

*« Nos adolescents
d'aujourd'hui »*

Dr. J.-D. NASIO

Conférence prononcée lors
du dîner annuel de la **Section
du 16^{ème} Arrondissement**
de la **Société d'Entraide
des Membres de la Légion
d'Honneur**
le 4 avril 2011

*

- Pavillon Dauphine -

*« Nos adolescents
d'aujourd'hui »*

Laissez-moi d'abord vous dire combien je suis sensible à l'honneur et à l'amitié que signifie cette invitation de m'adresser à vous à l'occasion de notre traditionnel dîner annuel.

Je remercie vivement notre Président, le Général Capliez, ainsi que tous les sociétaires qui œuvrent avec lui pour faire exister la

Section du 16^{ème} Arrondissement à laquelle nous sommes si attachés. Aujourd'hui, nous sommes également très honorés de compter avec la présence de notre Maire, Monsieur le Ministre et Député Claude Goasguen.

J'éprouve aussi un immense plaisir de voir réunis, devant moi, tant d'amis qui me sont chers.

*

Ce soir, je voudrais vous faire partager un aspect de mon activité de psychiatre et de psychanalyste, celui qui concerne mon travail auprès des adolescents en difficulté. Je sais que nombre d'entre vous ont la chance

d'être les grands-parents de jeunes garçons ou de jeunes filles qui traversent avec bonheur cette période néanmoins troublée de l'existence qu'est l'adolescence. Et je sais aussi que vous n'avez nul besoin d'être psychologues pour entretenir une relation de confiance avec eux. Votre bon sens, forgé aux épreuves de la vie, suffit largement pour faire de vous l'interlocuteur privilégié de vos petits-enfants. Cependant, je souhaite que ma conférence de ce soir vous soit utile pour affiner votre connaissance de l'âme adolescente et guider mieux encore les enfants que vous aimez.

*

Je voudrais commencer en définissant brièvement l'adolescence. L'adolescence est un passage, un passage obligé, le passage délicat, tourmenté mais aussi créatif qui va de l'enfance à la maturité. Je définirai l'adolescence selon trois points de vue différents et complémentaires : un point de vue biologique, un autre sociologique et un point de vue psychanalytique. Du point de vue biologique, nous savons que l'adolescence correspond à la puberté, plus exactement que le début de l'adolescence correspond à la puberté, à ce moment de la vie où le corps d'un enfant de 11 ans est embrasé par une extraordinaire flambée

hormonale. La puberté - terme médical - désigne justement la période au cours de laquelle se développent les organes génitaux, apparaissent les attributs corporels de l'homme et de la femme, et s'opère un accroissement impressionnant de la taille ainsi qu'une modification sensible des formes anatomiques.

Pour le garçon, c'est l'âge où se produisent les premières éjaculations, la mue de la voix et l'augmentation de la masse et de la tonicité musculaires, tous germes d'une virilité naissante. Chez la fille, se déclenchent les premières règles et les premières sensations ovariennes, les seins prennent du volume, le bassin

s'élargit et donne à la silhouette son allure typiquement féminine et, surtout, s'éveille en elle cette tension indéfinissable qui émane du corps de toute femme et que nous appelons le charme. Biologiquement parlant, l'adolescence est donc synonyme de l'avènement d'un corps mûr, sexué, capable désormais de procréer.

Pour le sociologue, le vocable adolescence recouvre la période de transition entre la dépendance infantile et l'émancipation du jeune adulte. Selon les cultures, cette période peut être très courte - lorsqu'elle se réduit à un rite initiatique -, ou particulièrement longue, comme dans notre société où

les jeunes acquièrent leur autonomie très tard étant donné les études prolongées et le chômage massif, facteurs qui entretiennent la dépendance matérielle et affective de l'adolescent envers sa famille. À ce propos, notons qu'en France, un jeune adulte sur deux vit encore, à l'âge de 23 ans, au domicile de ses parents, bénéficiant non seulement de leur toit mais aussi de leur soutien financier.

Bref, si l'on considère les deux extrémités du passage adolescent, on peut dire que la puberté en signe l'entrée vers 11-12 ans tandis que l'émancipation en ponctue la sortie aux alentours de 25 ans.

*

Portrait de l'Adolescent d'aujourd'hui

Venons-en à présent au troisième point de vue, le point de vue psychanalytique. Qu'est-ce qu'un adolescent pour le psychanalyste que je suis ? Tout d'abord, voici son portrait pris sur le vif. Ensuite, je vous ferai entrer dans la tête de l'adolescent pour vous faire découvrir son vécu intérieur. Pour le moment, esquissons sa silhouette à grands traits.

Le jeune homme ou la jeune fille d'aujourd'hui est un être bouleversé qui, tour à tour, se précipite joyeux au-devant de la vie, s'arrête soudain,

accablé, vide d'espoir pour redémarrer aussitôt emporté par le feu de l'action. Tout en lui est contraste et contradictions. Il peut être aussi bien agité qu'indolent, euphorique et cafardeux, révolté et conformiste, intransigeant et désabusé ; à un moment enthousiaste et, tout à coup, inactif et démoralisé. Quelquefois, il est très individualiste et arbore un orgueil démesuré ou, au contraire, il ne s'aime plus, se sent nul et doute de tout. Il porte aux nues un aîné qu'il admire tel un rappeur, un chef de bande ou un personnage de jeu vidéo, à condition que son idole soit diamétralement opposée aux valeurs familiales. Les seuls idéaux auxquels

il adhère, souvent avec passion et sectarisme, sont les idéaux - quelquefois nobles, quelquefois discutables - de sa bande de copains. À ses parents, il manifeste des sentiments qui sont parfois l'inverse de ceux qu'il éprouve réellement pour eux : il les méprise et leur crie sa rage alors que le petit enfant qui subsiste au fond de lui-même les aime tendrement. Il est capable de ridiculiser son père en public alors qu'il est fier de lui et l'envie en secret. De tels revirements d'humeur et d'attitude, si fréquents et si brusques, seraient perçus comme anormaux à toute autre époque de la vie. Mais à l'adolescence, rien de plus normal !

*

Souvent, l'adolescent est un être qui souffre, exaspère les siens et se sent étouffé par eux, mais il est surtout le créateur spontané d'une pensée nouvelle et le foyer vibrant d'une force insoupçonnée ; une force vive sans laquelle aucune œuvre durable ne serait accomplie à l'âge adulte. Vous le savez car vous-même vous l'avez vécu : tout ce que nous bâtissons aujourd'hui, nous les adultes, est érigé avec l'énergie et l'enthousiasme innocent de l'adolescent ou de l'adolescente que nous avons été et qui survit en nous.

Or cet élan créateur n'est jamais solitaire. C'est à l'âge de l'adolescence que nous réalisons combien l'autre, le frère, la sœur, l'ami, le partenaire amoureux ou même le professeur, combien l'autre est un être vital pour chacun de nous, combien on a besoin de l'autre pour être soi. Incontestablement, l'adolescence est l'une des phases les plus fécondes et les plus fraternelles de notre existence.

Panorama des comportements de l'Adolescent d'aujourd'hui

Cependant, ce n'est pas à cette énergie créatrice de l'adolescent que nous sommes, nous les

professionnels, le plus souvent confrontés. La plupart du temps, c'est un adolescent en désarroi qui nous consulte ; un jeune qui a du mal à exprimer son malaise avec des mots. Il ne sait pas dire ce qui ne va pas, ou ne peut pas le dire ; et c'est à moi, thérapeute, de comprendre intuitivement son vécu intime et de lui souffler les mots qui lui manquent pour exprimer son mal-être, lui souffler les mots avec beaucoup de tact et sans avoir l'air de l'aider pour ne pas le heurter. Non, l'adolescent ne sait pas toujours parler de ce qu'il ressent parce qu'il ne sait pas bien identifier ce qu'il ressent. C'est une remarque que j'adresse souvent aux

parents et aux collègues qui se plaignent du mutisme du jeune qui est devant eux. Si l'adolescent ne parle pas, ce n'est pas parce qu'il ne veut pas communiquer, c'est parce qu'il ne sait pas reconnaître en lui ce qui le trouble. C'est ainsi que - ignorant de lui-même - il est amené à agir plutôt qu'à parler et que son mal-être se manifeste davantage par des comportements impulsifs que par des paroles.

Justement à propos des comportements, je voudrais vous demander d'imaginer maintenant un tableau virtuel dans lequel je distingue trois grandes catégories d'adolescents suivant leurs différents compor-

tements. Nous avons trois colonnes : une colonne à gauche, une colonne au centre et une colonne à droite.

Dans la colonne de gauche, je regroupe les jeunes bien portants, les jeunes en bonne santé, mais qui traversent tant bien que mal les orages qui éclatent inévitablement à l'adolescence. Le comportement de ces jeunes, qui sont la majorité de nos jeunes, correspond à l'état d'effervescence adolescente normale, état qui disparaît de lui-même au seuil de l'âge adulte. Ces jeunes, passagèrement perturbés, constituent donc la majorité de la population adolescente en France. Sur une population globale de 6 millions

et demi d'adolescents entre 11 et 18 ans, cette catégorie de jeunes « normalement perturbés », réunit 5 millions de garçons et de filles, c'est-à-dire 80% de la population adolescente.

Ensuite, dans la colonne du centre, nous avons les jeunes ayant des comportements dangereux, comportements qui traduisent une souffrance intense. Cette catégorie concerne 1 million de jeunes gens très difficiles, entre 11 et 18 ans, c'est-à-dire 15% de la population adolescente. Ce qui reste un nombre important.

Leurs comportements prennent la forme de conduites dangereuses

dont les plus fréquentes sont les comportements dépressifs et l'isolement - surtout chez les adolescentes - ; les tentatives de suicide - plus nombreuses chez les filles mais plus meurtrières chez les garçons - ; les suicides aboutis qui, ne l'oublions pas, sont la deuxième cause de décès chez les jeunes après les accidents de la route ; la polyaddiction - alcool, tabac et cannabis associés - ; la consommation de drogues dures telles l'ecstasy, les amphétamines ou la cocaïne. Je souligne que les adolescents dont nous parlons sont de plus en plus jeunes. Ils n'ont parfois que 11 ou 12 ans !

De nouveaux troubles du comportement tout aussi précoces et alarmants sont apparus récemment telle la défonce alcoolique du samedi soir qui dégénère souvent en des situations tragiques; la pornographie envahissante via la télévision et internet où le sexe se mêle à la violence ; les troubles du comportement alimentaire - anorexie et boulimie en nette augmentation -, ainsi que le décrochage scolaire, l'absentéisme et les fugues qui installent l'errance et fomentent les actes délictueux. Actuellement, nous assistons à une montée indiscutable du vandalisme ainsi que de la violence de certains jeunes contre les

autres et contre eux-mêmes, violence qui cache souvent une dépression larvée ; et enfin, très récemment, la souffrance chez les adolescents a pris la forme de cette nouvelle addiction sans drogue qu'est la cyberdépendance aux jeux vidéo et l'usage abusif des « chats » à caractère érotique avec webcam et micro.

Ici, vous l'imaginez bien, je suis gêné ; je suis gêné d'avoir rouvert devant vous le catalogue infernal des faits antisociaux de notre époque. Ce n'est jamais agréable à entendre, d'autant que pour être complet je dois aussi évoquer une troisième catégorie d'adolescents qui souffrent plus

encore que ceux de la deuxième colonne. Je les ai regroupés à droite. Il s'agit des jeunes souffrants de troubles mentaux. Parmi ces troubles, le plus dramatique est incontestablement la schizophrénie ou dédoublement de la personnalité, maladie qui se déclare toujours à l'âge de l'adolescence et qui s'avère très difficile à guérir. C'est notre cancer en psychiatrie de l'adolescent. Les autres troubles étant les T.O.C. (Troubles Obsessionnels Compulsifs) ; les troubles phobiques, comme par exemple les phobies scolaires ; ou la dépression majeure, toutes des pathologies mentales qui nécessitent un double traitement,

médicamenteux et psychothérapeutique. Cette population ne représente fort heureusement que 5% de la population adolescente.

Voilà donc les 3 catégories d'adolescents classés selon leurs comportements : adolescents normaux (80%) ; adolescents en danger vis-à-vis d'eux-mêmes et de la société (15%) ; et enfin, adolescents présentant des troubles mentaux (5%).

*

Je dois dire que mon travail de soignant avec ces différents types d'adolescents est une expérience unique. Je suis très heureux de travailler avec eux et me sentir utile.

Mes interventions s'avèrent souvent décisives pour sortir le jeune de l'impasse où il se fourvoie, soulager sa famille et écarter d'éventuels troubles qui surgiraient à l'âge adulte. Précisément, cette expérience de soignant que je mène depuis plus de quarante cinq ans m'a appris jour après jour comment fonctionne le psychisme d'un jeune.

Je vais donc, comme je vous l'ai annoncé, vous faire entrer dans la tête d'un adolescent normalement perturbé, c'est-à-dire dans la tête de l'adolescent que nous avons été ou dans celle des jeunes bien portants que vous cotoyez.

Les deux principaux mal-être de l'Adolescent d'aujourd'hui

Quand je suis assis devant un jeune patient qui me consulte, j'essaie de saisir le malaise intérieur qui le déstabilise. Quel est ce malaise ? En fait, il y en a deux. En regardant les expressions distraites de son visage, en observant son allure ou en écoutant les quelques mots qu'il m'adresse, je perçois d'abord, au plus profond de lui, un petit enfant encombré par un nouveau corps qui lui pèse, le dépasse et le déconcerte. Comme si l'adolescent était une créature hybride faite d'un corps d'adulte surmonté d'une petite tête d'enfant incapable de contenir le torrent des

pulsions sexuelles et agressives qui bouillonnent en lui. Voilà le premier malaise dont souffre tout adolescent normal : une lutte épuisante entre un corps en effervescence et une tête trop immature pour le maîtriser.

Mais il est un autre malaise que cet étourdissement de l'esprit par le corps. Quand je me trouve en présence d'un adolescent, je n'oublie pas que, mine de rien, il est en train de quitter son enfance. De la même manière que, sans nous en apercevoir, nous perdons à chaque seconde une cellule de notre corps, lui, il perd à chaque seconde une cellule de son enfance. C'est une perte silencieuse qui ne se voit ni se ressent mais qui se

poursuit inexorablement jusqu'à la conquête de la maturité. Voilà le deuxième malaise intérieur de l'adolescent : devoir faire le deuil de son enfance.

Je viens d'utiliser le mot « deuil ». Mais qu'est-ce que le deuil ? Qu'est-ce qu'un deuil ? Qu'est-ce par exemple que le deuil d'un proche qui vient de nous quitter ? Je voudrais vous le définir. Le deuil est un temps, le temps qu'il faut pour accepter de vivre avec l'absence définitive de celui ou celle que nous aimons et que nous venons de perdre. Or accepter de vivre avec l'absence signifie en fait apprendre à aimer différemment celui qui ne sera plus jamais là, apprendre à

l'aimer autrement que lorsqu'il était vivant. Apprendre à se détacher progressivement de la présence charnelle du disparu pour s'attacher progressivement à sa présence virtuelle. En un mot, le deuil est le temps qu'il faut pour apprendre à aimer le disparu en image.

De même, l'adolescent doit apprendre à se détacher lentement de l'enfant vivant qu'il a été et de l'univers familial qui fut le sien, pour s'attacher peu à peu au souvenir joyeux de son enfance. Pour devenir un adulte, heureux de l'être, encore nous faut-il aimer dans notre mémoire l'enfant que nous avons été.

*

Avant de conclure, je voudrais répondre à une question. Comment savoir si un jeune est enfin devenu adulte ? Bien sûr, personne ne devient jamais complètement adulte. Cependant, je repère deux indicateurs de maturité qui attestent qu'un adolescent a cessé d'être adolescent. D'abord, le jeune adulte n'a plus honte de jouer comme un enfant ; il a compris intuitivement qu'être un homme ou une femme, c'est se permettre de régresser à l'enfance quand on veut et comme on veut sans pour autant se sentir rabaissé.

Ensuite, deuxième indicateur de maturité, le jeune homme ou la jeune

femme n'est pas gêné de se montrer obéissant. Ce n'est pas parce que nous répondons aux ordres d'un supérieur hiérarchique ou nous nous plions à une discipline, que nous nous avilissons dans une soumission indigne. Croire qu'il est ridicule de se montrer enfant ou croire qu'il est humiliant d'obéir, voilà des susceptibilités qui révèlent que le jeune adulte n'est pas encore sorti de son adolescence. Aussi, je condenserai les deux principaux indicateurs de maturité en vous disant : être adulte, c'est vivre sans crainte de jouer comme un enfant et sans honte de se montrer obéissant.

Assurément, il existe beaucoup d'autres indices de maturité. Hormis l'indicateur social qui atteste qu'un jeune est devenu adulte lorsqu'il n'est plus dépendant financièrement de ses parents, nous avons un autre indicateur psychologique : s'accepter tel qu'on est et partant, se rendre disponible envers autrui.

*

Pour terminer, j'aimerais résumer l'essentiel de mon message de ce soir. Je voudrais rendre hommage aux adolescents d'aujourd'hui et, au-delà, à l'adolescent de toujours.

Le jeune homme ou la jeune fille ont su accomplir un saut crucial,

modèle de tous les sauts que la nature nous impose, celui de gagner, de perdre et de garder ; trois mouvements opérés dans un seul élan. L'adolescent gagne l'âge adulte, perd son corps d'enfant et l'univers familial dans lequel il a grandi, et garde en lui tout ce qu'il a senti, perçu, voulu depuis son premier réveil, c'est-à-dire, garde en lui son identité la plus intime et irréductible.

Eh bien, je considère que ce trésor intime que chacun de nous recèle inchangé au plus profond de lui-même et ce, malgré les années qui passent et le corps qui s'use, ce trésor, cette quintessence de nous même, prend toujours le visage souriant d'un

enfant, de l'enfant que nous avons été et qui survit en nous.

Je pense ici à un grand écrivain, Georges Bernanos, qui a chanté merveilleusement la présence vivante de l'enfant au cœur de l'adulte que nous sommes. Je voudrais le citer et c'est avec ses mots inoubliables que je vais conclure :

« Certes - écrit-il - ma vie est déjà pleine de morts. Mais le plus mort des morts est le petit garçon que je fus. Et pourtant l'heure venue, c'est lui qui reprendra sa place à la tête de ma vie, rassemblera mes pauvres années jusqu'à la dernière, et comme un jeune chef ralliant la troupe en

désordre entrera le premier dans la
Maison du Père. »

Je vous remercie.

