

« VOYAGE EN ADOLESCENCE »

Cette conférence, sur le thème de l'adolescence, organisée par EFA 94, le 17 octobre 2008, a été animée par le **Docteur Patrice Huerre, psychiatre des hôpitaux, psychanalyste, chef de service de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent dans les Hauts de Seine (EPS Erasme d'Antony)**. Le Docteur Huerre s'occupe d'adolescents depuis plus de 25 ans. **Coordinateur de la maison des adolescents du sud des Hauts de Seine, Psychiatre expert** pour les adolescents auprès de la Cour d'Appel de Versailles, il a également travaillé à la consultation filiations de Paris (COFI) sur les problématiques de l'adoption.

Il est l'auteur de nombreux ouvrages dont : « Voyage au pays des adolescents : 310 mots pour mieux se repérer » (Editions Calmann-Lévy), « L'adolescence n'existe pas : histoire des tribulations d'un artifice » (Editions Odile Jacob 2002), « Arrête de me parler sur ce ton » (Editions Albin Michel 2004), « Je m'en fiche, j'irai quand même ! Quelle autorité avec l'adolescent ? » (Editions Albin Michel 2006).

- **Evolution de la perception de l'adolescence chez les adultes.**

La question de l'adolescence, surtout depuis une vingtaine d'années, est devenue très sensible, et correspond à une tranche d'âge sur laquelle les adultes projettent beaucoup d'inquiétudes.

Pourtant, l'évolution du niveau de préoccupation des adultes ne semble pas corrélé à une augmentation des problèmes : on peut estimer que pour cette tranche d'âge, les pathologies graves sont minoritaires et que la proportion d'adolescents « allant bien » est de 90% . Il sera expliqué par la suite ce que veut dire « allant bien », en tenant compte du bouleversement intérieur que représente la puberté et en comprenant qu'une absence de « crise », une occultation des transformations nécessaires à la puberté, pourront être génératrices de crises ultérieures.

Ce qui a changé depuis la fin des années 60, c'est l'augmentation du désarroi des parents et des adultes en général (enseignants, ...) face aux adolescents. Auparavant, les parents s'appuyaient sur les repères éducatifs des générations précédentes, contre lesquels l'adolescent pouvait éventuellement se révolter, et se questionnaient peu. Aujourd'hui, les parents se sentent investis du devoir de faire au mieux pour chaque enfant, de trouver des réponses individualisées. Théoriquement tout semble ouvert, dans un idéal de bienveillance, où tout peut être discuté, et qui renvoie chacun à son rôle d'éducateur individuel. Mais un fossé se creuse entre des milieux plus favorisés pour lesquels cette liberté est utilisable, et les autres où ces mots d'ordre apparents de liberté ne sont pas applicables. De plus, les parents, tiraillés entre ce qu'ils pensent bien pour leurs adolescents et leur embarras à l'exprimer, sont dans le trouble et ce trouble est générateur d'angoisse chez leurs enfants, alors insécurisés.

On ne peut pas parler d'une démission parentale, mais d'une trop grande bienveillance qui stérilise l'action.

- **Du côté de l'adolescent : la question de la puberté.**

L'adolescence commence avec l'apparition de la puberté.

Actuellement, on voit apparaître des notions non fondées comme celle de pré-adolescence. On aurait pourtant intérêt à considérer les enfants comme tels, tant qu'ils sont non pubères, avant donc l'adolescence et les transformations du corps. Surtout que la période de latence, de 6 ans à la puberté, sera un élément déterminant pour une bonne approche de l'adolescence, en permettant de construire une bonne image de soi, et de s'initier à l'autonomie.

Qu'est ce qui change à la puberté ? Les transformations dont son corps va être le théâtre vont obliger l'adolescent à réorganiser son image de soi et sa vision des autres. Et cela à un rythme très rapide, très accéléré par rapport à celui des transformations de son esprit, ce qui va être générateur d'angoisses.

Comment apprivoiser l'image de cet être bizarre que renvoie désormais le miroir ?

Certains auront des comportements d'évitement (regard fuyant, cheveux dans les yeux), pour éviter de trouver dans le regard de l'autre le reflet de cet être nouveau ressenti comme non aimable. D'autres, au contraire, seront sans cesse à se scruter devant le miroir (d'où l'intérêt dans chaque foyer de posséder un miroir en pied caché derrière une porte de placard, pour permettre à l'adolescent de s'étudier tranquillement).

L'autre problème est celui de l'apparition de la sexualité génitale et de la possibilité de la reproduction, alors que l'on en est à mille lieux dans sa tête, ce qui est générateur d'un mélange de peur, de fascination et d'angoisse.

Face à l'apparition dans sa vie psychique d'idées nouvelles, de fantasmes agressifs et de pensées sexuelles, l'adolescent va mettre en place des mécanismes de défense. De telles pensées étaient déjà apparues à l'âge oedipien, mais la puberté survenue, ce qui n'était que du domaine de la pensée rejoint le domaine du possible. Face à ces pensées si menaçantes, à cet amour imaginaire devenu trop inquiétant, l'adolescent va mettre ses parents à distance pour les protéger, en les fuyant ou les maltraitant si cela est nécessaire.

Ces pensées si menaçantes peuvent conduire l'adolescent à des conduites inhibées permettant d'étouffer les idées dangereuses: on peut aider l'adolescent à sortir de ce processus d'évitement, en légitimant que l'on a droit de tout penser, mais pas de faire.

- **Difficultés à verbaliser.**

La difficulté à trouver les mots pour exprimer ce que l'on éprouve est renforcée à l'adolescence. Face à des changements si rapides, les mots sont à la traîne, et cette incapacité renvoie l'adolescent à l'impuissance à parler du petit enfant, faisant de lui « un handicapé verbal transitoire ». Vouloir par trop de bienveillance le pousser à s'exprimer, peut de nouveau le renvoyer à une image négative d'incapacité.

- **Mécanismes de défense.**

L'adolescent va utiliser divers mécanismes de défense :

- **l'acte** : bouderie, petites fugues, scarifications vont court-circuiter la parole, et permettre de détendre la pression interne. C'est une stratégie économique à court terme, mais qui, suivant la réaction des parents, peut générer des dégâts ultérieurs, comme le sentiment de culpabilité.
- **la régression** : c'est le retour vers des mécanismes précoces d'autorégulation. Ce peut être une régression à l'âge oral et à l'utilisation de la bouche (ongles rongés, boulimie, alcool, tabac, cannabis). Ce peut être une régression à l'âge anal et au mode de relation aux objets, garder/jeter (hygiène corporelle absente ou excessive, ordre/désordre, insultes)

- **Réactualisation des enjeux de séparation.**

L'adolescence va réactualiser toutes les couches historiques de séparation déjà vécues: l'accouchement, les placements (crèche, nourrice, institutions), entrée dans le système scolaire. Avec la puberté vient l'idée qu'il faut se séparer de ses parents pour passer à l'âge adulte. Cette autonomisation va emprunter au stock de confiance en soi acquis par l'enfant plus jeune dans ses premières expériences d'autonomie, et dans lequel l'adolescent va puiser en cas de difficulté.

La transgression des limites va alors permettre de vérifier sans cesse la fiabilité des adultes face à soi. Cela s'accorde souvent mal avec le désarroi actuel des adultes pour exprimer les limites qu'ils souhaitent imposer. Face à des limites floues, l'adolescent va repousser les transgressions jusqu'à trouver ces limites. Chaque parent peut avoir sa propre opinion sur ce qui est bon pour son enfant, mais ce qui compte pour l'adolescent, c'est que la position de son parent soit dictée par le souci de son enfant. Certes l'adolescent va protester (« les parents sont nuls », ...), mais quelle réassurance par rapport à l'adolescent que les parents laissent tout faire et dont le triomphe apparent masque l'angoisse.

Pour conclure et ouvrir la discussion avec la salle, Patrice Huerre énonce **les questions que se posent les adolescents :**

- **De qui suis je né ?** (cette question se pose à tout adolescent, adopté ou non)
- **Est ce que mes parents biologiques ont voulu me concevoir ?**
- **Au moment de ma naissance étaient ils toujours contents de leur projet ?**
- **Est ce que maintenant adolescent, ils voudraient me garder ?** Beaucoup d'adolescents ont le soupçon qu'on voudrait bien les échanger, ce qui va les conduire à tester très loin.

Questions de l'auditoire et réponses de Patrice Huerre.

Question : Chez un adolescent qui a des réminiscences de son abandon, la souffrance de l'abandon revient-elle ? Comment l'aborder ?

Réponse : Il faut éviter de confondre ce qui pourrait être de l'ordre d'un souvenir recouvert par l'amnésie infantile et des traces sur une mémoire plus archaïque réactivée à la puberté. L'enfant se culpabilise de l'abandon et s'interroge : suis je aimable ? Il va donc vérifier sans cesse qu'il ne sera pas abandonné de nouveau, alors qu'il est si peu aimable, et cette réassurance demande du temps. C'est une étape inévitable.

Question : A la question « est ce qu'ils m'échangeraient », quelle réponse est importante ?

Réponse : Ce que tout adolescent cherche, c'est de savoir s'il est aimé pour ce qu'il est, ou est ce que ses parents aiment une sorte d'idéal qu'il n'est pas. On peut détester le comportement de son enfant mais aimer l'être qu'il est.

Particulièrement chez les enfants adoptés résonne la question : suis je aimable, défauts compris ? Avec le sentiment d'être aimé pour ce que l'on est, on peut traverser les difficultés. Pourtant l'amour ne résout pas et ne répare pas tout.

Question : Que faire, en tant que parent, quand on répète que l'on n'accepte pas le comportement, surtout de destruction, mais que l'on aime, et que les difficultés s'aggravent ?

Réponse : Le parent peut assurer une continuité d'amour et essayer de protéger au mieux l'adolescent. Mais il y a des limites face aux grandes souffrances destructives dans lesquelles s'installent certains adolescents. Là des aides extérieures peuvent être utiles, malgré l'apparente dénégation des adolescents. Il faut savoir ne pas trop demander leur avis, même si celui-ci compte. Il faut essayer de tenir le cap, malgré les provocations, car ce que l'adolescent redoute le plus, c'est l'abandon.

Question : Les parents peuvent parfois douter aussi quand la crise dure très longtemps. Quand le jeune leur en fait tellement subir, que peuvent ils faire ?

Réponse : La manière de parler est importante. On va souvent dire : « tu es insupportable », ce qui va renvoyer l'adolescent à une identité de peu aimable et il va montrer combien c'est vrai ! Il est préférable de dire : « je ne peux pas supporter ce comportement ». Préférer : « je pense que, je trouve que, je ne supporte pas » à « tu es comme ceci ou cela. »

Question : Doit on aller dans le sens d'un jeune qui souhaite devenir autonome en dehors de ses parents, l'accompagner ou résister ?

Réponse : Il n'y a pas de réponse générale, ce qui est nécessaire pour certains est un test pour d'autres. Comment l'adolescent va-t-il décoder les bonnes intentions parentales comme un moyen caché de se défaire de lui ? Il y a une sensibilité particulière à savoir si l'attachement à ces parents-là est précaire ou menacé. Cette insécurité peut être renforcée par des parents ayant eux mêmes besoin d'être réassurés sur leur amour.

Question : Ne confond on pas devoir de parent et amour ?

Réponse : Un enfant, c'est un engagement pour la vie, l'amour lui n'est pas garanti pour la vie. Quand la difficulté devient trop grande, il faut essayer de s'appuyer sur des médiateurs extérieurs, famille élargie, aide psychologique, internat. Une expérience de séparation provisoire peut être profitable, si elle est vécue comme un réaménagement transitoire pour que la relation tienne mieux, et non comme un nouvel abandon. On peut se séparer sans se perdre, sans rompre.

Question : Peut il y avoir une différence de réponse entre le père et la mère, tout en voulant rester unis face à l'enfant ?

Réponse : Dans une institution, il y avait des réunions non préparées confrontant un adolescent à des personnels différents, enseignants, soignants, qui s'occupaient de lui. Un ensemble discordant de points de vue apparaissait, mais cela montrait à l'adolescent qu'il n'y a pas une voie unique, mais plusieurs pistes possibles à emprunter. Face à un adolescent, il peut y avoir plusieurs points de vue, mais ce qui est important c'est de lui montrer que l'on peut les confronter et discuter même en désaccord. Montrer à l'adolescent comment gérer les conflits l'aide, lui qui est en conflit permanent avec lui même.

Question : Que faire face à un adolescent qui met en danger ses frères et sœurs ?

Réponse : Cela est interdit à l'adolescent. Face à des actes illégaux, il faut faire appel à un tiers, le juge des enfants, qui a un rôle de protection de l'enfance. On a un devoir de protection, interpellé une instance extérieure qui rappelle la loi. Le juge des enfants va recevoir adolescents, parents, victimes, demander une expertise médico-psychologique, et rappeler les limites du possible. On peut aussi, en tant que parent, aller discuter avec le juge des enfants, mais avant la majorité de l'enfant.

Odile Calavia, présidente d'EFA 94 conclut la soirée avec une citation de Patrice Huerre : " Notre capacité à l'écouter, à lui répondre, à l'encourager et à le recadrer, en utilisant les mots justes, nous permettra de l'accompagner jusqu'à la fin de sa mue avec bienveillance et fermeté.....

Et si nous avons parfois eu le sentiment de rater le coche en ne leur mettant pas assez de limites durant l'enfance, il n'est jamais trop tard pour redresser la barre.

L'éducation est une aventure au long cours. A nous de garder le cap, en reconnaissant parfois nos erreurs. Le but n'est il pas de faire arriver nos enfants à bon port ?"