



Introduction sur l'adolescence

Christophe Moreau
Sociologue à JEUEVI,

www.jeudevi.org



De la guerre des boutons à Harry Potter... 100 ans d'évolution de l'espace temps adolescent



- Période se situant, psychologiquement et culturellement, entre l'enfance et l'âge adulte plutôt que comme une tranche d'âge précise. **NI ENFANT / NI ADULTE**
- Phénomène « **bio psycho social** »

3 tâches développementales :

- ✓ Au niveau corporel (intégrer les changements physiques dans un corps sexué) : **CORPS**
- ✓ Au niveau intellectuel : accès à l'abstraction, pensée formelle, intégrer l'altérité – le point de vue de l'autre - **ALTERITE**
- ✓ Au niveau social (s'affranchir de la tutelle parentale et développer des relations sociales hétérosexuelles ; élargissement du réseau social) ; Les adolescents développent des stratégies compensatoires d'adaptation face aux possibles carences familiales - **PAIRS**

Qu'est-ce que l'adolescence ?

1 - Langage
Production de savoirs
Compétences cognitives

Cible traditionnelle du
système scolaire

2 - Outil
Savoir faire
Compétences techniques

Faire, toucher, expérimenter
Dimension dévalorisée ?

3 - Personne
Savoir être
Compétences sociales

Advient à l'adolescence
Émergence à la personne
Identité / responsabilité

4 - Norme
Régulation émotionnelle
Compétences éthiques

Sécurité émotionnelle indispensable pour apprendre
Ebullition émotionnelle à l'adolescence
Nécessité de réapprendre

Deux enjeux
majeurs à
l'adolescence

La théorie de la personne
(Jean Gagnepain – Jean Claude Quentel
Université Rennes 2)



Hypothèse de l'émergence à la personne
Phénomène bio-psycho-social
Christophe Moreau - Sociologue

Analyse de la situation

Adolescence- singularité
Analyse critique, quête de soi
Distanciation, absence de choix

Ni...Ni...Ni...

INDIVIDUATION
DIVERGENCE
TROUVER SA PLACE



Politisation, accès à la personne adulte =
Présence publique, capacité à négocier avec l'altérité

Non mais...

IMPREGNATION

Enfance
Monde de l'autre,
Adhésion sans distance
Adaptation au monde par des figures d'attachement

ASSOCIATION
CONVERGENCE
LE BIEN COMMUN

Intervention dans la situation



Le cerveau des natifs du numérique

Face aux écrans, la génération Z a gagné des aptitudes cérébrales de vitesse et d'automatismes, au détriment du raisonnement et de la maîtrise de soi

1 Le signal capté par l'oeil est conduit, via le nerf optique, vers les **aires visuelles** situées à l'arrière du cerveau

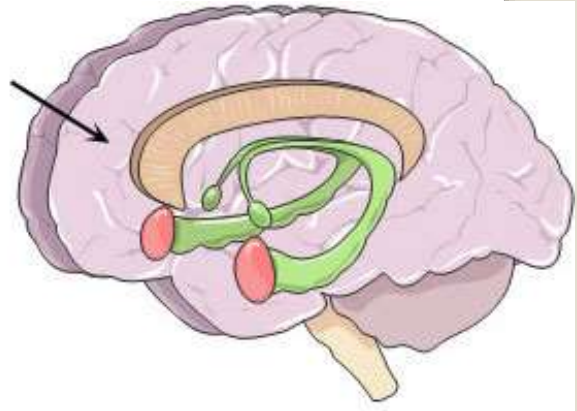
2 Le **cortex moteur** entraîne l'action (ici celle du pouce), les automatismes, mais aussi certaines émotions et croyances

3 Les jeux vidéos et autres activités gratifiantes sur écrans stimulent le circuit de récompense et la libération de la **dopamine**

4 Le **cortex préfrontal** est utilisé pour améliorer cette rapidité de décision et d'adaptation multitâche. Il nécessite d'être entraîné pour pouvoir **inhiber les réactions impulsives**, et permettre le raisonnement

Cortex préfrontal

- Mémoire à court terme
- Prise de décision
- Prise d'initiative



© Servier Medical Art

Le cortex préfrontal est en charge de notre capacité d'adaptation. C'est le cerveau de l'intelligence, de l'esprit d'initiative, de la prise de décision, du sang-froid.

Notre responsabilité :
activer les interactions sociales à l'adolescence

Source : Pr O. Houdé (CNRS - La Sorbonne LaPsyDé)





Les enjeux d'accompagnement par les adultes



- Les adolescents vont bien dans leur majorité... par contre la perception pessimiste et inquiète des adultes perdure
- 74% des adultes jugent que les adolescents se sentent mal dans leur peau vs un quart d'adolescents qui le déclarent.

- Les $\frac{3}{4}$ des adultes jugent que les adolescents pensent ne pas avoir besoin d'eux
- Alors que seulement 15% des adolescents considèrent effectivement ne pas avoir besoin des adultes.
- Une moitié d'adolescents (55%) aimerait avoir plus d'échanges avec les adultes

- Ceux qui bénéficient d'échanges réguliers avec leur entourage adulte obtiennent des scores de bien-être supérieurs, tandis que ceux qui décrivent avoir moins d'échanges témoignent plus souvent de signes de vulnérabilité.

807 Ados de 15-18 ans
– 822 adultes 25 ans et + - janv 2012



Résultats de l'étude quantitative 2012 Ipsos Santé pour la Fondation Pfizer

UN BESOIN D'OREILLES

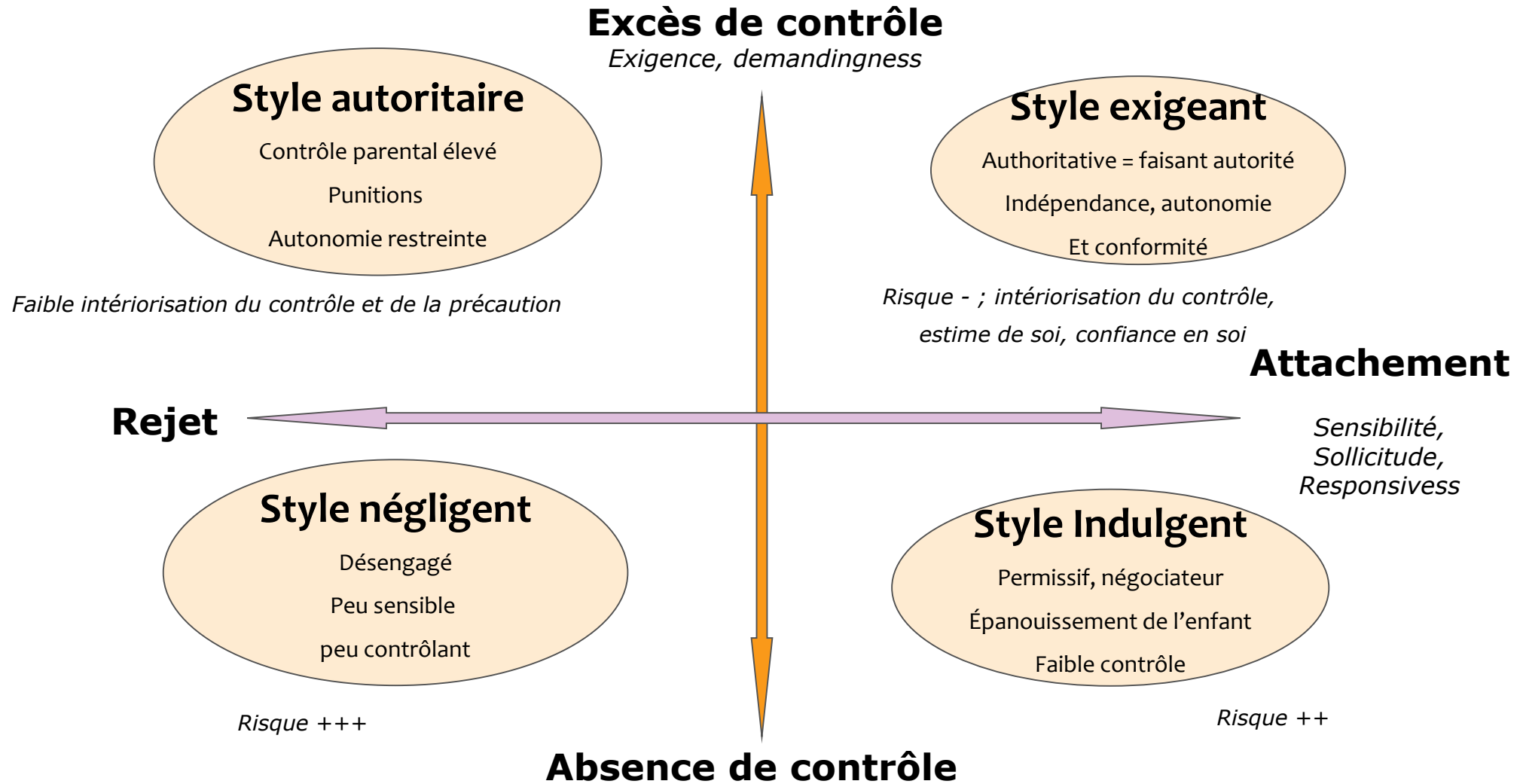


- **Les attentes des adolescents :**
 - Respect des autres, honnêteté, et confiance en soi : valeurs que les adultes devraient leur transmettre d'après eux et celles qu'ils souhaitent transmettre à leurs propres enfants.
- **Les cinq qualités clés des adultes (2007)**
 - Bienveillance
 - Autorité
 - Équité
 - Confiance dans l'avenir
 - Optimisme

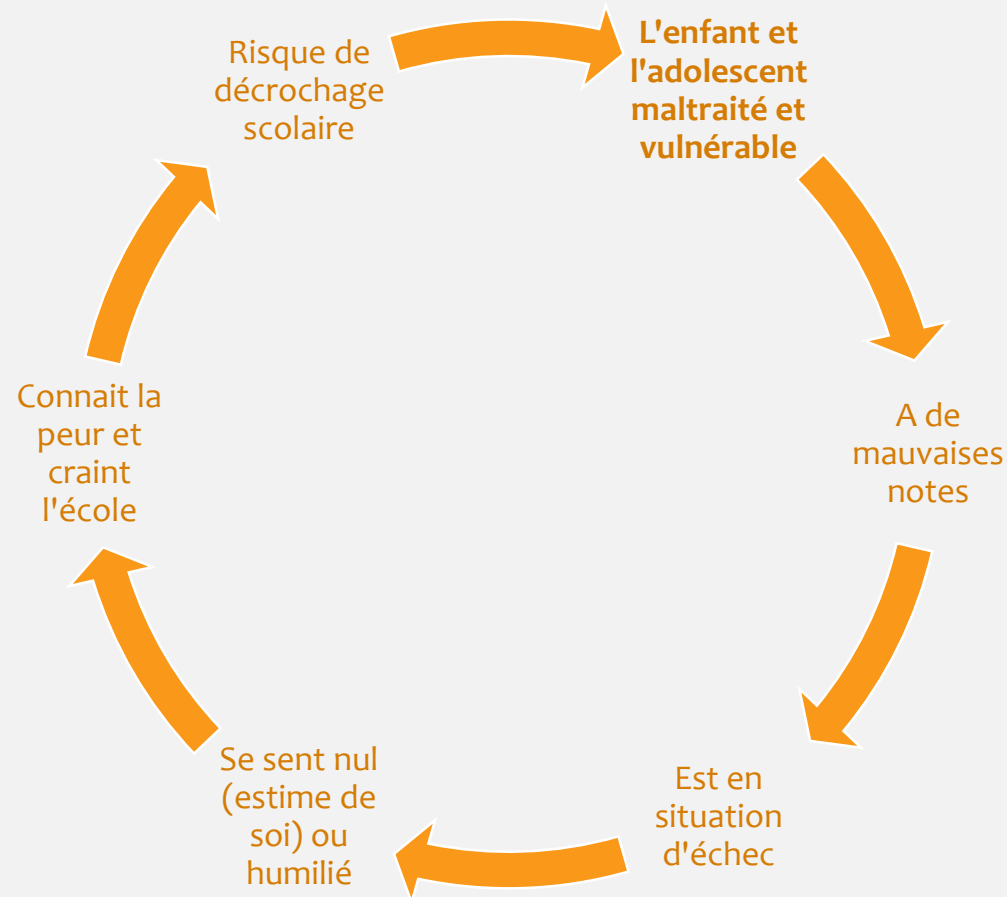


Quatre styles éducatifs parentaux

Diana Baumrind, 1971



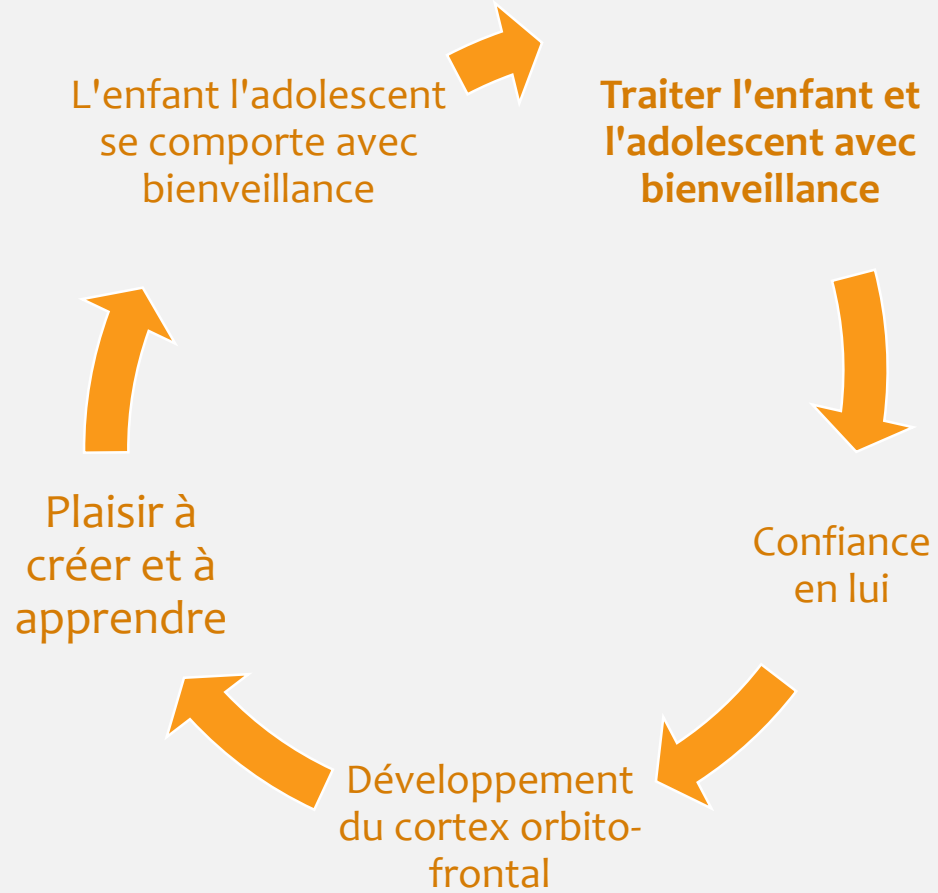
Cercle vicieux de la violence



90% des adultes pratiquent la violence éducative ordinaire ,VEO dans le monde.

- Colère, critique, humiliation, menaces, cris
- Cesser d'exprimer son affection...
- Punitons et retraits de privilèges : interdit de sorties, d'argent de poche....
- Agression émotionnelle et physique...

Cercle vertueux de la bientraitance



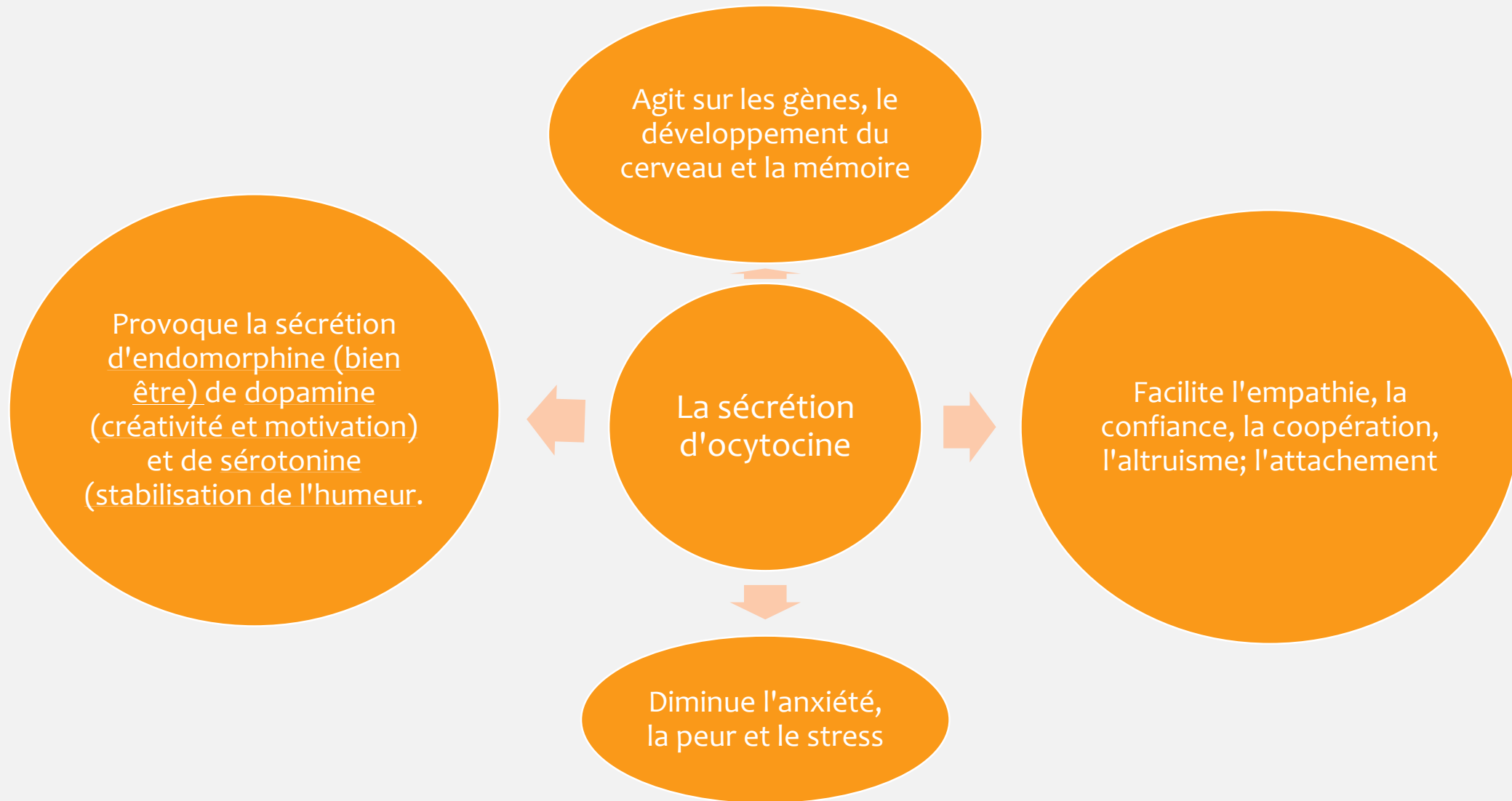
« Le soin apporté à un enfant ou un adolescent, la bienveillance éducative, les interactions harmonieuses, chaleureuse, les conversations agréables, le plaisir partagé entraînent la sécrétion de l'ocytocine. »

M. MEANRY; Université Mac Groll, Montreal

Attitude sécuritaire :

- Attention pour l'instant présent
- Authentique, à l'écoute
- Chaleureux, confiant
- Accepter l'autre là où il en est
- Disponible et sensible
- **Règles** : claires et précises, concrètes, cohérentes et stables, pas trop nombreuses, incontournables, indépendantes de l'humeur

Bienfaits de l'ocytocine



- Émotion = mouvement ; motio, se mouvoir
- Fonction de l'émotion : faire face aux déséquilibres, récupérer des blessures

- La colère = faire face à ses limites ; des obstacles ; des droits
- Peur = se protéger, anticiper, mesurer le risque
- Tristesse = changement, fin de cycle, construire du nouveau
- Joie = expansion, dynamiser
- Dégoût = survie, et aussi valeurs
- Surprise = nouveauté, on ne s'y attend pas

- ON NE PEUT PAS EMPECHER UNE EMOTION DE S'EXPRIMER
- Mais on peut apprendre à l'exprimer de façon acceptable
 - « On ne peut pas apprendre à nager à quelqu'un qui se noie »

**ON NE PEUT PAS EMPECHER
UNE EMOTION DE S'EXPRIMER**

Trois possibilités pour accueillir une émotion

Sympathie, compassion, empathie : quelle différence ?



La contagion émotionnelle

Courage !
Je suis avec toi
mon pauvre...



La compassion

Ou le déni...

Attrape !



L'empathie

Mettre en mots
Proposer des solutions
Soutenir les pleurs pour
décharger l'émotion et ouvrir
la réceptivité du cerveau

PYRAMIDE

DE MASLOW

BESOIN DE S'ACCOMPLIR

Épanouissement
personnel, réalisation
de soi, etc.

BESOIN D'ESTIME

Confiance, estime et respect
pour soi et par ses pairs, etc.

BESOINS D'APPARTENANCE ET AFFECTIFS

Amour, amitié, intimité, famille, etc.

BESOINS DE SÉCURITÉ

Logis, emploi (revenus), physique (violence), etc.

BESOINS PHYSIOLOGIQUES

Manger, dormir, boire, respirer, se vêtir, etc.

Les besoins fondamentaux des élèves

(A. Maslow, 1943 ; T. Gordon, 1974 ; M. Rosenberg, 1999 ; C. Marsollier, 2011)

