

L'adolescence : un passage obligé souvent difficile à vivre.

L'adolescence débute à l'âge de la puberté physiologique entre 9 et 14 ans pour le garçon, et entre 8 et 13 ans pour la fille. Elle est caractérisée par une transformation rapide et globale du corps entier, c'est-à-dire non seulement un bouleversement hormonal, corporels, physiologiques, mais également des modifications du système neuronal extrêmement rapides.

Les transformations psychologiques obéissent au même caractère imposé, obligatoire et sans espace de choix (et par projection le monde qui l'entoure).

Sur le plan affectif, l'adolescent est pris dans un conflit oscillant entre la contradiction et le paradoxe. Ce conflit colore son rapport à lui-même et aux autres. Aucun élément du contexte de vie de l'adolescent (famille, sorties, scolarité, formation professionnelle, relations amicales ou amoureuses) n'y échappe.

L'adolescent est tiraillé par deux contraintes aussi impérieuses l'une que l'autre : son besoin de liberté, d'indépendance et son besoin d'attachement, de limites et de dépendance.

Ce conflit s'exprime souvent par l'opposition : sortir avec les ami(e)s/rester avec les parents. « Ne plus être considéré comme un enfant et pouvoir venir se blottir dans les bras de maman ou s'asseoir sur les genoux de papa ». Pour l'adolescent, la difficulté majeure réside dans l'impérieuse nécessité d'élaborer psychiquement et de verbaliser ces intenses besoins contradictoires afin de les rendre supportables. Ainsi s'engendrent les distances affectives paradoxales, les doutes sur la confiance de base, les révoltes contre les contraintes, les changements et les expressions étranges de besoins simultanés d'appartenance et de distinction. C'est cette difficulté à conscientiser, à dire tous ces ressentis chargés d'émotions ou d'angoisses du fait de leur intensité qui explique la prépondérance de l'usage du corps dans l'expression du mal-être psychique de l'adolescent (plaintes somatiques, addictions, conduites à risques, comportements auto ou hétéro agressifs, troubles de l'alimentation,

problèmes gynécologiques par exemple). D'où l'importance de ne pas ignorer ni de sous estimer la nature psychique des troubles ci-dessous auxquels la psychothérapie constitue une réponse efficace.

1/ Dépendance (addiction) à un produit licite ou non (alcool, cannabis...) à des conduites (jeux vidéo, Internet, idéologie) à des personnes, ou conduites à risque.

2/ Troubles des conduites alimentaires : anorexie, boulimie.

3/ Toc et phobies : TOC, idées obsédantes, rituels et conduites de vérification, comportements compulsifs, perfectionnisme apaisant, troubles anxieux avec la honte d'en parler, cas particulier des phobies scolaires, angoisse de séparation.

4/ Dépression et tentative de suicide : 40 000 TS par an, 3 fois plus chez les filles que chez les garçons. La période critique se situe entre 11 et 14 ans. Le taux de TS est de 6,5 %. Le suicide provoque; 200 morts par an chez les 15-19 ans.

5/ Troubles bipolaires et schizophrénie : Bouffées délirantes aiguës.

De manière générale, il y a une vulnérabilité spécifique à cet âge. L'adolescent réclame une attention particulière des parents (ou d'adultes référents) tant sur le plan cognitif, qu'affectif, physique et social. Cette période est d'autant plus délicate à vivre pour la famille de l'adolescent si, dans le même temps, chacun des parents vit « une crise du milieu de vie », qui correspond à la réactivation de sa propre adolescence. Qu'il y ait séparation ou non, l'alliance du couple parental peut être remise en question, et cela entraîne des alliances, des couplages nouveaux et risqués père-fille, mère-fils par exemple. En fragilisant la différence des générations, cette crise peut affaiblir ou compromettre l'exercice des fonctions parentales de soutien et d'interdit. La rigidité autoritariste, le désintérêt, le copinage laxiste ou la démission sont autant de dérives possibles de parents confrontés à l'adolescent.