

L'ADOLESCENCE: UNE ÉTAPE DE DEUIL

PIERRE-ANDRÉ DOUDIN, DENISE CURCHOD-RUEDI ET NICOLAS MEYLAN

L'adolescence constitue une phase clé de la construction de la personnalité durant laquelle l'adolescente ou l'adolescent revendique une plus grande autonomie tout en oscillant entre ses besoins de sécurité et d'exploration. Cette contradiction explique en partie le vécu de perte indissociable de sa prise d'autonomie.

En effet et comme le rappelle Jeammet (1994), il existerait des similitudes entre l'adolescence et des périodes de deuil: en désinvestissant les points d'intérêt du monde de l'enfance, l'adolescent doit en faire le deuil; afin de gagner en autonomie, il doit faire le deuil non pas de la personne, mais d'un certain type de relation aux personnes et plus particulièrement aux parents; il doit faire le deuil de son corps d'enfant devenu pubère et en pleine transformation. Ainsi, c'est bien un deuil du passé auquel l'adolescent est confronté, deuil essentiel pour grandir, mais deuil qui peut aussi provoquer un sentiment douloureux de pertes irréversibles.

«En désinvestissant les points d'intérêt du monde de l'enfance, l'adolescent doit en faire le deuil.»

Entre le désinvestissement des objets enfantins et l'investissement de nouveaux objets appartenant à la culture des adolescents, il peut exister une période de flottement où l'adolescent semble ne s'intéresser à rien. Faute notamment d'investissements suffisants pouvant compenser le sentiment de perte, l'adolescent est sensible aux troubles de l'humeur (p. ex. dépression) et aux conduites à risque.

Tout adolescent ne court pas les mêmes risques, car ces derniers peuvent être compensés par des

facteurs de protection. La famille joue un rôle prépondérant, mais l'école peut également jouer un rôle protecteur important. Voici quelques pistes:

- La *réussite scolaire* constitue la prévention la plus efficace. Au travers de la relation pédagogique, les enseignants jouent un rôle positif dans le développement intellectuel, social et affectif des élèves. Un des facteurs de protection les plus efficaces, entraînant une réduction des risques de symptômes dépressifs, de consommation de substances ou de *burnout* scolaire des élèves est le soutien que les élèves perçoivent des enseignants durant les apprentissages en classe. On distingue les soutiens de type émotionnel («Mes enseignants se soucient de moi.»), de type informatif («Mes enseignants m'expliquent les choses que je ne comprends pas.»), de type évaluatif («Mes enseignants me disent que j'ai fait du bon travail lorsque je fais bien quelque chose.») et celui de type instrumental («Mes enseignants passent du temps avec moi lorsque j'ai besoin d'aide.»)¹
- Au travers de l'intérêt que peut éveiller l'enseignant auprès de ses élèves (p. ex. activités artistiques ou sportives; investigation intellectuelle), l'adolescent peut trouver de nouveaux objets à investir qui vont constituer des points d'étayage.
- Par les idées, valeurs ou intérêts qu'il véhicule, l'enseignant peut devenir un support provisoire offrant à l'adolescent des points d'appui et un modèle d'identification positif.
- Le sentiment de bien-être psychologique se-

rait un facteur de protection déterminé en partie par l'expérimentation d'émotions agréables². Or l'école constitue une source importante d'émotions agréables, mais elle n'est pas toujours reconnue en tant que telle (p. ex. évaluations réussies, relations au sein de la classe³). Ces émotions constitueraient selon Gendron (2011) un «capital émotionnel» utile pour faire face à des situations stressantes (peur de l'échec scolaire, de l'avenir, de son autonomie).

- L'adolescent éprouverait le besoin de s'attacher à l'adulte car porteur de valeurs morales, de contraintes. Cette attaque aurait pour but de s'assurer de la capacité de résistance de l'adulte. Cette agressivité de vérification (vérification que l'adulte est solide, que l'on peut compter sur lui et s'identifier à lui – Golse, 1999) peut mettre l'enseignant à rude épreuve: il doit supporter la confrontation et maintenir le cadre.

Ces pistes s'exercent au travers de la relation pédagogique tout en ayant des effets possiblement positifs pour le développement psychologique de l'adolescent. Afin que l'enseignant puisse assumer ce rôle sans pour autant courir le risque de s'épuiser sur le plan professionnel⁴, il doit pouvoir compter sur un soutien institutionnel (réseau d'aide mobilisable dans des situations professionnelles complexes⁵). Le maintien de sa vitalité est essentiel pour lui-même et pour ses élèves durant leur adolescence.

Pierre-André Doudin est professeur à l'Université de Lausanne et à la HEP Vaud.

Denise Curchod-Ruedi est professeure formatrice à la HEP Vaud.

Nicolas Meylan est assistant diplômé à la HEP Vaud et collaborateur au Service universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent.


Bibliographie complète sur www.hepl.ch/prismes

Pour en savoir plus

Curchod-Ruedi, D., & Doudin, P.-A. (2015). *Comment soutenir les enseignants face aux situations complexes?* Bruxelles: De Boeck.

Notes

- 1 Meylan & al., 2014
- 2 Frederickson, 2001.
- 3 Doudin, Curchod, & Albanese, 2008.
- 4 Doudin, Curchod-Ruedi & Moreau, 2011.
- 5 Curchod-Ruedi & Doudin, 2015.

A young man with short, light brown hair and black-rimmed glasses is sitting on a wooden A-frame ladder. He is wearing a grey crew-neck sweater, blue denim jeans, and blue and white sneakers. He is looking directly at the camera with a slight smile. The background is a plain, light-colored wall. The lighting is soft and even, highlighting his features and the texture of his clothing. The ladder is made of light-colored wood and has several rungs. The overall mood is calm and thoughtful.

MA PETITE SOEUR,
MÊME SI J'OUBLIE SON VISAGE,
IL RESTERA À JAMAIS
GRAVÉ DANS MON CŒUR.