

P'tit(e) con(ne)

ou l'insoutenable

légèreté

de l'adolescence

P'tit(e) con(ne)
ou l'insoutenable
légèreté
de l'adolescence

Les ados d'hier et d'aujourd'hui

Christelle DUGARDIN

Copyright © 2020 – Christelle Dugardin

Tous droits réservés dans tous pays

ISBN : 979-10-359-4116-1

Dépôt légal : février 2020

Réimpression à la demande : novembre 2020

Éditeur : Christelle Dugardin

Achevé d'imprimer en France

Dessins et couverture : Patrick Marchal (directeur artistique)

Mise en page : Anne Guervel

Photographie de Luc Madrange

À 10 ans,
j'entendais

*Quand j'avais
ton âge, jamais
je ne me serais
permis de...*

À 15 ans,
j'entendais

*Ah! Les jeunes
d'aujourd'hui,
ça n'est plus ce
que c'était...*

À 20 ans,
j'entendais

*C'était
mieux avant,
les jeunes étaient
plus responsables...*

À 30 ans,
j'entendais

*Les jeunes sont
devenus fainéants!
On ne peut plus rien
attendre d'eux...*

Aujourd'hui,
à plus de 40 ans,
j'entends encore
trop souvent

*Les jeunes d'aujourd'hui
sont terribles. Comment fais-
tu pour travailler avec eux? Tu
en as du courage! La violence
augmente! Ils sont désespérants,
fatigants, fainéants... Ils
n'arriveront à rien. Moi, à
leur âge...*

Dédicace

Je dédicace ce livre :

À mon neveu Amaury et ma nièce Eugénie

À tous les adolescents que j'ai rencontrés : Anissa (la plus résiliente que je connaisse), Anna, Rémy,

À Romain, Anaëlle, Louise, Yaël, Brune...

Aux parents qui font (ou qui ont fait) de leur mieux pour accompagner leurs ados...

Je vous dédicace ce livre, à vous lecteur !

Quel que soit votre âge, vous êtes ou vous avez été un adolescent. Un adolescent riche forcément de ses expériences, de ses doutes, de ses peines, de ses joies...

Quel que soit l'adolescent que vous avez été, vous êtes forcément une personne aujourd'hui qui s'est construite avec ses expériences poursuivant son chemin. Ce passé nous le regrettons parfois : nous n'étions préoccupés que par notre instant présent. Aujourd'hui, n'oubliez pas trop cet adolescent, ce que vous vouliez, ce que vous désiriez. N'oubliez pas non plus parfois de vivre l'instant présent comme vous saviez si bien le faire à cet âge sans vous préoccuper de demain. Appéciez les moments passés entre

amis afin de vous rappeler que vous n'étiez pas si différent que nos ados d'aujourd'hui. Admettez-le, il est arrivé parfois de pousser le bouchon un peu loin ?!

Ce livre va vous plonger dans l'univers de l'adolescent. Il n'est fait que dans un seul but. Non ce n'était pas mieux avant : les ados d'hier et d'aujourd'hui ne sont pas si différents. Divers témoignages de personnes de tout âge vont vous le prouver. Ces témoignages amusants, parfois difficiles, vous feront rire, vous attendriront, émotions garanties.

Alors bonne lecture et amusez-vous bien.

Sommaire

Dédicace	8
Préface	11
Quelques mots... ..	13
Introduction	15
PARTIE I	19
D'un point de vue neurologique	20
D'un point de vue psycho affectif	29
D'un point de vue social	34
PARTIE II	41
C'est la faute des émotions	42
C'est la faute du manque d'expérience	54
C'est la faute du besoin de reconnaissance, d'exister	62
C'est la faute du défi d'autorité	72
C'est la faute du divertissement (enfant libre)	79
C'est la faute de la sexualité	89
C'est la faute de l'étiquette, de la place, de l'appartenance ...	99
C'est la faute de l'effet de groupe	111
C'est la faute du besoin de connaître ses limites	124
C'est la faute des psychotropes et de la prise de risques	138
Après coup... ..	147
C'est grâce à une rencontre	152
Multi causes	158
Conclusion	190
PLUS D'ANECDOTES... suite des témoignages	199
Bibliographie	287
Pour aller plus loin	289
Remerciements	291

Préface

Quelques mots pour nous les humains, sont particulièrement chargés de sens :

La vie, l'amour, la haine, la mort, l'injustice, le bonheur.

L'adolescence est ce moment de passage d'un soi à un autre soi.

C'est la transition entre le petit monde de l'enfance et le grand monde du devenir.

Survient alors un bouleversement inouï de force et de violence qui va mettre à l'épreuve du désir et de la peur, le sens de la vie, de la mort, la quête de l'amour et du bonheur.

Une haine rebelle et un combat farouche vont s'élever pour traquer l'injustice, les abus de pouvoir ou d'emprise.

Le feu des actes sera nourri de pulsions décuplées.

Dans cet ouvrage, d'anciens adolescents évoquent le souvenir des tribulations improbables du moment extraordinaire de cette seconde naissance, rarement « eutocique¹ ».

C'est la période de tous les possibles pour se sentir exister, être à l'origine de soi, envers et contre tout et tous parfois.

La morale de ces histoires de vie est certainement que les parents, les éducateurs, les adultes, doivent respecter, accompagner, veiller, mais permettre sans juger, ni fustiger, les essais et erreurs de leurs jeunes sur la route de la vie.

L'adulte doit rester solide et résistant face aux attaques adolescentes impitoyables.

La violence des émotions et du désir de ce moment de mue, ne sera jamais plus forte que l'amour, la sécurité, et les liens qui ont été offerts dans l'enfance.

La Gratitude revient plus tard, le calme suit toujours la tempête si elle a pu éclater pour soulager le ciel de ses lourds nuages gris.

1 Selon le Larousse : « Qui favorise l'accouchement »

Je terminerai par un vœu, celui de garder en nous cette quête d'absolu et de justice, précieuse force de vie, pour aller au meilleur de nous-mêmes parmi les autres...

Les belles rencontres, les expériences ouvriront alors la porte de la paix intérieure, de l'amour et de la liberté.

Marie-Thérèse Polis

Psychologue clinicienne zoothérapeute

En remerciant ANGE, ma golden,

qui m'a fait connaître Christelle.

Quelques mots...

L'Homme! Quel sujet riche et passionnant! Quand je dis l'Homme, j'inclus bien évidemment la Femme (qui devrait également avoir le droit à sa majuscule, après tout) et j'aime y inclure aussi toutes les étapes qui caractérisent sa croissance biologique... Si l'humain est un sujet riche et passionnant comme j'aime à le dire, c'est précisément parce qu'il est nuancé par les couleurs de son chemin évolutif personnel et, en même temps, commun à tous! Ce chemin qui fait de nous des êtres potentiellement riches, en devenir de sagesse : le passage de l'enfance vers l'âge adulte. Car contrairement à la tendance négative actuelle, prenant à mon goût trop d'ampleur, je persiste à penser que l'Homme est à la base passionnant, surprenant, bienveillant, loin des clichés pessimistes d'une certaine morosité ambiante. Ce livre a pour but, non pas de vous prouver, mais de vous permettre de découvrir que l'animal que nous sommes tous est naturellement attachant; que pour devenir cet être attachant, l'Homme passe par des phases qui l'aident à se construire et à apprendre de ses erreurs. L'enfance et l'adolescence sont le cheminement indispensable à notre épanouissement « maturel », depuis que l'Homme (moderne) existe.

Il y a tellement de choses à raconter sur l'humain, tellement de sujets excitants à traiter à propos desquels de nombreux ouvrages magnifiques existent déjà. Chacun segmenté en genre ou spécialisé par fonctions, périodes, etc. Et s'il y a bien une période de l'Homme qui suscite beaucoup d'interrogations et/ou d'incompréhensions, c'est bien celle de l'adolescence! Un

sujet que j'affectionne tout particulièrement et qui véhicule, aujourd'hui encore, beaucoup trop d'idées reçues.

Ce livre va, je l'espère, d'une manière légère, vous amener vers un peu de réflexion autour de ce que nous savons (ou du moins, ce que nous croyons savoir) sur l'adolescence ; de ce que nous pensons, de façon ancrée, sur les conséquences de la fameuse « crise de l'adolescence » ; de prendre un peu de recul sur les « D'jeuns » et surtout sur nos a priori. Pour ce faire, je vais simplement partager avec vous quelques-unes de mes recherches sur cet être humain de douze à vingt-cinq ans, qui est effectivement quelque peu différent de nous, les adultes. Car, bien sûr, l'adolescent, cet humain en construction, n'est pas « fini ».

Je vous invite enfin à participer à la vie de ce livre en y laissant votre empreinte. En effet, je vous ai réservé des espaces sur lesquels vous pouvez, en répondant à quelques questions vous remémorer vos souvenirs d'adolescence, un petit retour dans le passé...

Introduction

Dans le sketch Les militaires, Coluche parle des enfants et ados (qui grandissent) en disant :

« Parce qu'on dit toujours : "Oh ! Les enfants ils sont intelligents, les enfants". Après, on dit : "plus ils sont grands, plus ils sont bêtes!", et on leur dit "les enfants ils sont intelligents pour leur âge". Ça prouve bien que quand ils grandissent, ils y paument. Et alors, il y a des qualificatifs : "plus il est grand, plus il est bête", "jeune grand con", "grande andouille..." jusqu'à "vieux con". Alors, si les enfants sont intelligents et que plus ils grandissent, plus ils deviennent bêtes, ils paument un truc en route qui n'est quand même pas facile à expliquer, là... Moi, j'ai un truc, mais j'sais pas, c'est léger : parce que comm c'est les grands qui disent que les mômes sont intelligents, et que déjà ils sont censés être cons, peut-être qu'ils se gourent! »

J'ai côtoyé le monde des adolescents en tant qu'assistante sociale, éducatrice spécialisée, formatrice, coach scolaire, de différentes manières avec différents outils. C'est un monde qui m'a toujours plu. Par « déformation professionnelle » et sans doute aussi par passion, il m'arrivait d'en parler avec des ami(e)s autour d'un repas, d'un apéro... tout en leur posant des questions sur leur propre adolescence puisque le sujet « des jeunes d'aujourd'hui » revient facilement dans les conversations. D'ailleurs les : « il rentre dans sa période de crise » reviennent régulièrement quand certains parents ou adultes côtoient des adolescents. Lors de ces soirées entre amis, pris au piège d'une ambiance entre « potes adultes », on se lâche, les langues se délient et on se raconte nos

souvenirs d'adolescent, en essayant de savoir lequel d'entre nous a fait la plus « grosse bêtise ». Autour de la table, une assistante sociale, un policier, un graphiste, une éducatrice, un technicien de maintenance, un agent de la SNCF... des personnes ayant une situation professionnelle, une vie « stable », qui finissent par dire : « si mon fils ou ma fille faisait cela aujourd'hui !!! »

Je peux confirmer avoir rencontré beaucoup d'adolescents durant mon parcours, de classes sociales et d'origines différentes, plus ou moins touchants, avec leurs histoires, leurs valeurs s'ancrant progressivement. Des jeunes qui se cherchent, s'affirment. Des êtres pensants, avec leurs ambitions, leurs rêves, leurs peurs, leurs émotions décuplées ! Tous ces jeunes sont surprenants, pleins de ressources et sensibles. En un mot : attachants.

Mais alors, pourquoi arrive-t-il que, parfois nous les adultes, ne les comprenions pas ? Pourquoi tant de décalage ? Qu'est-ce qui nous fait croire que notre ado va forcément passer par un moment difficile dans sa vie ? Cette fameuse crise tant redoutée : la crise d'adolescence, existe-t-elle vraiment ? Et si oui, a-t-elle toujours existé dans nos civilisations ?

Ainsi, je me suis renseignée, j'ai cherché, fouillé dans des livres, sur internet, des magazines... D'où vient le mot adolescent ? Que met-on derrière les actes des adolescents ? Mes recherches m'ont permis d'obtenir des réponses, tout en me submergeant de nouvelles questions dans d'autres domaines (sociologique, familiale, systémique, codes...). Elles m'ont prouvé qu'il serait trop réducteur de vouloir limiter l'adolescence à une simple période de la vie.

Les adolescents que j'ai pu croiser ne sont pas tous passés par des souffrances psychologiques, par de la violence ou du mutisme. La majorité des jeunes, si on les écoute bien, parlent, échangent, vivent une période de leur vie comme toutes les autres périodes qui se suivent ! Oui, c'est parfois difficile d'accepter ce corps changeant avec, pour certains, les boutons d'acné, la voix qui mue et j'en passe... Eh oui, ce sont des adultes en devenir qui souhaitent s'affirmer, qui nous provoquent parfois, mais désirent juste que leurs opinions soient entendues...

Mais dédramatisons un peu ! Et si on essayait plutôt de se souvenir de notre propre adolescence ? En toute honnêteté avec nous-mêmes et avec objectivité ? Ça donnerait quoi ?

Si j'ai voulu m'amuser à recueillir des anecdotes apportées de personnes de tous horizons, c'est justement pour nous amener à réfléchir sur la place des jeunes et le regard que les sociétés portent sur eux. J'ai cherché à vérifier, par des témoignages et des recherches, l'hypothèse que les adolescents d'aujourd'hui et d'hier ne sont pas tous si différents. De casser le principe du « c'était mieux avant... ».

Alors, pour ne pas faire de ce livre un « mode d'emploi » trop complexe sur l'adolescence, je vais d'abord vous exposer de façon simplifiée le fonctionnement de l'ado et de ce qui lui passe par la tête, en général. Puis, brièvement, je vais survoler l'importance de son interaction avec l'entourage, pour finir par déterminer certaines causes à ses « dérives » en illustrant par des témoignages recueillis au cours de mes investigations. À la fin, vous aurez l'occasion de découvrir tous les témoignages et de vous amuser à déterminer les causes par vous-mêmes.

Tel est le but de ce livre : amener la réflexion, oui, mais par le concret du vécu ! En partageant avec vous les anecdotes d'une centaine de personnes au moment de leur passage par le pays de l'adolescence (certains y sont encore, d'ailleurs). Ces hommes et femmes, jeunes, anciens jeunes, échantillon de notre entourage et miroir de nous-mêmes, mère, père, arrière-grands-parents, chanteurs, boulangers, directeurs, médecins, acteurs, ouvriers, étudiants... Tous ont un point commun, et ce, quel que soit le contexte social ou l'époque : ils ont fait des expériences ! On va dire des erreurs de parcours faisant partie de leur vie.

C'est important de le préciser, car même si je n'approuve pas toujours ces « rituels de vie » pour apprendre à devenir adulte décrits dans ce livre (j'entends par là que certaines ne sont évidemment pas à prendre pour modèle), ces « couillonnades » font partie d'eux, de ce qu'ils sont devenus aujourd'hui : des humains riches et passionnants. Attachants. Car un ado qui a fait une bêtise, une erreur déraisonnée ne se transforme pas fatalement en un adulte raté, un bon à rien ou un rebut de la société. Comme le dit si bien le Dalaïlama : « Les seules vraies erreurs sont celles que nous commettons à répétition. Les autres sont des occasions d'apprentissages ».



PARTIE I

D'un point de vue neurologique

Le cerveau des adolescents...

En premier lieu, je suis allée chercher du côté de la science afin de comprendre ce qui se passait mécaniquement dans la tête de ces « gamins », pour qui prendre des risques est un leitmotiv... En fait, l'essentiel se joue dans le cerveau ! Depuis plusieurs années, différents chercheurs en neurosciences ont trouvé des explications sur ce qui se passe : les neurobiologistes pensaient depuis très longtemps que le cerveau de l'enfant n'atteignait sa maturité qu'à sa puberté. Donc, que lesdits problèmes de l'adolescence (dont la « crise de l'adolescence », voire l'âge bête) étaient dus simplement aux hormones... Depuis une dizaine d'années, il a été constaté que le cerveau de l'adolescent est en réalité toujours en chantier à cette période de sa vie. Des travaux récents en neurosciences ont prouvé que le cerveau de l'adolescent est en fait bien différent de celui de l'adulte.

Comment fonctionne le cerveau ?

Neurones

Tout le monde sait, à peu près, ce qu'est un neurone. Mais connaissons-nous tous son rôle et son évolution au fil du temps ? Pour le comprendre, sans avoir besoin d'un cours de biologie, il faut l'imaginer comme une petite graine de plante. Dans cette graine, il y a un noyau et autour de lui, il y a le « soma » (corps cellulaire, péricaryon qui forme la partie centrale du noyau d'un neurone). Au cours de son développement, le soma va s'étirer dans toutes les directions de façon anarchique dans son mouvement,