

Les adolescents d'aujourd'hui

Catherine Jusselme¹

Qui sont les jeunes d'aujourd'hui ? Pour les connaître vraiment, il reste dangereux de se fier aux raccourcis de bien des médias ou aux clichés qui circulent. En termes de santé, pour proposer des préventions adaptées à nos adolescents qui seront les adultes de demain, nous devons être à même de saisir leur état d'esprit, leurs habitudes, leurs doutes et leurs comportements dans tous les domaines de leur vie.

Une nouvelle enquête épidémiologique en milieu scolaire

Catherine Jusselme, dans le cadre du pôle recherche de son service, la Fondation Vallée, avec Mireille Cosquer, et en lien avec l'unité Inserm U669 (Pr Bruno Falissard) a lancé en 2013 une enquête épidémiologique multicentrique concernant les adolescents de trois territoires contrastés géographiquement². L'objectif, décrire aujourd'hui ce qu'il en est de leurs besoins, habitudes, envies, état d'esprit, comportements à risque, etc. L'étude portait sur 15 235 adolescents entre 13 et 18 ans, scolarisés de six départements : Val-de-Marne, Hautes-Alpes et Vienne, Charente-Maritime, Charente et Deux-Sèvres (région Poitou-Charentes).

État d'esprit, image et relations socio-affectives

Beaucoup de jeunes se sentent adolescents dès l'âge de 13 ans, mais la majorité accède à ce vécu à 14-15 ans, lorsque leur puberté est déjà bien engagée. La « fin » de l'adolescence coïncide pour une grande partie des jeunes à leurs 18 ans qu'ils vivent comme le signe de leur entrée dans le monde adulte.

La période de l'adolescence engendre chez les jeunes de grands questionnements : sur eux-mêmes, mais également sur le monde qui les entoure. Les filles, sans doute plus matures et lucides, s'interrogent plus et plus tôt que les garçons. Nos adolescents développent de bonnes capacités d'introspection, sans sombrer généralement dans le négatif : en effet, 50 % des adolescents sont confiants dans l'avenir et 60 % n'ont jamais pensé que la vie ne valait pas la peine d'être vécue. Par contre, 13 % des jeunes n'ont absolument pas confiance en l'avenir, plus souvent les filles que les garçons. Cette enquête montre aussi que les adolescents d'aujourd'hui, dans leur grande majorité, ne

se sentent pas appartenir à une génération désenchantée, inconsciente et matérialiste. Au contraire, ils nous révèlent leur grande maturité, laquelle s'accroît au fil des années. Loin de s'enfermer dans la procrastination – tendance à vouloir tout remettre au lendemain –, ils se situent à la fois dans la réflexion et l'action.

La valeur qu'ils s'accordent est souvent liée à l'image qu'ils donnent d'eux-mêmes aux autres : ainsi leur corps reste au centre de leurs préoccupations. Leur « look » est donc pour eux très important, les filles assumant tôt leur désir de féminité, les garçons mettant plus de temps à apprivoiser leur virilité. Par ailleurs, les filles semblent plus imprégnées que les garçons des exigences de beauté et de minceur établies par notre culture, largement diffusées, via les télé-réalités ou les publicités privilégiant l'apparence.



Globalement, les jeunes vivent positivement leurs relations avec leurs parents, même s'ils les trouvent souvent surprotecteurs ou « trop inquiets », notamment en ce qui concerne leur scolarité : 28 % des adolescents pensent que celle-ci constitue le seul intérêt de leurs parents. Si l'école leur paraît importante, elle représente un lieu fortement stressant : ce stress est particulièrement intense chez les adolescents déprimés, ce qui donne à penser qu'il faut le repérer et le traiter de façon précoce.

Le rapport aux limites

Les adolescents refusent-ils toutes limites ? Rien n'est moins sûr : si plus de la moitié d'entre eux pense que les parents posent trop de limites – ce qui peut les pousser à vouloir les dépasser –, ils sont encore plus nombreux à reconnaître que celles-ci sont néanmoins nécessaires.

La prise de risque participe à la quête identitaire des adolescents, ce qui ne nous étonne pas : plus de quatre jeunes sur dix pensent que pour vivre bien il faut, à la fois, avoir le maximum de sensations et le maximum d'émotion, et plus d'un tiers va plus loin en affirmant qu'il faut prendre des risques sans les calculer.

Les addictions restent des comportements fréquents chez les jeunes : les filles se disent surtout « accro » au tabac et au portable, les garçons, au sport et aux jeux vidéo. Ces derniers développent davantage d'alcoolisations ponctuelles intensives. Quant au cannabis, il a déjà été expérimenté par un tiers des adolescents, même s'il est important de noter qu'il s'agit dans la plupart des cas d'une consommation ponctuelle et non d'une habitude quotidienne.

Santé et sexualité

Les adolescents n'occultent pas leur santé, même s'ils restent parfois paradoxaux en la matière : ils en parlent surtout avec leur mère, sont prêts à conseiller à un ami en difficulté d'aller voir un « psy », mais ne se voient pas du tout eux-mêmes en consulter un, pour lui parler des conflits dans leur propre famille.

Manger reste un plaisir pour la plupart des jeunes, même s'ils « surveillent » ce qu'ils mangent, particulièrement au début de leur

adolescence. Par contre, les jeunes restent, surtout les filles, peu satisfaits de leur sommeil.

On peut noter que la maladie chronique, qui atteint 17 % des adolescents de la population enquêtée, ne les empêche pas de se vivre adolescents comme les autres.

Une petite partie des jeunes semble mal vivre la période de l'adolescence : 10 % s'automutilent, plus particulièrement les filles ; à peu près la même proportion joue à des jeux dangereux, surtout les garçons. Un chiffre reste alarmant : celui des tentatives de suicide puisque 8 % des jeunes en ont déjà fait une et 4 % plusieurs.

Contrairement à ce que matraquent souvent les médias, les adolescents ont, dans leur grande majorité, une sexualité responsable, même si 10,2 % des filles et 3,5 % des garçons ont des rapports précoces, c'est-à-dire aux alentours de 13 ans.

Loisirs

Les adolescents ont des loisirs variés : réseaux sociaux et Internet, plébiscités par une très grande majorité des jeunes comme des modes de communication irremplaçables ; mais aussi rencontres avec leurs amis de la réalité, plus important pour eux que ceux des réseaux sociaux, et enfin musique, télévision, ordinateur, jeux vidéo (devant lesquels plus d'un tiers des garçons déclarent passer entre 1 et 3 heures quotidiennement), sport...

La lecture reste par contre le parent pauvre des loisirs et près de 38 % des adolescents avouent ne jamais lire pour se détendre.

Les jeunes d'aujourd'hui, même s'ils utilisent beaucoup les écrans, restent assez critiques vis-à-vis de ceux-ci. À la télévision, ils détestent la publicité, mais aiment les films, les séries, les télé-réalités (surtout les filles) et le sport (surtout les garçons). Les filles préfèrent les séries médicales, type *Dr House* ou *Grey's Anatomy* où les personnages sont plus difficiles à cerner, tandis que les garçons privilégient les séries positives, type *Malcom*. Les jeunes apprécient des télé-réalités très variées, plutôt positives comme *The Voice* ou davantage négatives comme *Koh Lanta* ou *Les anges de la télé-réalité*. La moitié des adolescents ont un héros préféré auquel ils accordent maintes qualités, qu'ils ne se prêtent souvent pas à eux-mêmes, ce qui dénote bien leurs difficultés identitaires.

Des enjeux de santé

7 % des garçons et 16,8 % des filles apparaissent déprimés. Ces chiffres sont alarmants, et ce d'autant plus que ces jeunes s'estiment en bonne santé, font attention à leur look, à leur image, ce qui les rend difficiles à repérer, donc, à aider.

Cette enquête, aux résultats extrêmement riches, nous présente donc une sorte de « portrait » des adolescents d'aujourd'hui et révèle leurs forces et leurs fragilités. Il est maintenant fondamental de décliner des actions de prévention qui tiennent compte de ces aspects nouveaux des processus d'adolescence, liés à notre culture. Il semble aussi essentiel de positionner les jeunes comme acteurs et non seulement spectateurs de la prévention, en les aidant à développer leur créativité. Notre monde a changé : les actions engagées doivent donc tenir compte de ces transformations afin que les jeunes d'aujourd'hui deviennent demain des adultes solides.

1. Catherine Jousselle est professeur de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent à Paris Sud. Elle dirige également un important service de psychiatrie infanto-juvénile à Gentilly : la Fondation Vallée. Mireille Cosquer est psychologue clinicienne et statisticienne dans ce service. Bruno Falissard est professeur de santé publique à Paris Sud.
2. Enquête « Processus d'adolescence aujourd'hui », octobre 2013, Hautes-Alpes, Val-de-Marne, Région Poitou-Charentes (en lien avec J.-L. Douillard, Psychologue coordinateur territorial en promotion de la santé mentale et prévention du suicide en Charente-Maritime).

