

L'Adolescent

Psychologie du Développement DU Musicothérapie - Nantes

Lauriane Pérez – Psychologue Clinicienne



SOMMAIRE



I. Définition de l'adolescence

Définition

Crise d'adolescence

II. Changements physiologiques et rapport au corps

La puberté

Le rapport au corps

III. Les acquisitions cognitives

Stade des opérations formelles

Le jugement moral

IV. Développement affectif et social

Stade génital

Relations aux parents

Le groupe de pairs

SOMMAIRE



V. La construction identitaire

Achèvement de la personne

Identité vs Diffusion de rôles

Le concept de soi

Le développement de l'identité

VI. La souffrance de l'adolescent

Le normal et le pathologique

Les conduites de l'agir

La dépression



I. DEFINITION DE L'ADOLESCENCE

1) Définition

- ♦ **Adolescere** = grandir vers ; transition vers l'âge adulte
- ♦ **Début** = puberté mais fin difficile à définir (indépendance psycho-affective)
- ♦ **Phase de réactualisations affectives** → **Fixation de l'identité**
→ **Affirmation de soi hors famille**
- ♦ **Approche culturelle** : rites de passages vs processus de maturation long
- ♦ **Reflet des problématiques sociétales** : dépendance au virtuel, dépressivité
- ♦ **Tâches développementales de l'adolescent** :
 - **Intégration des changements corporel, sexualité génitale**
 - **Cognition adulte** (abstraction, logique, projection)
 - **Affranchissement de la tutelle parentale**
 - **Unification de l'identité**



I. DEFINITION DE L'ADOLESCENCE

2) Crise d'adolescence

- ♦ **Crise très impliquante** : réaménagement psychique touchant toutes les sphères de la vie
- ♦ **Vulnérabilité** car réactualisations des problématiques
- ♦ **Richesse** par l'expérimentation, les possibilités et la résolution du passé
- ♦ **Complexe du Homard (Dolto)** :
 - Carapace de l'enfance trop étroite délaissée
 - État de vulnérabilité (influençable, mise à distance de l'autre via agressivité ou repli sur soi)
 - Création longue d'une nouvelle carapace adaptée

II. CHANGEMENTS PHYSIOLOGIQUES ET RAPPORT AU CORPS



1) La Puberté

FILLES

- Augmentation de la taille et du poids (vers 11 ans)
- Élargissement du bassin
- Développement des caractères sexuels secondaires (seins, pilosité, organes génitaux)
- 1ères règles (âge moyen 13 ans)

GARCONS

- Augmentation de la taille et du poids (vers 13 ans)
- Élargissement des épaules
- Développement des caractères sexuels secondaires (musculature, pilosité, mue, organes génitaux)
- 1ères éjaculations nocturnes

II. CHANGEMENTS PHYSIOLOGIQUES ET RAPPORT AU CORPS



1) La Puberté

- ♦ Variabilité inter-individuelle (précoce/attendue/tardive)
- ♦ Mal-être en cas de décalage avec l'attendu subjectif
 - Filles : mal-être avec puberté précoce
 - Garçons : mal-être avec puberté tardive
- ♦ Influence réciproque entre image du corps, estime de soi et vécu social
- ♦ **Dysmorphophobies** : focalisation sur une partie du corps vécue comme disproportionnée et honteuse
- ♦ Corps étranger/changeant support métaphorique de la construction identitaire
 - **Besoin de maîtrise** (vêtements, coiffure, maquillage, posture, démarche, anorexie, piercings, tatouages...)
 - **Vécu abandonnique / régressif du corps** (hygiène précaire)



III. LES ACQUISITIONS COGNITIVES

1) Stade des opérations formelles / 12-16 ans

- ♦ Pas atteint par tous
- ♦ Pensée hypothético-déductive : hypothèses, stratégies de validation par l'expérience
- ♦ Pensée concrète et abstraite
- ♦ Mécanique de pensée adulte sans les connaissances
- ♦ Méta-cognition : conscience de ses mécanismes de pensée
 - Planification en fonction des limites et des besoins
 - Forte introspection
 - Égocentrisme à la base du sentiment d'invulnérabilité et de la construction identitaire
 - Public imaginaire : filtre social égocentrique (mégalomanie/persécution)
 - Fable personnelle : certitude d'avoir une expérience unique et de ne pas pouvoir être compris

III. LES ACQUISITIONS COGNITIVES



2) Le jugement moral (Kohlberg)

Les stades du jugement moral (Kohlberg)

Types de stades	Stade	Caractéristiques
Pré-conventionnels	<i>Obéissance et punition</i>	Obéissance aux règles pour fuir les punitions
	<i>Intérêt personnel</i>	Prise en compte des punitions et des récompenses possibles
Conventionnels	<i>Conformité</i>	Conformité au groupe social proche pour être accepté
	<i>Autorité et ordre social</i>	Soucis pour le bien commun, intégration des normes sociales
Post-conventionnels	<i>Contrat social</i>	Conflits possibles entre l'individu et la Loi
	<i>Principes éthiques universels</i>	Valeurs morales fortes, respectées indépendamment de la Loi

- ♦ En appui sur le développement cognitif (logique), le développement social et psycho-affectif

IV. LE DEVELOPPEMENT AFFECTIF ET SOCIAL



1) Développement psycho-affectif / Stade génital (à partir de 12 ans)

- ♦ Retour brutal et massif des pulsions sexuelles infantiles(puberté)
- ♦ Réactualisation des problématiques Œdipiennes mais avec la réalité du génital —▶ honte / rejet des parents à respecter
- ♦ Équilibrage entre maturité affective et maturité sexuelle
- ♦ Recherche d'un substitut à l'amour parental incestueux (relation interdite, impossible ou fusionnelle)
- ♦ Réactualisations des points de fixation : liés à l'oralité (boulimie, anorexie, addiction), lié à l'analité (opposition, refus de l'ordre ou de l'autorité, transgressions, saleté), relations amoureuses fusionnelles (idéalisation/ désidéalisation brutale)

IV. LE DEVELOPPEMENT AFFECTIF ET SOCIAL



2) Relation aux parents

- ♦ Ambivalence affective envers les parents (protection/autonomie)
- ♦ Travail de deuil et de séparation/individuation
- ♦ *Attachement secure* comme base à l'exploration des groupes de pairs
- ♦ Test de l'acceptation inconditionnelle où la séparation ne détruit pas
- ♦ Recherche de distance affective/physique équilibrée
 - > Repli sur soi / mise à distance / rejet / opposition-affirmation de soi
- ♦ **Conseils aux parents :**
 - Équilibre entre autorité souple et autonomisation
 - Repères de règles avec une marge de manœuvre pour découvrir
 - Autorité rigide empêche l'expérimentation
 - Laxisme —> vécu d'abandon, rien à transgresser/tester

IV. LE DEVELOPPEMENT AFFECTIF ET SOCIAL



3) Groupe de pairs

- ♦ Relais du cocon familial : cadre sécurisant et source d'identifications
- ♦ Expérimentation du même et du différent
- ♦ Types de groupes de pairs :
 - **Groupes primaires** (cliques) : amis proches, prolongement familial, recherche du même voire de fusion
 - **Groupes secondaires** (mixtes) : réunion de plusieurs cliques, développement de l'intégration sociale, rencontres hétérosexuelles
 - **Relations de couple** : sexualité, codes de communication avec l'autre sexe, rapprochement psycho-affectif symétrique, expérimentation des rôles genrés

V. LA CONSTRUCTION IDENTITAIRE



1) Développement de la personnalité / Achèvement de la personne (11-18 ans)

- ♦ Affirmation de soi
- ♦ Postures auto-centrées (besoins du Moi) et altruistes (groupe de pairs)
- ♦ Personnalité autonome et polyvalente
- ♦ En appui sur l'abstraction, projection dans le temps (projets et Histoire), et dans l'espace (multiculturalité, idéologies politiques)
- ♦ Personnalité achevée via l'intégration des composantes cognitives, affectives et sociales

V. LA CONSTRUCTION IDENTITAIRE



2) Développement psychosocial / Identité vs Diffusion de rôles (12-18 ans)

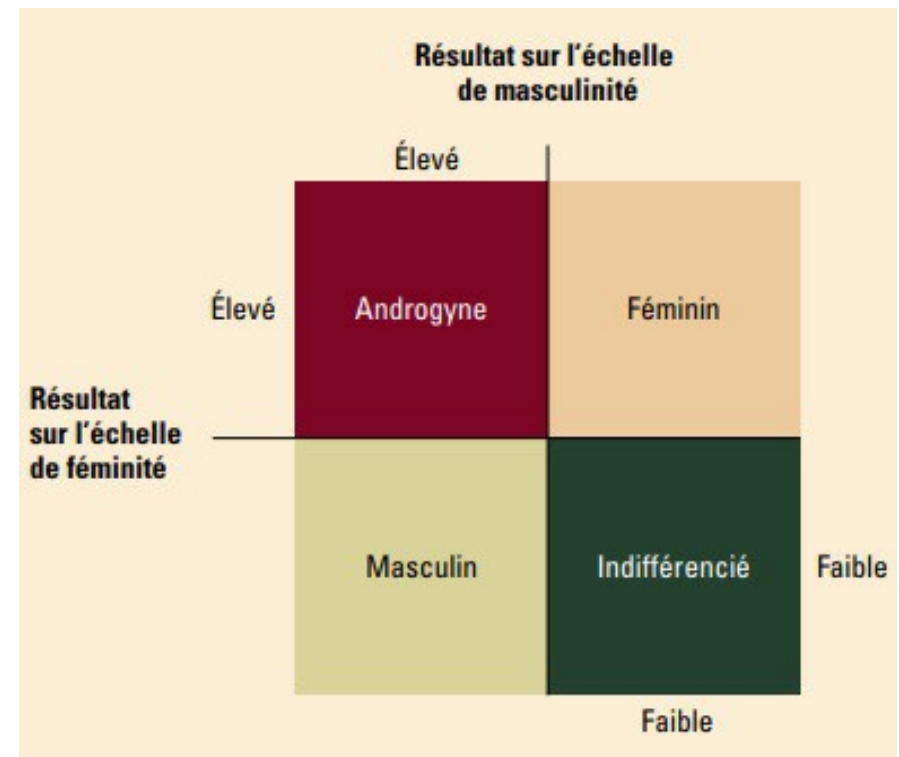
- ♦ **Objectif** : construire son identité globale via le questionnement (identité professionnelle, sexuelle, religieuse, style de vie, amoureuse, amicale, récréative et politique)
- ♦ **Force contraire** : confusion dans une multitude de rôles possibles (identifications multiples ou rigide/sectaire)
- ♦ **Équilibre des forces** : FIDELITE qui permet d'être fidèle à soi-même en prenant soin de son environnement et de ses proches

V. LA CONSTRUCTION IDENTITAIRE



3) Le concept de soi

- Description physique → Abstraite et interne → Caractéristiques stables
- Identité = continuité de l'être
- **Concept de soi sexué** (Annexe 11)
 - **Identité sexuée** (biologie) : corps mâle ou femelle
 - **Identité de genre** (caractéristiques et rôles sociaux) : genre féminin ou masculin dans le domaine social, en appui sur les rôles genrés
 - **Identité sexuelle** (généralité) : choix d'objet sexuel (homo/hétéro/bisexuel), type de sexualité (passive ou active)
- Meilleure estime de soi chez les profils androgynes et masculins (F/G)
- Baisse de l'ES en début d'adolescence pour une remontée vers 20 ans





V. LA CONSTRUCTION IDENTITAIRE

4) Le développement de l'identité (Marcia) – *Annexe 13*

- ♦ Différentes phases nécessaires
- ♦ Croisement entre le degré d'engagement et d'exploration

Statut identitaire	Engagement	Exploration	Caractéristiques
Identité diffuse	Faible	Faible	Pas d'ensemble cohérent de valeurs, peu d'explorations, passivité, insatisfaction, peu d'efforts, sentiment de vide intérieur...
Identité forclosée	Fort	Faible	Engagement dans un système de valeurs facilement accessible sans exploration ni esprit critique. Conformisme, rigidité mentale.
Identité moratoire	Faible	Forte	Phase transitoire d'explorations actives dans diverses sphères. Recherche d'indépendance.
Identité achevée	Fort	Forte	Peut se définir en appui sur l'exploration antérieure. Flexibilité possible. Retour à la phase moratoire en cas de crise psychique.

- ♦ Fin de l'adolescence, personnalité définie
- ♦ Structuration de la personnalité / Modèle du Big Five (*cf Chapitre Adulte*)

VI. LA SOUFFRANCE DE L'ADOLESCENT



1) Le normal et le pathologique

- **Comportements pseudo-pathologiques normaux à l'adolescence**
- **Stratégie de compensation pour faire face à l'insécurité psychique (coping)**
- **Rester vigilant mais ne pas stigmatiser**
- **Vigilance : dangerosité, intensité, répétition de la stratégie**
- **Laisser le jeune développer ses propres ressources internes en dehors de la famille (valorisation de sa capacité d'agir)**
- **Trouver un interlocuteur de confiance (hors de la famille)**
- **85% des adolescents ne se considèrent pas en souffrance psychique**

VI. LA SOUFFRANCE DE L'ADOLESCENT



2) Les conduites de l'agir

- ♦ Retrouver une sensation de contrôle par le passage à l'acte
- ♦ Conduites à risque fréquentes : consommation d'alcool/drogue, défis, jeux dangereux, vitesse routière, violence, délinquance, scarification, l'anorexie...
- ♦ **Les fonctions possibles :**
 - attirer l'attention des adultes (en particulier les parents)
 - affirmer son appartenance à un groupe
 - court-circuiter la pensée (*acting-out*), stratégie d'évitement
 - se sentir maître de son corps, de sa vie et de sa mort
 - recherche des limites de l'environnement et de soi-même dans une affirmation de soi

VI. LA SOUFFRANCE DE L'ADOLESCENT



3) La dépression adolescente

- ♦ **La déprime** : état transitoire lié à l'instabilité émotionnelle et aux changements physiologiques/psychologiques importants
Signes : ennui, mauvaise humeur, tristesse, peur de l'avenir
- ♦ **Phase dépressive** : état transitoire normal voire nécessaire
 - Deuil d'une image idéale de l'enfance (mais faisant partie de soi)
 - Sortie du clivage bon/mauvais
 - Recentrage voire repli sur soi
 - Découverte des ressources internes, autonomisation

VI. LA SOUFFRANCE DE L'ADOLESCENT



3) La dépression adolescente

- ♦ **La dépression** : présence d'au moins 5 signes pendant 15j consécutifs
Au moins 1 signe cardinal : humeur dépressive (ou irritable) ET/OU perte d'intérêt (ou de plaisir)
Autres signes possibles :
 - Diminution ou augmentation significative de l'appétit
 - Insomnie ou hypersomnie récurrentes
 - Fatigue ou perte d'énergie
 - Agitation ou ralentissement psychomoteur
 - Sentiment de dévalorisation ou de culpabilité excessive
 - Troubles de la concentration et de l'attention
 - Pensées de mort voire idées suicidaires récurrentes

8% des adolescents souffrent de dépression

BIBLIOGRAPHIE



- COSLIN, P.G. (2017) Psychologie de l'adolescent. *5ème édition*.
- DOLTO, F. & DOLTO, C. (1989) Paroles d'adolescence ou le complexe du homard.
- ELKIND, D. (1967) Egocentrism in Adolescence.
- KOHLBERG, L. (1981) Essays on Moral Development, Vol. I: The Philosophy of Moral Development.
- MARCELLI, D. (2004) Adolescence et psychopathologie.
- MARCIA, J.E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- SORDES-ADER, F., ESPARBES-PISTRE, S., TAP, P. (1997) Adaptation et stratégies de coping à l'adolescence. Étude différentielle selon l'âge et le sexe. *Spirale. Revue de recherches en éducation* (n° 20).