

L'adolescence en question

Conférence présentée par Audrey DE LA GRANGE, psychothérapeute,
Doctorante à l'Université Montpellier 3

Février 2007

Dans notre société, le passage de l'enfance à l'état adulte n'est pas institutionnalisé. Il n'y a pas de rite de passage clairement établi pour marquer la fin de l'enfance. Le passage est ambigu et flou. C'est ce qu'on appelle « l'adolescence ». Cette ambiguïté est renforcée par la rupture existant entre les rôles demandés à l'enfant et à l'adulte. On exige de l'enfant qu'il soit obéissant, il est réputé dépendant et asexué ; l'adulte est quant à lui actif et entreprenant, il est réputé responsable. Et l'adolescent ? Il valse entre les deux extrêmes. Plongé dans le monde des adultes, de la compétition, il découvre que les rôles admis et auxquels il croyait sont incompatibles avec ceux qui lui permettront de réussir. Désireux de continuité et d'authenticité, il risque d'être déçu. Le cloisonnement des générations n'aide pas à passer d'une étape à l'autre.

La question de l'adolescence est récente : elle ne préoccupe les politiques que depuis quelques années. Principalement depuis que l'on entend parler des adolescents délinquants. Alors, tout à coup, on met en place des structures d'accueil, des suivis spécifiques, des classes de soutien scolaire, des commissions d'étude, etc. Pourtant, au niveau de la médecine, par exemple, il y a une médecine de l'enfant, une médecine de l'adulte, une médecine de la personne âgée ... mais quelle médecine pour l'adolescent ? Il ne se reconnaît ni dans les services dédiés aux adultes, ni dans ceux des enfants. Comment bien le soigner si déjà on ne lui accorde pas de place propre ? Idem pour la justice qui répond aux délits des mineurs ou aux délits des majeurs ... mais entre les deux ?

Ce soir, je vais donc vous présenter la problématique adolescente, avec ce qu'elle comporte de complexe et de passionnant à la fois. Qui peut prétendre avoir passé son adolescence sans encombre ? L'adolescent inquiet, il questionne, il remue, il dérange, il pousse à bout, il revendique, ... mais qui est-il exactement ? Que vit-il dans son corps ? Que vit-il dans sa tête ?

Et les parents : comment vivre ce passage des ados sans y perdre la tête ? comment agir face à leurs provocations ? Comment comprendre leurs choix parfois si éloignés des nôtres ? Certes, aujourd'hui, les spécialistes préfèrent parler de processus adolescent plutôt que de crise, il n'en est pas moins vrai que ce passage peut laisser des traces.

1. Avant l'adolescence

La découverte de la sexualité infantile est un des points de départ de la psychanalyse freudienne. Deux temps forts s'en dégagent : un premier se situe entre la période oedipienne et l'entrée dans la phase de latence, puis un second démarre avec la puberté. Tout se prépare dans l'enfance, mais tout se joue à l'adolescence. Le processus de l'adolescence découle des stades précédents du développement. A ce titre, il est important d'en faire un rapide rappel.

a- Le stade oral (0-8 mois¹) est caractérisé par la fusion mère-enfant : l'enfant n'a alors aucune conscience d'individuation. Son activité sexuelle est centrée sur l'activité buccale, le nourrisson trouve son plaisir dans la succion, le suçotement et le jeu des lèvres. « La succion et le suçotement qui existent déjà chez le nourrisson, qui peuvent subsister jusqu'à l'âge adulte et même parfois toute la vie, sont constitués par un mouvement rythmique et répété des lèvres, qui n'a pas pour but l'absorption d'un aliment. Une partie des lèvres, la langue, une autre région de la peau, souvent même le gros orteil, deviennent les objets de la succion (...) La volupté de sucer absorbe toute l'attention de l'enfant, puis l'endort ou peut même amener des réaction motrices, une espèce d'orgasme »².

b- Le stade anal (8-18 mois) apparaît à peu près en même temps que le stade du miroir. La zone érogène se déplace des lèvres vers l'anus : le bébé trouve un plaisir dans l'activité de défécation et prend conscience de son pouvoir sur sa mère. Un jeu de don et de rétention se met en place en relation à la mère et à l'entourage : « Les enfants qui utilisent l'excitabilité érogène de la zone anale se trahissent parce qu'ils retiennent leurs matières fécales, jusqu'à ce que l'accumulation de ces matières produisent des contractions musculaires violentes et que, passant par le sphincter anal, elles provoquent sur la muqueuse une vive excitation »³. Il prend conscience de son individuation et se reconnaît dans le miroir (narcissisme primaire).

c- Le stade phallique (18 mois-3 ans) est un prélude à la période oedipienne. Il se caractérise par l'entrée en activité des zones génitales et en particulier par une activité masturbatoire intense : « la vie sexuelle de l'enfant comporte une série de tendances partielles s'exerçant indépendamment les unes des autres et utilisant, en vue de la

¹ Les âges proposés ici sont donnés comme des repères théoriques. Ils sont voués à varier selon les individus.

² Freud, *Trois essais sur la théorie de la sexualité*.

³ *Trois essais*, pp.79-80.

jouissance, soit le corps même de l'enfant, soit des objets extérieurs. Parmi les organes sur lesquels s'exerce l'activité sexuelle de l'enfant, les organes sexuels ne tardent pas à prendre la première place »⁴.

d- La période oedipienne voit les pulsions sexuelles et l'érotisme se centrer sur le phallus, ce qui déclenche le dilemme " en avoir ou pas ". L'enfant investit ses parents de différente façon s'il est une fille ou un garçon. Dans un schéma simple, le garçon investit sa mère et vit l'angoisse de castration ; la fille se détache au contraire de la mère et veut avoir son père pour elle seule. Cette période voit s'organiser les interdits de l'inceste et du parricide.

e- La période de latence (environ 5-11 ans) correspond à une mise en sommeil des pulsions sexuelles. En apparence, il ne se passe rien. En réalité, toute son énergie est consacrée à la socialisation, la scolarisation, l'intégration des règles du milieu, etc. L'enfant découvre le monde extérieur et cela " occupe " ses pulsions.

Cette succession théorique de phases chronologiques n'est pas sans laisser des traces de frustrations, de traumatismes. Elle ne se fait pas à la même vitesse chez chacun des sujets, elle peut marquer des pauses du développement par fixation : le Moi se construit à coup d'avancées inégales, dans une certaine discontinuité. C'est à l'adolescent d'accomplir une synthèse du passé avec le présent et d'anticiper l'avenir (tâche extrêmement complexe pour lui) en opérant une intégration du Moi et en organisant ses pulsions. C'est en trouvant comment harmoniser le passé avec cette dernière phase de l'enfance, l'adolescence, qu'il parviendra à en sortir.

2. La question des limites

A la question de l'âge de l'adolescence, aucune réponse n'est clairement apportée par les chercheurs. On s'accorde uniquement sur l'idée que chaque individu suit son propre rythme sans qu'aucune loi ne puisse être énoncée. Par exemple on constate que l'apparition des règles chez les filles est de plus en plus précoce (10 ans) alors que la dépendance aux parents est de plus en plus longue (études longues, prix des logements trop élevés, accès difficile au marché du travail ...).

⁴ Freud, *Introduction à la psychanalyse*.

Le début de la puberté est le déclencheur physique du processus psychique de l'adolescence⁵. L'apparition des signes sexuels secondaires marque la fin de l'enfance. En outre, on sait depuis Freud, que l'adolescence est marquée « par *la fin de l'autoérotisme de l'enfance* »⁶ : le sujet découvre que la relation à l'autre peut apporter un nouveau plaisir, et les zones érogènes se concentrent dorénavant sur la sphère génitale. Les traces laissées par l'autoérotisme de l'enfance sont élevées au niveau de la relation objectale.

Mais cela ne permet pas encore de donner un âge précis et unique pour tous : « les données chronologiques peuvent varier pour chaque individu du fait de l'influence soit de facteurs internes, génétiques, fournis par la date du début des pubertés familiales, ou liées à l'existence d'une maladie chronique, soit de facteurs externes (socio-économiques, sportifs, nutritionnels, voire géographiques) »⁷. C'est encore plus compliqué pour la fin de l'adolescence, puisqu'il n'y a aucune marque physique qui annonce l'entrée dans l'âge adulte. Dès lors que les caractères sexuels secondaires sont apparus, le corps du jeune EST un corps d'adulte. Il est un corps mûr, capable de procréer. Dorénavant, il ne subira plus d'autre transformation que la lente marque du temps, jusqu'à l'impossibilité physique de procréer (bien que cette limite soit encore repoussée par la médecine : voir les récentes « mères » de 45-50 ou 60 ans ... mais ceci est un autre débat !).

Ce que nous pouvons dire de la fin de l'adolescence se situe donc au niveau psychique : *un jeune devient véritablement adulte lorsque ses représentations de soi et des objets ont acquis « une permanence et des limites stables », c'est-à-dire lorsqu'il est « capable de résister aux changements d'investissement ».*

3. Les enjeux du « processus adolescent »

a. Accepter sa métamorphose physique et son identité sexuelle

Comme nous l'avons vu, une des ruptures de l'adolescence consiste à accepter son corps sexué et son corollaire : l'identité sexuelle. Mais ces deux mouvements ne vont pas nécessairement ensemble : accepter son corps est accepter son identité sexuelle n'est pas toujours simultané.

Que se passe-t-il au niveau corporel ? la puberté se manifeste par une forte poussée hormonale et amène une transformation radicale. Les caractères sexuels secondaires sont profondément modifiés : c'est l'apparition des règles et de la poitrine chez les filles, la mue

⁵ P. Jeammet, *Adolescences*.

⁶ S. Freud, « Transformations psychiques de la puberté » (1905)

⁷ J.-E. Toubanc, « Les transformations de la puberté ».

pour les garçons, la pilosité, une croissance fulgurante, la soudure des cartilages de conjugaison, etc. L'adolescent ne reconnaît plus son corps qui se modifie à vue d'œil. Ce qu'il voit dans son miroir est le corps d'un adulte qu'il ne re-connaît pas. Sa motricité est également profondément transformée, il ne sait pas trop quoi faire de ces longs bras, quant à elle, ses hanches ne lui permettent plus de rentrer dans ses pantalons filiformes.

Dans ce remaniement général, le psychisme n'est pas en reste. Bien souvent la maturation psychique n'a pas le temps de suivre la maturation physique, ce qui déclenche une grande maladresse et une honte de cette maladresse. Or les adultes ont oublié ces difficultés bouleversantes liées à de tels changements du corps, justement parce qu'ils sont sortis de ce processus. Bien souvent, ils ont oublié les souffrances et les peurs qui y sont attachées justement parce que c'est le cheminement habituel d'aller vers l'avant.

En fait, ce que l'adolescent découvre au cours de sa progression, c'est une nouvelle conception de la séparation des sexes. Il prend conscience que le monde ne se scinde pas en forts (phalliques) et faibles (castrés), mais que outre le phallique et la castré, il y a du masculin et du féminin. Il avait déjà commencé à sentir cette distinction au moment de l'Œdipe, mais maintenant, il en a la confirmation. Cette rencontre du sexué par l'intermédiaire du génital révolutionne sa perception du monde qui l'entoure et l'amène naturellement à s'interroger sur sa place dans ce monde.

Quelle différence entre *vie sexuelle* et *vie génitale* ? La première commence à la naissance et ne s'achève qu'à la mort. Son seul but est d'obtenir du plaisir par le contact de diverses zones érogènes avec un objet de plaisir tel que son propre corps comme le pouce dans la bouche (autoérotisme), le corps des parents à l'exception des parties génitales : caresses, peau à peau, portage (alloérotisme incestueux), ou le corps d'autrui en tant que porteur d'organes génitaux : relation sexuelle (alloérotisme sexuel). Tous ces corps sont réels ou fantasmés.

La seconde éclot à la puberté avec la découverte de l'orgasme lié au corps d'autrui. L'adolescent découvre un mode de satisfaction jusque là inédit. Ce plaisir nouveau réactive soudainement l'ancienne sexualité prégénitale avec en plus une brusque éruption de la troublante poussée génitale. C'est une véritable explosion libidinale : elle affole le corps du jeune. Les comportements violents et soudains caractéristiques de cet âge ne sont autres qu'une tentative d'apaisement de cette explosion interne. Le Moi, non préparé à cette épreuve, est dans l'incapacité de maîtriser ce qu'il convient d'appeler une « marée pulsionnelle », et toutes les défenses mises en œuvre vont être autant de tentatives vaines pour la stopper. Il en découle une grande souffrance, à la fois transitoire et normale. Une réélaboration du narcissisme primaire peut l'aider en retour à se structurer.

b. Réaliser le couple séparation / individuation de façon harmonieuse

Pour devenir adulte, le jeune doit revivre une seconde fois le processus d'individuation - séparation déjà connue entre 0 et 3 ans et revivre l'angoisse de séparation (angoisse existentielle originelle) qui l'accompagne.

Quelle différence entre *individuation* et *individualisation* ? L'individualisation se fait en rapport au monde extérieur. Elle est un mouvement d'isolement et de séparation des autres. Le nourrisson ne différencie pas, dans les premiers temps de sa vie son être de celui de sa mère. Peu à peu, dès que son Moi est constitué, il opère une distinction entre lui et l'autre : il s'individualise. Celui qui s'individualise met en évidence son autonomie et ses particularités par rapport aux autres. Au contraire, l'individuation est un processus interne. C'est une réalisation du Soi par l'assimilation et l'intégration de son inconscient et de son être total (corps et psychisme). C'est l'in-division au sens de « qui n'est plus divisé ». S'individualiser, c'est rester en contact avec le monde qui fait notre réalité quotidienne, et en même temps se rendre réceptif à tous les signes extérieurs, naturels ou humains. Dans ce long mouvement d'individuation (toute la vie), deux phases de séparation – individuation sont plus marquantes : une première se produit au moment où est atteinte la permanence de l'objet (environ 3 ans), une seconde au moment de l'adolescence ; elle constitue véritablement l'adolescence. En fait, ce que vit le jeune à ce moment de son évolution est un pic d'un phénomène habituellement sur un rythme lent et progressif. On ne s'étonnera donc pas qu'il agisse de manière apparemment insensée : son intérieur est extrêmement perturbé et surtout il n'a aucune prise sur lui. Ses actes violents, soudains et agressifs (tentatives effrénées d'individualisation) sont des traductions maladroites d'un mouvement qui devrait être celui d'une individuation. Elles traduisent une déliaison pulsionnelle : le processus de liaison entre les pulsions et ses représentants défont.

Ce « second processus d'individuation », tel que le nomme P. Blos⁸, permet d'éclairer les modifications structurales inhérentes au processus d'adolescence. Blos explique que « la régression moïque et pulsionnelle (à l'adolescence) est un passage obligé du développement normal »⁹. Le paradoxe de l'adolescence consiste en ce que, pour évoluer, il doit passer par *une phase de régression*, par une sorte de progression rétroactive qui va permettre d'éclairer le passé à la lumière du présent traumatique de la puberté. « La restructuration du psychisme par le biais de la régression représente la tâche développementale essentielle de l'adolescence (...). Seule la régression permet de modifier les résidus des traumatismes, conflits ou fixations infantiles, en les amenant sous le primat des nouvelles ressources du Moi qui connaît à ce moment là un accroissement phénoménal

⁸ P. Blos, « The second individual process of adolescence » (1967).

⁹ *Ibid.*, p.120.

sur le plan de sa maturation »¹⁰. Les bases structurelle, organisationnelle et fonctionnelle apportées par le Moi parental sont revues et les défauts ou qualités d'origine sont mis au jour. « Ce n'est souvent qu'à l'adolescence que les défauts du Moi deviennent apparents, quand la régression n'est plus au service d'un développement progressif mais qu'elle fait obstacle à l'individuation et interdit toute maturation pulsionnelle et moiïque »¹¹. En fait, c'est sans cesse qu'il faut revivre son enfance pour devenir adulte. A chaque instant. C'est le seul moyen pour que cela ne se fasse pas dans une rupture radicale et violente. A chaque retour correspond un remaniement des fantasmes, une atténuation de la nostalgie, une usure du lien à l'enfance. C'est un apprentissage lent pour nommer l'autonomie et accepter de n'être qu'un individu parmi d'autres, d'être homme ou d'être femme. Bref, d'être soi.

Mais la régression n'est pas toujours constructive. En effet, P. Blos distingue la régression normale de la régression pathologique : la régression normale favorise le développement du sujet, elle est « au service du développement », alors que la régression pathologique est celle qui se fera « vers un défaut grave du Moi de la prime enfance ». Elle va « entraîner une impasse développementale et des manifestations psychotiques, transitoires ou durables » (p.134). Finalement, elle œuvre contre l'individuation. La réussite ou l'échec de l'individuation, la réussite de la construction de son propre Moi (détaché de celui de ses parents) dépend donc en partie de ce que ses parents lui ont transmis au départ. S'il a de mauvaises bases narcissiques, le jeune sujet aura plus de difficulté à se construire un Moi stable et solide. Il risque de se fixer à ces mouvements régressifs (normalement passagers) au lieu de poursuivre sa progression. Si le sujet reste fixé au stade oral, c'est qu'il est resté en fusion avec la mère, cela peut donner des formes graves de psychose comme la schizophrénie. S'il est resté fixé au stade anal, il sera dans l'impossibilité de construire sa personnalité, la narcissisation ne se fera pas bien (d'où des personnalités obsessionnelles s'il y a rétention, ou au contraire des personnalités généreuses s'il y a don). S'il est resté fixé au niveau du complexe d'Œdipe, cela pourra déclencher des névroses (angoisse de castration, phobies, hystérie). S'il est resté fixé au niveau de la période de latence, il intellectualisera tout et niera toute sexualité. Une fixation trop durable interrompt le développement normal de l'adolescent.

c. Faire face aux bouleversements émotionnels et affectifs

Les désirs, les instincts et les pulsions se développent chez le jeune quantitativement et qualitativement, ce qui déclenche des tensions internes : tous les conflits vécus depuis

¹⁰ *Ibid.*, p.129.

¹¹ *Ibid.*, p. 134.

l'enfance jusqu'à la période de latence se rejouent (on peut ainsi récupérer des étapes ratées dans l'enfance).

Les bouleversements affectifs et émotionnels qui accompagnent cette période de vie sont caractéristiques. Nous sommes en plein chaos, en pleine instabilité, en plein cœur de la non linéarité. La progression peut aller très vite, puis se stopper ou même régresser à un stade de l'enfance, comme nous allons le voir plus loin. Le jeune devient hyper sensible et vulnérable, puis l'instant d'après agressif et vindicatif. Cela dérouté autant le jeune que son entourage, car personne n'y comprend rien.

De cela découle une modification significative des distances relationnelles aux adultes investis, en particulier les parents. L'adolescent affirme ses différences afin de vivre ses pulsions dans un corps d'adulte, tout en continuant à se nourrir des échanges dont il a encore besoin avec eux. Ne parvenant plus à mettre une distance psychique entre lui et les adultes proches, il va utiliser son corps comme une carapace (mutisme, raideur, ...), et la gestion de l'espace comme une défense (claquements de porte, enfermement dans la chambre, volte-face, ...). Ce déséquilibre entre son besoin d'appui solide et son besoin d'éloignement se traduit par un vécu d'agression constante. La corporéité même des parents l'agressent, il ne les supporte plus, il ne supporte plus leurs « bruits », leur vie, leur être. Ils sont « nuls » et ne comprennent rien, ce ne sont que des « vieux cons ».

d. Trouver une image de soi satisfaisante (Idéal du Moi)

Puisque son image du corps est bouleversée, c'est dans l'autre qu'il va chercher son image. Cette phase de consolidation du Moi voit le jeune faire des choix personnels - du point de vue de son caractère, mais aussi du point de vue amical, amoureux ou professionnel - et s'individualiser. C'est la période des affiches placardées sur les murs de sa chambre, de la musique écoutée à fond, des amitiés fusionnelles, des choix vestimentaires surprenants ... L'adolescent cherche de toute part des modèles qui l'aideront à se construire un Moi adulte. Ses choix peuvent paraître totalement insensés pour l'entourage qui le voit agir, car s'il le peut, il fera des choix aux antipodes des habitudes familiales, pour bien marquer sa différence et son indépendance naissante. Le milieu familial lui paraît trop étiqueté, il a le sentiment d'en avoir fait le tour, et que ce n'est pas là qu'il trouvera ce qu'il cherche. Il part en quête de modèles extérieurs alors que c'est lui-même qu'il cherche. Sa quête peut être maladroitement, désespérée, incomprise, parfois, et c'est là que la finesse de l'entourage fera toute la différence.

Finalement, l'*adolescence* est marquée par un travail de deuil : le jeune doit faire l'expérience de la rupture avec son enfance. Sa puberté lui a indiqué qu'il devra quitter sa famille pour aller vivre sa propre vie, trouver sa propre place sociale et construire sa propre identité. L'adolescent peut rester dans le souvenir d'objets perdus, en même temps, il essaie de se libérer de l'emprise parentale, de se désengager des liens infantiles. La remise en cause de l'image parentale idéalisée jusqu'alors s'accompagne tout naturellement d'une révolte et de mouvements contradictoires vis à vis des autres, notamment les parents et les symboles qu'ils investissent. C'est l'apogée de la crise, le renforcement des défenses à l'égard des objets et des pulsions. L'adolescent doit gérer une certaine distance affective dans son choix de l'identification (au père, à la mère ou aux deux) afin de régler définitivement le complexe d'Oedipe¹² : il s'agit maintenant de faire une synthèse entre les sentiments de tendresse vis-à-vis des parents et l'érotisme de plus en plus prégnant (pulsions sexuelles). Si l'adolescent échoue dans cette progression, s'il ne parvient pas à se situer dans cette synthèse, cela peut l'amener à manifester des troubles du comportement, voire à mettre sa vie en danger.

4. Les troubles du comportement de l'adolescent.

On l'a bien compris, cette entrée dans le monde de l'adulte se traduit par un effort de création d'une nouvelle organisation de la personnalité¹³. L'adolescent doit sortir progressivement de cet entre-deux corporel, générationnel, psychique qui le fragilise dans ses modes de penser, d'agir, d'aimer, d'être ... Il doit poser l'armure qu'il s'était construite pour se protéger de l'extérieur et trouver les parures de son Moi adulte. C'est là toute la difficulté : grandir au risque de perdre une partie de soi, ou rester enfant et tomber dans la pathologie ? C'est pour grandir à son rythme que le jeune va effectuer des allers-retours incessants entre ses deux identités.

Tous les adolescents souffrent alors plus ou moins d'angoisses : il y a l'angoisse " normale " consécutive aux transformations corporelles et affectives de la puberté (angoisse de perte), à la peur du lendemain et de l'inconnu. Cela génère des sautes d'humeur et des micro-passages à l'acte, souvent étayés par l'entourage proche. Mais il y a aussi l'angoisse " pathologique ", chez celui ou celle qui ne peut pas suffisamment régler ces tensions à travers les liens humains. Elle marque l'incapacité temporaire à contrôler les mouvements paradoxaux de progression et de régression. C'est pourquoi l'adolescent est l'être de tous

¹² Voir la conférence sur l'Oedipe présentée le 17/01/07.

¹³ S. Lebovici, B. Diatkine, M.Soulé, *Traité de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent*.

les risques. Je vous propose d'explorer six comportements les plus courants : la sur-adaptation à la réalité extérieure, la dépression, le passage à l'acte, les conduites à risque, les conduites addictives, et le suicide.

a- La sur-adaptation à la réalité extérieure.

Elle peut se traduire par l'intellectualisme, l'ascétisme, l'ésotérisme, etc. Le jeune choisit de « rentrer dans le moule » que l'on a façonné pour lui, en allant même au-delà de la demande inconsciente de son entourage. Un jeune trop sage, extrêmement discret, brillant à l'école, n'est pas forcément un jeune épanoui.

b- La dépression.

L'adolescent fait l'expérience du vide intérieur. Il est accablé à l'idée de quitter le cocon familial et de construire sa propre identité, bloqué par la peur de décevoir son entourage, à l'extérieur de lui, et ses idéaux, à l'intérieur de lui. Pris au piège de ses angoisses, il préfère ne plus avancer plutôt que de risquer l'échec. Les deux espaces de vie –intérieurs et extérieurs- apparaissent hostiles. De là découlent deux types de symptômes chez l'adolescent dépressif : d'un côté le repli sur soi ou l'abandon de la relation, de l'autre l'agressivité vers l'autre ou l'irritabilité. Il peut exprimer son passage dépressif d'un côté comme de l'autre, successivement ou conjointement. L'adolescent ne trouvant pas d'autre alternative au renfermement sur lui-même que l'attaque de l'autre, cet adulte qui ne comprend rien, et qui, comme par hasard, semble avoir une amnésie totale de ce qu'il a lui-même vécu à ce moment.

La dépression traduit un refus de la nécessité, pour grandir, de rompre avec une partie de soi, doublé d'une perception très négative de soi. La mésestime de soi est au cœur de la dépression. Ce nouveau corps ne lui plaît pas, il ne sait pas quoi en faire, ni comment le bouger. Il est à la fois mal dans ce corps qui le trahit et mal dans ce mental qui ne trouve pas de solution.

Si la dépression est souvent une simple étape dans la construction du sujet, elle peut aussi mener à des mises en acte ou en corps.

c- Le passage à l'acte.

Il apparaît lorsque l'adolescent ne parvient pas à trouver la bonne distance entre lui et ses parents. Il exprime ses émotions par un acte qui peut être de tout ordre : une rupture scolaire traduit, par exemple, une volonté de marquer une rupture avec les parents mêlée à

un désir de les satisfaire. La fugue traduit quant à elle une fuite devant les tensions internes : le jeune assure dans la réalité la distanciation dont il a besoin, il s'éloigne de sa famille pour trouver son identité, il cherche à changer sa position dans le désir de ses parents. Pour certains, l'indépendance n'est pas sans occasionner des dommages psychiques à la mère : pour " mettre à mal l'enfant immortel du désir de sa mère " (S. Leclaire, *On tue un enfant*), il trouve comme seule issue le crime, la mort.

d- Les conduites à risque

Dans les conduites à risque, les adolescents tentent de trouver leurs limites et de les repousser tout en essayant de s'affirmer. Cela peut être une recherche de plaisir intense, de sensations fortes, ou un défi à la mort. Le risque peut être reconnu et assumé (consommation de drogue, course de voiture) ou au contraire invisible et sous estimé (alcoolisme de week-end, vitesse au volant, sport dangereux, relations sexuelles non protégées ...). La prise de risque peut revêtir l'apparence d'un rite de passage, c'est-à-dire une transition symbolique marquant la fin de l'enfance et l'entrée dans l'âge adulte. Dans ce cas, la conduite à risque sort volontairement de toute codification ou de tout cadre, elle a pour seul but de favoriser l'appartenance au groupe des adultes, mais elle peut également les compromettre en raison des conséquences graves qu'elles peuvent entraîner (handicap, problèmes judiciaires, etc.).

Note : La conduite à risque sexuelle peut être la conséquence d'un choc vécu lors d'une première rencontre sexuelle qui a réactivé l'angoisse du complexe d'Oedipe.

e- Les conduites addictives.

Elles traduisent une dépendance à l'égard d'un besoin impérieux et de l'objet susceptible de le satisfaire (alcool, drogue, médicament, nourriture, jeu, travail, etc.). Ce besoin de satisfaction immédiate donne un *sentiment de triomphe* instantané. L'objet doit être *disponible, renouvelable et maîtrisable* ; le plaisir de possession est solitaire et interminable. Le revers est qu'il laisse toujours un vide : l'arrêt brutal provoque une dépression, un arrêt lent et progressif provoque une angoisse. Le jeune, pour éviter de tomber dans un comportement addictif, doit pouvoir dissocier *désir* (ouverture vers l'extérieur) et *besoin* (tension interne). Un adolescent qui a une conduite addictive a raté quelque chose dans cette dissociation. Si cette relation à l'objet échoue lors de la petite enfance, elle peut se rejouer à l'adolescence. Si elle échoue à nouveau à ce stade, il aura alors très certainement une conduite addictive.

f- Le suicide.

Seconde cause de mortalité chez les jeunes après les accidents, la tentative de suicide est l'une des épreuves les plus importantes à traverser, pour le jeune autant que pour ses parents. Le geste n'exprime pas la même chose chez le jeune garçon que chez la jeune fille : le jeune garçon ne rate que rarement son acte, alors que la jeune fille fait plus souvent des « appels à l'aide » par des tentatives qui ne sont pas forcément à visée mortelle (deux fois plus de filles que de garçons font une TS, le garçon réussit deux fois plus). La tentative de suicide marque une volonté de rétablir une relation aux autres.

Paradoxalement, le suicide traduit chez l'adolescent un désir de vie. Ce sont souvent les conditions d'impasse, doublées d'un sentiment d'isolement, qui lui font choisir cette solution finale. La vie qui se dessine à lui ne lui convient pas et il ne parvient pas à tracer la voie d'un autre chemin. Il supporte mal l'angoisse de séparation et ne parvient pas à se constituer une personnalité stable. Mais il ne veut pas mourir. Il veut vivre attaché à l'objet imaginé et surévalué. Il est pris entre le désir formulé par ses parents et les siens, et il a peur de décevoir.

Un autre aspect du suicide est aussi celui du seul recours de réappropriation de son corps : paradoxalement, c'est en le détruisant qu'il va se réconcilier avec lui. Cette dimension apparaît principalement chez les jeunes confrontés à une émergence brutale du sexuel (agression sexuelle, ...).

Un troisième aspect est celui du déni de la mort. Par idéal d'éternité, par refus de sa place dans la généalogie, il convoque la mort pour s'ancrer dans la vie éternelle, sans risque de déception.

Par son comportement plus ou moins déviant, plus ou moins dangereux pour lui, l'adolescent pousse les adultes à réagir. Il les pousse à répondre, à se positionner. Il les interpelle. Il voudrait de l'aide mais ne veut surtout pas l'avouer. De toute façon, personne ne peut le comprendre : « Vous êtes tous des vieux cons ».

5. Le rôle juste des vieux cons

a- Quand l'adolescent pousse à bout ...

On l'a vu, l'adolescence est un processus, un remaniement compliqué, une réécriture de l'identité du sujet, bref, un travail plus ou moins long et douloureux selon chaque individu et chaque famille. Elle n'est pas seulement l'épreuve d'un sujet, mais celle d'un sujet dans sa

famille, celle d'un sujet ET de sa famille. Les découvertes qu'il fait à ce moment de son existence mettent à mal tout *l'équilibre* établi pendant une dizaine d'années avec plus ou moins de facilité. Il va utiliser son entourage proche (avec ou sans leur accord !) pour vivre ouvertement sa rupture avec son enfance. Brutalement, la famille doit délimiter de nouvelles frontières pour permettre à l'adolescent de partir et de revenir. Chaque membre va ainsi devoir revoir sa place, son rôle, ses investissements vis-à-vis du monde extérieur. C'est sans compter l'évolution propre de chacun : dans le cheminement parental, c'est souvent le moment d'un bilan de sa propre vie (professionnelle, conjugale, familiale). Il prend conscience qu'il n'a pas encore réalisé tous ses rêves et que le temps presse. Il réoriente éventuellement sa vie vers de nouveaux objectifs, et naturellement, les enfants ne sont plus au centre de son projet. Ils sont « grands ». Les adolescents réagissent souvent mal à cette nouvelle émancipation (en particulier celle de la mère) : ils considèrent normal de partir, mais ne supportent pas la réorganisation familiale qui confirme et encourage ce départ.

C'est là toute l'importance pour les parents de rester et d'accepter ce rôle, peu valorisant certes, mais non moins important pour l'évolution de l'enfant, de « vieux cons ». Nous parlions plus haut des limites propres à l'adolescence (en âge), mais il faut aussi rappeler le besoin de limites psychologiques externes. Les adultes positionnés face à l'adolescent doivent être extrêmement clairs dans leur rôle. Ils ne sont ni le copain, ni le confident, ni le grand frère. Pour devenir adulte, l'enfant a besoin de piliers solides sur lesquels s'appuyer. D'un punching-ball résistant sur lequel taper (symboliquement, bien sûr !) Il a besoin d'un environnement qui lui permette d'exprimer un certain niveau de conflit, d'évacuer les tensions internes qui le rongent. Céder à la tentation de la fuite ou du relâchement de la part des parents reviendrait à nier l'évolution vitale de son enfant. Le but étant de ne pas tomber dans la rigidité. Les limites posées par les parents aident l'adolescent à se sentir en sécurité.

Les stratégies mises en place par l'adolescent sont multiples : changement de look, fréquentations douteuses, verbalisation grossière à tendance agressive, manque d'hygiène, nuits passés dehors, fugues, consommation excessive d'alcool ou de drogue (si possible à la vue des parents) ... Tout ce qui va faire bouger son entourage, et si possible violemment, est volontiers adopté.

« Les adolescents commencent à développer leurs propres idées et leurs propres théories à propos du monde. Ils perçoivent de façon plus aigüe les qualités et les défauts de leurs parents. Ils intègrent certaines de leurs caractéristiques et en rejettent d'autres. Ils recherchent un modèle, des idées auxquelles croire, et en même temps redoutent de perdre leur identité en acceptant les croyances et le style de vie d'un autre ... Cela se traduit par des changements d'intensité dans la relation avec ses parents et même parfois avec sa fratrie. Une petite sœur pourra être pour un temps la confidente, puis être totalement ignorée par la

suite. »¹⁴ En fait, pour permettre une individuation, la famille doit trouver un équilibre entre souplesse et rigidité. Les limites doivent être fermes, mais pas bloquées ... Tout un art !

b- L'ado : un être sexualisé

Un des challenges des parents est de faire face à cette émergence de la sexualité de leur adolescent et d'accepter de lâcher prise sur ce domaine qui n'appartient qu'à lui. Cela transforme tout à la fois l'adolescent, le regard que l'on porte sur lui et la place qu'il acquiert dans la famille. La sexualité nouvelle de l'adolescent a autant d'influence sur la famille (frères, sœurs et parents) que la famille sur sa sexualité. Lorsqu'il commence à faire l'expérience de la sexualité, une porte se ferme entre lui et ses parents (pudeur, appropriation de sa propre vie, ...). C'est une frontière saine qui s'est installée progressivement tout au long du processus d'individuation/séparation et qui s'est préparé depuis la naissance. L'avènement de la sexualité de l'adolescent détruit définitivement en lui sa part enfant, le promeut au statut d'adulte. Cela induit directement de trouver un nouveau mode de relation avec les autres (en particulier les parents).

Remarque : l'émergence de la sexualité de l'adolescent peut être une stimulation pour ses parents et peut expliquer les liaisons extraconjugales débutant à cette époque pour les parents, ou encore leur recherche d'amant plus jeune.

Si les parents sont à l'aise avec leur propre sexualité, ils auront moins de difficulté à lui poser des limites réalistes à l'intérieur desquelles il pourra s'exprimer et expérimenter ce nouvel aspect de sa vie. Dans ce contexte, de petites transgressions peuvent être tolérées. Nier la sexualité de l'adolescent risque de le pousser à développer une inhibition sexuelle, ou au contraire à vivre une sexualité précoce, voire à adopter des attitudes de mise en danger. C'est à chaque famille de jauger les limites acceptables selon chaque enfant, et selon les circonstances. Dans une même famille, une adaptation à chacun des membres de la fratrie est essentielle : certains enfants sont plus mûrs, d'autres moins inhibés, ...

6. Conclusion

Finalement, l'adolescence est une période d'indécision subjective durant laquelle la famille et l'entourage exigent, au gré des circonstances, que le sujet se reconnaisse soit comme enfant, soit comme adulte. Au niveau du psychisme, l'entrée dans le monde de l'adulte est marquée par une capacité à prendre ses responsabilités et s'affirmer dans ses

¹⁴ M.C. Cabié, « Adolescence et cycle familial existentiel », p.22.

orientations. Le moi se réorganise, se consolide, les défenses s'assouplissent et s'adaptent. Sur le plan du fantasme, les parents sont morts.

Dans la réalité, le bouleversement touche autant les parents que l'adolescent lui-même. Quelles décisions prendre ? Quelle voie choisir ? Quelle relation mettre en place ? Jusqu'où peut-on aller ? ... Ces questions peuvent être attribuées autant à l'adolescent qu'à ses parents ! Chacun de leur côté, ils vivent le même cataclysme, les mêmes interrogations, les mêmes doutes. Chacun doit revoir sa copie à coup de négociations, de discussions, de rappel du cadre, de sentiments d'échec parfois. La base, me semble-t-il, étant le respect des valeurs de la famille, le respect de chacun, le respect de l'évolution de chacun, ... et une bonne dose d'humour et de patience !

Dans la majorité des cas, en effet la crise ne dure pas, et son issue est un succès. Pour autant, si la crise perdure et que le sentiment des parents est à la noyade, alors mieux vaut se faire accompagner par un professionnel. L'intervention d'un tiers neutre et bienveillant peut permettre à l'adolescent d'évacuer un trop plein ingérable dans la cellule familiale, et indirectement de soulager la famille entière. Elle peut accompagner la famille dans un temps donné, vers plus d'individuation et une séparation juste. Enfin, elle prépare aussi à passer à l'étape existentielle suivante.