et à prôner le respect. Mais en attendant, que fait-on ? On ne peut pas laisser les gens souffrir. Certes, rétablir, même de manière provisoire, quelques classes non mixtes n'est pas la panacée. Mais cela permet de résoudre concrètement un problème réel et de répondre à une situation d'urgence. Mais il est clair que ce débat sur la mixité cache un problème plus important : celui de la violence et de l'inégalité réelle des chances entre filles et garçons aujourd'hui.

Doctissimo : Que pensez-vous de l'ouverture à New York d'une classe réservée aux étudiants homosexuels, victime de violences ? Vous comprenez cette démarche ?

Michel Fize : Mon rôle n'est pas de dire si cela est bien ou non. Tout ce que je peux constater, c'est que les homosexuels vivent souvent des situations très difficiles, que ce soit

à l'école ou en famille. D'ailleurs, il y a cinq fois plus de suicides chez eux que dans la population générale du même âge. Il est donc nécessaire de prendre en compte cette réalité !

Doctissimo : Outre le débat sur la mixité, le retour de l'uniforme en France est également revenu sur le terrain. Qu'en pensez-vous ?

Michel Fize : Là encore, ce n'est pas à moi de me prononcer sur les bienfaits et méfaits du port de l'uniforme. Mais il est vrai qu'en classe, il existe une énorme pression liée aux vêtements et à la mode. Cette pression peut-être épouvantable, notamment pour ceux qui manquent de moyens et peuvent se trouver exclus...

Adolescence et insolence

Les adolescents usent aussi bien de la séduction que de l'impertinence... Les critiques ouvertes ne leur font pas peur, les gros mots non plus. Ils testent ainsi la réaction de l'adulte face à leur comportement, jugent les limites à respecter et comprennent ce qu'ils peuvent faire ou non. Quand provocation et grossièreté deviennent un mode de vie...

L'insolence de l'adolescent rappelle les périodes précédentes de l'enfance où opposition rythmait avec "non" et "pipi, caca boudin...". Quelques années plus tard, le vocabulaire scatologique et grossier s'est affiné. Il est maintenant utilisé à bon escient. Vous voilà donc à nouveau confronté à une période d'opposition plus provocatrice.

Provocation contre éducation

Critiquer, répondre et insulter c'est sa manière d'exprimer son indépendance, certes de manière maladroite. Votre adolescent est si peu au clair avec ce qu'il ressent vraiment qu'il use de la provocation comme d'un langage. Il met ainsi une distance avec vous, il recherche son autonomie tout en ayant besoin de sécurité. C'est ainsi que les adolescents les plus insolents sont souvent les plus dépendants.

L'insolence est un rempart contre les sentiments complexes qui l'assaillent et une façon de développer le sentiment de sa propre identité. Il se démarque de l'éducation que vous lui avez donnée : "mais m... je parle comme je veux, je fais comme je veux p..., laissez-moi vivre ma vie..." par l'utilisation de termes grossiers. Par cette provocation, il teste votre résistance et votre respect des codes parentaux que vous lui avez inculqués.

Emotion et agressivité latentes

Le langage, l'accent et le choix des mots font partie d'un code de reconnaissance et marquent le signe d'une appartenance à un groupe. Par ces comportements, il affine son désir de s'y identifier, c'est la façon qu'il a trouvée pour se sentir exister en dehors de vous.

De façon générale, ce qu'il veut exprimer est différent de ce qu'il dit, il a des difficultés à savoir ce qu'il veut et à comprendre ce qu'il ressent. Il ne trouve pas les mots et les arguments pour défendre son point de vue face à vous. L'insolence et la grossièreté est ce qui lui vient le plus facilement pour éviter de se laisser déborder par ses émotions et son

agressivité latente. Les jugements "t'es chiant... quel c... vieux naze, etc." et des propos destructeurs ponctuent souvent vos conversations de manière brusque. La moindre remarque ou frustration peut aussi amorcer une telle attitude impulsive. C'est aussi une manière d'exorciser la violence : insulter un camarade, à l'école ou au sport, permet très souvent d'éviter le passage à l'acte.

Comment réagir ?

Être parents, c'est donner l'exemple : attention donc, à la manière dont la parole circule dans la famille. Un adolescent a tendance à copier le mode d'expression des adultes, croyant ainsi paraître plus grand. Un peu de provocation est normal à cet âge. Ne montez pas sur vos grands chevaux à chaque fois qu'il dit un mot déplacé, vous risquez surtout l'escalade. Posez tout de même quelques limites en mettant déjà le holà sur les mots les plus crus. Il doit comprendre qu'il est important de s'autocensurer et que devant vous, tout n'est pas permis.

Entre frères et sœurs ou camarades interdisez les insultes blessantes et grossières. Il a le droit d'être en colère et de s'exprimer librement mais avec respect et sans vulgarité. Il faut qu'il comprenne le respect envers l'autre et la tolérance, et qu'il mesure la portée de ses paroles : supporterait-il de telles injures ?

Ce qui aide le plus c'est d'en parler, on se sent moins seul en confrontant son vécu avec d'autres parents d'enfant du même âge. Constater le passage difficile, en rire ensemble soulage et permet de prendre de la distance.