

CRISE D'ADOLESCENCE ET CRISE FAMILIALE

L'adolescence est liée à un fait psychologique. Mais elle est avant tout le passage du statut d'enfant au statut d'adulte. Devenir adulte, c'est devenir autonome, indépendant de sa famille d'origine. Cela suppose de s'en séparer, c'est-à-dire de négocier avec elle de nouveaux liens. Notre société occidentale est centrée sur la famille nucléaire depuis la révolution industrielle au XIX^{ème} siècle. Les familles montrent un intérêt grandissant pour l'éducation, la transmission du savoir, d'une compétence, d'une capacité d'adaptation, laquelle est devenue aussi importante que la transmission de biens.

L'adolescence, période durant laquelle se déroule le processus du passage de l'enfance à l'état d'adulte, a tendance à durer de plus en plus longtemps, pour diverses raisons, notamment économiques, sociales, culturelles et bien sûr affectives : obligation scolaire et allongement des études, crise économique et entrée plus tardive dans le monde du travail, etc.

Le début de l'adolescence coïncide avec le début de la puberté alors que le moment d'entrée dans l'âge adulte est moins bien défini. Constatons l'absence d'institutionnalisation de l'adolescence étant donné l'étendue de ce processus et la difficulté d'en définir les limites alors que dans les sociétés primitives, il y avait des rituels de passage célébrant la transition de l'enfance à l'âge adulte. Certains considèrent finalement que l'adolescence, qui s'étend plus ou moins entre les âges de 11 et 25 ans, est un rite de passage prolongé, propre à nos sociétés occidentales, dont les étapes, si elles varient d'une famille à l'autre, présentent macroscopiquement des signes extérieurs communs : obtention des clefs de la maison, heures de sorties étalées, accroissement de l'intimité personnelle, accession à la vie sexuelle, obtention du permis de conduire, investissements sentimentaux hors du cercle de famille, exercice du droit de vote, ouverture d'un compte en banque, acquisition de ressources financières venant de l'extérieur avec gestion autonome de cet argent, etc.

Les rites de passage sont un outil d'adapta-

tion produit par la société, liés au sexe, à l'âge, au changement de rôle (abandon de l'enfance pour le rôle adulte) ; ils facilitent le changement en synchronisant le temps collectif avec l'évolution personnelle qui, au niveau de l'adolescence, mène vers une autonomisation affective, sexuelle et socio-économique de plus en plus grande. Ils constituent une intersection des temps individuels avec les temps systémiques (familiaux et sociaux) et marquent ainsi le passage du temps : ils sont en somme une douane par où passe le temps, différenciant l'avant de l'après.



Une absence de ce type de rites ou une non-reconnaissance de leur nécessité, peut sans doute favoriser un fonctionnement rigide et bloqué dans les familles, les écoles et autres institutions : il y a en quelque sorte un arrêt du temps du fait du manque de marquage d'une évolution.

L'adolescent est attaché par un lien d'**appartenance** à une famille, son école, son groupe de pairs, etc., et en même temps, tout dans l'adolescence va dans le sens de l'**individuation**, de la séparation, du " face à ", bien plus que du " compris dans ", ou du " fusionnant ".

L'adolescence est une crise individuelle qui s'accompagne d'une crise familiale. Le terme " crise " désigne un bouleversement qui implique qu'il faut décider du choix de nouvelles approches non expérimentées jusque-là pour y répondre.

L'adolescent vit, comme chacun le sait, des transformations corporelles (généralisation de son corps), le développement de son fonctionnement intellectuel (acquisition et maniement plus aisé des abstractions), des changements sur le plan social (importance des pairs, des modes) avec les tentations et les dérives possibles.

Il a besoin de temps, d'espace et de sécurité pour développer son identité d'adolescent, ainsi que d'un soutien émotionnel et matériel (financier).

L'adolescent s'individue au sein d'une relation intense avec ses parents dont la présence demeure

cruciale. Il a à accomplir différentes tâches : développer un sens cohérent d'identité, se mettre à l'aise avec la sexualité, établir des connections avec ses pairs et acquérir les compétences nécessaires pour gérer le monde adulte. Il devient responsable de lui-même, doit gérer les changements rapides de son corps et maîtriser le développement de ses raisonnements abstraits.

On peut envisager l'adolescence en trois étapes :

- Début de l'adolescence : le jeune veut plus de responsabilité, mais ne revendique pas encore son indépendance. Dans certains milieux où les adolescents sont peu encadrés ou soutenus, ils peuvent, dès l'âge de 13-14 ans, vivre dans la rue la plupart du temps et remplacer le contrôle parental par celui du gang.
- Milieu de l'adolescence : il y a demande d'autodétermination, volonté de moins dépendre des parents mais davantage de soi ou du groupe de pairs. Si ces adolescents ne jouissent pas d'une bonne estime d'eux-mêmes ou s'ils ne bénéficient pas d'un groupe de pairs confortable, cette lutte pour l'autonomie peut les amener à vivre un profond sentiment de solitude, voire de la dépression. En particulier, c'est à ce moment que peut apparaître le premier épisode dépressif chez le jeune dont la famille est génétiquement vulnérable à la dépression.
- Les adolescents plus âgés se sentent plus sécurisés vis-à-vis d'eux-mêmes et dans leurs rapports avec le monde ; ils contrôlent mieux leurs impulsions et se définissent des objectifs.

Tous ces changements ont évidemment des répercussions sur les autres membres de la famille et sont eux-mêmes inhibés ou favorisés par les attitudes de ces derniers. L'adolescence implique donc une modification de l'organisation du système familial et bouscule chacun de ses membres dans ses habitudes. Le système traverse donc une période d'instabilité avec des tentatives de recherche de nouveaux équilibres.

Les problèmes présentés par les adolescents en difficulté - comme l'anorexie, la toxicomanie, la chute des résultats scolaires voire l'échec scolaire soudain, les tentatives de suicide, la fugue, la délinquance, la violence - peuvent être compris comme des rétroactions amenant le système familial à " se calmer ", à se réorganiser selon un mode déjà expérimenté et donc plus sécurisant car connu, car semblable à celui du " système-à-enfant(s) " (et non d'un " système-à-adolescent(s) "), mais avec en plus le prix à payer pour cette sécurisation : la souffrance et un arrêt dans un temps " anachronique "... En effet, ce type de problème peut conduire par exemple les parents à resserrer leur surveillance et encadrement plutôt que de les amener à libéraliser l'éducation en offrant au jeune plus d'espace de responsabilité et

d'autonomie.

A ce tableau s'ajoute une série de facteurs issus des mutations sociales et culturelles de notre environnement. Une étude longitudinale menée sur 10 ans aux USA, indique que le niveau de risques encourus par les adolescents est bien plus élevé depuis quelques années : près de la moitié des adolescents américains présentent un risque haut à modéré d'alcoolisme ou de toxicomanie, d'activité sexuelle non protégée, de délinquance, de troubles alimentaires, de victimisation par la violence et de dépression.

L'adolescence a lieu durant la phase du milieu du cycle de vie de la famille (*Midlife Family*), période où les âges des parents varient en moyenne de 40 à 65 ans ; à ce moment-là, ces derniers sont confrontés au vieillissement, au passage du temps, et tendent donc à reconsidérer leur vie et leur futur. Ils se réévaluent en tant que parents et font aussi le point sur leur mariage : des vécus précédemment insatisfaisants au niveau du couple, deviennent intolérables. De nouvelles relations affectives se tissent, des projets personnels jamais réalisés jusque-là devraient se concrétiser maintenant, avant que des obstacles liés à l'âge ne se manifestent.

Par ailleurs, les règles transgénérationnelles des différents systèmes familiaux d'origine se retrouvent réactualisées par les mouvements d'autonomisation des enfants. Les difficultés des adolescents entrent en résonance avec l'entrée dans la dernière phase de vie des grands-parents. Les parents font donc face à une double séparation : celle de leurs enfants (nid vide) et le deuil de leurs propres parents.

Confrontés à l'accumulation de ces remaniements, les parents peuvent trouver pesants les besoins d'attention et d'échanges émotionnels de leurs adolescents. Ils ressentent parfois du soulagement devant l'apparente émancipation (fort fragile) et la pseudo-autonomie qu'ils affichent. Alors qu'on a beaucoup abordé la difficulté des adultes à vivre la préparation à la phase du nid vide - et j'y reviendrai car elle continue à peser sur un certain nombre de familles - on constate de plus en plus le cas de figure inverse mais tout aussi problématique : celui où les parents sont pressés de traiter leur enfant en être indépendant, bien avant qu'il n'y soit prêt. La majorité des parents requérant une aide pour leurs adolescents étaient surmenés, travaillant de manière excessive, surimpliqués dans de nombreuses activités et se débattant dans des problèmes financiers ; souvent ils manquent eux-mêmes de soutiens émotionnels. Dès lors, les adolescents perturbés ressentent un manque d'attention et une forme d'abandon de la part de leurs parents ; ils peuvent solliciter la mise en place de limites ou d'attention par des " *acting-out* " alors qu'en face d'eux

- soit ces parents ont du mal à mettre des limites

car ils ont eux-mêmes souffert d'un excès d'autorité de la part de leurs propres parents et sont devenus allergiques à tout cadre ;

- soit ils ont désinvesti autant la famille que leur couple, s'impliquant plutôt dans leurs activités professionnelles ou loisirs extérieurs, voire dans des relations extraconjugales.

La crise touche tous les membres de la famille car l'adolescent transgresse les limites ultimes de la famille, mettant en question ses valeurs et ses croyances : il ne travaille plus à l'école ou fait l'école buissonnière, rentre bien plus tard que prévu, vole à la maison ou à l'extérieur, est grossier, sale, agressif ou violent, se drogue, etc. Il va d'autant plus loin que les limites sont laxistes, " pour voir jusqu'où c'est trop loin ", afin de trouver des bornes enfin définies et claires. Il donne l'impression de chercher à ce qu'enfin ses parents se manifestent en tant que personnes impliquées, mesurant la gravité de la situation. Tout se passe comme si, malgré l'affection entre générations, il manque une dimension aux interlocuteurs adultes, qui leur donne une forme d'assurance pour affirmer leurs valeurs et les limites qu'ils ont élaborées sur base de ces valeurs. Dans de telles situations, il apparaît nécessaire d'instaurer des rôles et des limites claires pour que les espaces individuels de chaque membre de la famille (parents comme adolescents) soient bien définis.

Lors de la prise d'autonomie croissante de l'adolescent, le couple peut voir sa relation s'améliorer ou se dissoudre.

La famille qui entre dans l'étape adolescente de son cycle de vie, devrait être à même de convertir une organisation plutôt centripète (centrée sur les enfants) en une organisation centrifuge : les adolescents privilégient leurs activités extérieures avec les pairs, le couple parental est amené à élargir sa vie sociale tout en étant plus directement confronté à son propre fonctionnement ; plus isolés dans leur face-à-face, certains parents vivent très difficilement ce huis clos, surtout s'il laisse apparaître un vide ou des incompatibilités jusque-là masquées par les tâches éducatives.

A ce stade, qui survient en général une douzaine d'années après la création du couple, le taux de divorce est en augmentation. Ces séparations de leurs parents constituent, pour les adolescents, un stress majeur, renforcé par l'absence de disponibilité des parents pris eux-mêmes dans les tensions émotionnelles inhérentes à une rupture, ou à un engagement avec un nouveau partenaire. On a observé par exemple que les enfants ayant présenté un ADHD (déficit de l'attention et hyperactivité) sont particulièrement vulnérables à ce type de stress familiaux durant l'adolescence.

Au cours d'un divorce ou après celui-ci, les parents présentent occasionnellement la *dynamique*

d'abdication (the abdication dynamic) : ils sont tellement démoralisés qu'ils deviennent incapables d'exercer leur rôle de parents et deviennent ainsi essentiellement absents et inopérants dans la vie de leurs enfants.

Certains de ces parents sont confrontés à leur propre adolescence, et réalisent qu'ils ne l'ont " pas vécue ". Ils " décident " de la vivre à ce moment-là, la " volant " à leur enfant qui adopte un rôle parental et remplace le partenaire qui a déserté le foyer ; dès lors, il n'arrive plus à s'autonomiser sans se sentir coupable d'abandonner à son tour un parent déjà laissé pour compte par son conjoint ; ces adolescents se retrouvent choqués et démunis.

Lorsqu'ils ressentent que leurs parents sont en train de se séparer émotionnellement, les adolescents cherchent de manière plus ou moins inconsciente à les réunir à nouveau, par exemple à l'aide d'" *acting-out* " si dramatiques que leurs géniteurs sont forcés de chercher appui l'un chez l'autre. Les pères qui prennent de plus en plus de distance de la famille et dont les enfants craignent un départ éventuel, sont alors sollicités par leurs adolescents qui expriment le besoin urgent d'être soutenus par eux pour affronter le monde extérieur. Sans le vouloir, les mères de ces adolescents renforcent la crise en se montrant de plus en plus inefficaces dans l'abord de leur fils rebelle.

La transformation de l'enfant en adolescent se passe donc au sein du système familial en bouleversant certaines des fondations de la famille tout en étant influencée en même temps par elle. Autrement dit, qui parle de crise d'adolescence, parle aussi de crise familiale, le terme " crise " impliquant le sentiment de ne plus pouvoir répondre à une perturbation en recourant aux moyens et repères habituels, et le sentiment d'être incapable d'en trouver d'autres : il y a en même temps nécessité et impossibilité de décider comment réagir.

La crise familiale se manifeste donc d'autant plus qu'une modification en profondeur du fonctionnement familial, et que le repositionnement des membres de la famille, n'ont pu se négocier. Des stratégies d'évitement de la crise risquent d'apparaître, se manifestant par exemple sous forme de symptômes divers chez les adolescents ; ils permettent à la famille d'arrêter le temps en la maintenant dans un mode de fonctionnement fondé sur l'inquiétude et la surprotection : le système familial se présente alors comme fixé à une étape antérieure, plus " jeune " (l'enfance) que celle à laquelle son stade de développement pourrait correspondre. Les parents s'inquiètent de voir leur jeune fille ne plus manger au lieu d'être confrontés à ses revendications de plus de liberté hors de la maison.

Bien souvent, les symptômes qui apparaissent chez l'adolescent réunissent les parents en les ame-

nant à communiquer au travers et à propos de l'adolescent "patient désigné", lequel de son côté ne se désengage pas de la famille. Il arrive que la famille ainsi restabilisée sur une base triangulaire, se maintienne dans cet état de manière prolongée, indépendamment des âges biologiques : le temps s'arrête, et l'on voit ainsi des parents âgés accompagnés de leurs "enfants" de 40 ans, présentant encore des symptômes datant du début de l'adolescence.

Le recours à l'institution psychiatrique comme solution de la crise, peut contribuer à la stabilisation de la situation, avec un allègement temporaire de la souffrance : le jeune ne devient certes ni indépendant ni autonome sur le plan économique, il demeure dans un état de handicapé. On constate souvent que si l'état du jeune patient s'améliore, les conflits et l'instabilité familiale réapparaissent, bientôt suivis d'une rechute de l'adolescent (cf. cycle de la drogue...).

On observe bien souvent dans les familles d'adolescents en crise, deux hiérarchies simultanées qui sont contradictoires : le jeune est incompetent, déficient, dépendant sur le plan matériel de ses parents qui, en position haute prennent soin de lui. En même temps, les parents sont dominés par sa faiblesse, ses menaces ou ses comportements dangereux.

Si le temps passe, ces hiérarchies se stabilisent et les systèmes d'interactions deviennent chroniques. Le comportement déviant ou dévié persiste comme une fonction indispensable à l'équilibre du système, indépendamment de ce qui l'a fait apparaître. On passe alors à une hiérarchie inversée où le jeune se trouve en position haute la plupart du temps (violence, délinquance, toxicomanie, etc., et parfois psychose). Les parents essayent de restaurer leur position hiérarchique antérieure en faisant appel à des agents du contrôle social (police, hôpitaux psychiatriques). Lorsque le jeune est institutionnalisé, il est encore plus démuné ; il a donc encore plus de pouvoir sur ses parents, et le fonctionnement du système ne change donc pas en profondeur.

Dans les troubles de l'adolescence, tout se passe souvent comme si, dans la logique du système familial, l'adolescent ne peut se permettre de quitter sa famille. Les symptômes sont alors des éléments de communication qui perturbent l'identité de l'adolescent et retardent ou bloquent l'évolution de la famille vers un stade ultérieur de son cycle de vie.

Les troubles de l'adolescent sont des signaux de détresse qui reflètent le chaos de la famille, de la société et de la culture.

Soulignons que le symptôme de l'adolescent en crise peut aussi être une métaphore ou une parodie d'un thème tabou, secret ou conflictuel,

enterré au plus profond de la famille, comme la violence délinquante de l'adolescent dont les parents vivent une relation conjugale manifestement violente ou "agressive-gelée", les fugues du jeune alors qu'un parent prépare son départ ou a une double vie, la toxicomanie dans un milieu où les dépendances de tous ordres sont pesantes, les tentatives de suicide dans un milieu où les conflits sont tus mais où le silence et la tension sont pesants.

La famille est donc fragilisée par différents facteurs propres à cette étape du cycle de vie : problèmes d'un adolescent ou d'un jeune adulte, problèmes conjugaux, maladie ou mort d'un grand parent ou d'un parent, perte d'emploi et décroissance du niveau économique (pouvant être aussi lié à un divorce), etc.

Les parents sont aussi confrontés aux défis contradictoires de devoir relâcher les règles et d'accorder aux adolescents un contrôle approprié sur leur vie, tout en établissant des limites raisonnables pour un jeune dont le jugement est encore fragile et dont l'expérience de la vie et de ses complexités est insuffisante. Il n'est pas facile de soutenir un adolescent qui confie peu ses difficultés et qui peut sembler bien plus indépendant qu'il ne l'est en réalité.

Ajoutons que les seules références servant de modèles ou au contraire de contre modèles, voire de repoussoirs, sont les vécus des parents en ce qui concerne leur propre adolescence et la famille qu'ils avaient à cette époque-là. Cela ne constitue pas toujours pour eux des repères solides.

L'un des éléments clés pour les familles confrontées à la maturation rapide et aux changements de l'adolescent en phase adolescente, est le processus qui permet de maintenir un lien émotionnel. Les teen-agers qui se sentent proches de leurs parents présentent moins de comportements à risques ; des attentes importantes sur le plan des études ont également un effet positif. Un facteur crucial est constitué par le degré d'implication des parents, l'attention qu'ils portent à leurs adolescents, ce qui donne à ces derniers le sentiment d'être soutenus émotionnellement. Cela implique aussi l'existence dans la famille de règles n'interdisant pas les conflits, et l'existence de ressources permettant de les gérer et non pas de les vivre comme totalement destructeurs et à proscrire. Si des parents se sentent anéantis et complètement déstabilisés par leurs adolescents opposants, cette rébellion risque de s'intensifier jusqu'à des extrêmes (violence, etc.), ou de s'autocensurer totalement si la culpabilité domine tous les membres de la famille : les parents se considèrent inadéquats, incompetents, et le jeune se vit comme "méchant" ou ingrat. Un tel processus inhibe une autonomisation réelle ; en effet, ou le jeune part violemment, en claquant la porte, et ce départ se passe mal car un lien conflictuel demeure de manière intense même s'il est peu apparent... ou

bien, il arrête de grandir.

Dans toute famille, l'adolescence nécessite un remaniement en profondeur de la structure organisationnelle et des rôles assumés par chacun. En ce sens, il s'agit d'une crise évolutive sans doute indispensable pour parvenir à une plus grande autonomie à l'âge adulte. L'absence de ce type de crise, parfois considérée à tort comme salutaire et signe de bonne entente, pourrait ne déboucher que sur un mode de fonctionnement où les jeunes restent plus dépendants de leur entourage cocoonant, comme dans le cas du film "Tanguy"; peut-être un jour, se trouveront-ils à leur tour démunis devant leurs propres enfants devenant adolescents ...

Il n'en est pas moins vrai que cette phase du développement du cycle de vie de la famille est souvent difficile à vivre pour chacun des membres, compte tenu de l'intensité des enjeux émotionnels qu'elle représente pour tous, mais elle est aussi une source considérable d'enrichissement.

* * *

Bibliographie disponible sur simple demande.

*

* *

Le Pr A. Lamesch, Président de l'Extension de l'Université Libre de Bruxelles à Luxembourg, a été nommé Officier de l'Ordre National de la Légion d'Honneur.

L'Ambassadeur de France à Luxembourg, Mr P. Garrigue-Guyonnaud, lui a remis cette médaille le 12 février 2003 dans les salons de l'Ambassade de France en présence d'une nombreuse assistance.

Nos vives et sincères félicitations.



Le Pr A. Lamesch (à droite) est félicité par l'Ambassadeur de France à Luxembourg.

CHORUS INFO

Nous vous rappelons que vous pouvez consulter la liste des séminaires via l'agenda électronique sur le site A.M.U.B. :

<http://www.amub.be>
rubrique « Chorus Info »