

Cette fameuse "crise" de l'adolescence est une étape transitoire de déséquilibre psychologique, nécessaire à l'évolution de tout individu. Cette évolution est variable : tout est possible, vers le mieux ou le pire. Elle dépend autant de facteurs internes (psychiques), qu'externes (environnementaux, familiaux ...).

L'adolescent est rendu vulnérable du fait des changements physiques qui s'opèrent en lui, son corps se transforme, et cette métamorphose a d'importantes répercussions psychologiques. Devenir un corps d'adulte est une épreuve car il faut renoncer à son corps d'enfant. Ce corps était le garant d'une sécurité acquise, symbole aussi d'une identité première acquise. Le phénomène pubertaire modifie le schéma corporel et menace ce sentiment d'identité. Les changements corporels s'accroissent ! Survient alors une période de décalage entre les deux transformations réelles et imaginaires. L'image de soi ne correspond plus avec la réalité. Il faut donc rompre, s'arracher à cet enfant que l'on était (alors même que d'un point de vue relationnel, on peut être encore considéré comme un enfant par la famille).

L'adolescent se cherche une nouvelle identité au travers de ce corps modifié dans son apparence physique. C'est pourquoi chez l'adolescent le corps devient un vecteur d'affirmation sociale. Il va par exemple donner une importance capitale au style de vêtements qu'il porte. Ses vêtements sont comme une "seconde peau" ou une "carapace" pour cacher le corps qui le dérange. C'est en choisissant sa façon de s'habiller, de se coiffer que l'ado s'approprie son corps subi. Vous avez sans doute remarqué combien de temps passe certains ados devant le miroir. Certains y passent des heures à se regarder, à ajuster ses vêtements, à se coiffer pour se faire la dernière mode de la mode. La pile de vêtements qui s'amoncelle par terre dans la chambre témoigne du temps passé à trouver la bonne tenue. Les habits peuvent aussi permettre de s'opposer à la famille, à la société (par l'originalité ou l'excentricité) ou de dissimuler les formes, les complexes sous des vêtements amples, ou encore de se fâcher outrageusement, comme une caricature qui suggère une sexualité active (bien qu'il s'agisse parfois d'une fuite en avant face à l'angoisse d'une telle sexualité). Quel que soit son choix de fonctionnement, l'ado habille ce corps et transmet un message. Son identité qu'il est entrain de transformer et de construire s'appuie sur cette image du corps.

Cette quête d'autonomie, l'adolescent va aussi la rechercher en dehors de la famille. Il va s'identifier à certains modèles valorisés par le groupe auquel il appartient, il va se ballader en "bande", avec certains signes distinctifs (mêmes vêtements, même façon de parler ...). Il va chercher aussi l'amitié complice, voire fusionnelle. Critiquer ses fréquentations sera source de conflit, voire même de perte de confiance en vous, de rupture de communication. Il est plus judicieux, d'accepter qu'il fasse venir ses amis chez vous plutôt qu'il traîne les rues avec ses copains que vous ne supportez pas.

C'est le temps parfois de l'opposition aux parents, du rejet de certaines valeurs, du défi de l'autorité. Cela ne veut pas dire qu'ils ne vous aiment plus, mais il leur faut passer par une étape de critiques négatives de leurs parents (de toute autorité d'ailleurs, les profs, la société ...), car c'est ainsi que les adolescents parviennent à se "séparer" psychologiquement de leurs parents pour grandir, pour s'affirmer, pour devenir des adultes tout simplement.

La meilleure attitude à adopter avec eux est celle de l'écoute, de la communication et non pas forcément de la répression, afin de ne pas laisser s'installer un gouffre d'incompréhension : leur donner des limites à respecter mais entre ces limites accepter une part de liberté d'expression et d'action dans lesquelles ils pourront se sentir exister par eux-mêmes, prendre certaines responsabilités, devenir autonomes, construire leur propre identité physique et psychologique.

Le métier de parent est difficile, mais en observant son enfant, son adolescent, le père ou la mère va aussi évoluer.