

Entretien psy ...

10-2011

La violence à l'adolescence

Comprendre pour mieux prévenir

(Propos recueillis par Sihem Bendib)

La question de la violence est-elle récurrente à l'adolescence?

La violence est une question universelle qui traverse toutes les civilisations, toutes les étapes de la vie et notamment l'adolescence. Il est difficile d'imaginer une adolescence sans violence parce que le processus adolescent est violent en lui-même. On parle de la « crise adolescente » car c'est une véritable crise existentielle, une révolution interne qui se joue pour le jeune.

En quoi est-une « crise existentielle » ?

Parce que ses repères changent. C'est une période de grands remaniements identitaires liés tout d'abord à la poussée pubertaire. Le corps des adolescents se transforme, malgré eux, sans qu'ils puissent contrôler ses changements. Ils perdent le contrôle. D'ailleurs nombre de passages à l'acte à l'adolescence visent à retrouver cette maîtrise du corps. C'est un enjeu majeur à cette période. Ils auront à apprivoiser ce corps en mouvement.

Il y a également un travail de deuil à faire vis à vis du confort, de la sécurité de l'enfance qui est résolument derrière soit. Ce travail de deuil peut expliquer que l'adolescent est traversé par des désirs paradoxaux, contradictoires. Il a en général un fort désir de grandir, d'autonomie qui le pousse à faire des expériences nouvelles. Mais à cela s'ajoute souvent une peur de l'avenir. Et cette ambivalence, la présence en lui de désirs opposés est toujours source de tension, d'instabilité, l'adolescent se cherche. Et dans cette quête le rôle de l'environnement est primordial.

Mais tout ceci reste parfaitement normal, c'est un passage obligé, constitutif de la personnalité. Cela ne prédispose pas pour autant chaque adolescent à devenir un adulte violent!

Il faut donc bien distinguer les signes qui témoignent de la crise adolescente tels que l'impulsivité, l'instabilité de l'humeur ou encore l'imprévisibilité. Et ce qui tient d'un adolescent en crise profonde tel que les conduites à risques, une fugue, une tentative de suicide, une addiction comme la consommation excessive de cannabis...

Quand la violence devient-elle pathologique?

Un comportement violent devient pathologique lorsqu'il est le mode d'expression prévalent ou exclusif du jeune. Mais il ne faut pas attendre d'en être là pour s'inquiéter. Un passage à l'acte même isolé doit nous alerter sur la souffrance du jeune.

Quel sens donnez-vous aux passages à l'acte violent?

Je pense que la violence d'un adolescent n'est jamais anodine. Elle ne doit pas être banalisée sous peine de s'intensifier. La violence est un symptôme qui doit être analysé, compris à l'écoute de la vie passée et actuelle de l'adolescent. C'est un signe qui nous dit que quelque chose ne tourne pas rond dans la vie du jeune.

Donc la violence c'est tout d'abord l'expression par l'agir, par le corps d'une intense souffrance psychique. La violence répond en fait à une situation vécue comme violente. Il peut s'agir soit d'une interaction externe (un conflit dans la famille, à l'école) ou d'une interaction interne comme une angoisse liée à l'avenir.

Pourquoi un adolescent est-il violent?

Il s'agit de l'expression d'une souffrance. Mais au fond la violence d'un jeune c'est surtout une façon inadaptée d'attirer l'attention de ses proches sur son mal-être. D'une manière inconsciente le jeune va tester son entourage, ses parents, sur l'amour la place qu'il lui attribue. C'est un moyen de s'assurer de la valeur de son existence. N'oublions pas que l'adolescent est dans un brouillard émotionnel vis à vis de son entourage. Il est tiraillé par son désir d'autonomie, de se différencier de son environnement. Mais malgré son apparent détachement, il a encore besoin de reconnaissance, de sécurité et surtout de réassurance de la part de ses proches. Cette ambivalence génère une tension interne dont certains vont se défaire par le passage à l'acte. C'est en fait une façon de tenir les adultes, les autres à distance suffisante tout en s'assurant que malgré cette distance, l'entourage affectif est toujours là, qu'il ne l'a pas abandonné.

Sous quelles formes se manifeste cette violence?

L'agressivité, les mouvements de repli, le mutisme, les idées noires, la perte de confiance sont autant de mode d'expression de l'agressivité qu'il faut entendre comme tels. Autrement dit la violence peut se manifester sous différentes formes.

On peut distinguer l'hétéro-agressivité, la violence contre autrui qui concerne surtout les garçons.

L'auto-agressivité qui est davantage le fait des filles concerne la violence retournée contre soi.

Que révèle cette attitude?

A l'origine de la violence on retrouve fréquemment une expérience de rejet. Le jeune se sent rejeté et ça lui est insupportable, comme si cela remettait en cause sa personnalité tout entière. Cette violence révèle au fond une faille dans le narcissisme de l'adolescent. Dans sa capacité à s'aimer et à se penser aimable par les autres. Mais pour s'aimer, il faut se sentir aimé et s'être senti aimé plus petit. C'est à la base même de la confiance en soi et de l'estime de soi. On peut penser, sans pour autant généraliser, qu'il y a chez ces jeunes un manque de ce côté là.

L'expérience montre en effet que la violence cache souvent un problème d'estime de soi voire une dépression. Le jeune est en colère, violent pour mieux dissimuler un mouvement du côté du mal-être qu'il ne parvient pas à mettre en mots. Parce que confier sa tristesse c'est à cet âge là vécu comme une faiblesse, du côté de l'enfance. En étant violent l'adolescent tente de maîtriser les événements. Il maintient artificiellement l'estime de soi.

La violence peut être comprise comme un mécanisme de défense contre un vécu dépressif lié à une faible estime de soi.

En tous cas il est nécessaire d'entendre ces réactions comme une demande d'attention, de reconnaissance comme sujet à part entière.

La violence est-elle irréversible?

Non, un adolescent violent ne le demeure pas éternellement. Le passage à l'acte peut constituer ce que l'on appelle un levier thérapeutique. Une accroche pour régler les conflits pour peu qu'il y ai un entourage familial, professionnel suffisamment à l'écoute du jeune. A ce sujet, je dirais que la réponse répressive ne suffit pas à elle seule, à mon avis il est nécessaire de mettre en place un accompagnement familial pour retrouver un équilibre de vie.

L'adolescence s'offre en fait comme une deuxième chance, une possibilité de réparer, de rejouer ce qui s'est mal déroulé pendant l'enfance. Rien n'est joué d'avance, un adolescent violent ne le restera pas forcément toute sa vie, bien heureusement tout est encore jouable.

Karima Derrazid

Psychologue clinicienne

Membre du Pôle de Recherche et d'Intervention en Milieux Educatifs (Centre Jean Bergeret, Lyon)

Numéros utiles

[Appel Violence 0800 409 409](tel:0800409409)

[Cap Ecoute 0800 33 34 35](tel:0800333435)

[Fil Santé Jeunes 32 24](tel:3224)