

Gérer la distance relationnelle aux objets d'attachement : une des tâches essentielles de l'adolescence

Professeur Ph. JEAMMET*

L'une des grandes caractéristiques de l'adolescence est la nécessaire modification de la distance aux parents et aux adultes liée spécifiquement aux effets de la puberté. Celle-ci engendre en effet une modification brutale et rapide du corps de l'enfant qui devient apte à agir sa vie pulsionnelle, en particulier la sexualité et l'agressivité. L'effet s'en fait immédiatement surgir sur la relation aux parents qui perd son naturel. La sexualisation du lien crée une gêne que traduit l'apparition de la rougeur et de formations réactionnelles caractéristiques de l'adolescence qui expriment toutes les réactions de fuite voire de dégoût à l'égard du corps des parents. L'inévitable sexualisation des liens crée les conditions d'une prise de distance d'avec les parents. Mais celle-ci génère à son tour une interrogation sur la capacité d'autonomie de l'adolescent et la qualité de ce qu'il a à l'intérieur de lui-même.

L'adolescence est ainsi révélatrice de la qualité de ce que l'on a pu emmagasiner, intérioriser pendant l'enfance. Plus on arrive à l'adolescence pourvu d'une sécurité intérieure, d'une estime de soi suffisante, nourri de la qualité des liens avec l'environnement, plus on sera capable de gérer la distance avec une certaine souplesse. Mais plus on y accède avec un passif important, des traumatismes, une dépendance exagérée à l'environnement, plus ce sera difficile. Les jeunes ont d'autant plus besoin de se sentir reconnus qu'ils ne sont pas sûrs eux-mêmes de leur propre valeur.

Avec l'adolescence les problématiques objectales et narcissiques se conflictualisent réciproquement. L'attachement oedipien en particulier contribue souvent à dramatiser les liens aux parents. Il oblige l'adolescent à prendre ses distances avec ses parents réveillant les inquiétudes narcissiques et la quête d'un soutien objectal. Inversement la fragilité narcissique en exacerbant l'« appétence objectale » contribue à donner aux liens objectaux une intensité qui en renforce le caractère potentiellement incestueux. Cette dialectique -entre le besoin que l'on a de s'appuyer sur les autres, la sexualisation de ce lien et le besoin de se différencier et de s'affirmer dans son autonomie- constitue une des clés de la problématique adolescente et se présente sous la forme d'un paradoxe : «ce dont j'ai besoin, cette force des adultes qui me manque, et à la mesure de ce besoin, c'est ce qui menace mon autonomie naissante » Il y a là quelque chose qui peut être vécu comme une contradiction absolue : comment, pour trouver la sécurité, la force, les atouts qui manquent, se nourrir de ces adultes qui sont censés avoir tout cela sans être complètement dépendant d'eux ? C'est ce que traduit cette expression si parlante des jeunes disant d'un adulte qui lui « prend la tête ». Mais la tête n'est prise que parce qu'elle est ouverte. Si l'adolescent n'était pas en attente de quelque chose des adultes, l'adulte ne le pénétrerait pas. Il ne le pénètre que parce qu'il y a une ouverture. Son propre ennemi est à l'intérieur de lui : c'est son désir lui-même, véritable cheval de Troie de l'objet à l'intérieur de lui.

* Chef du département de psychiatrie de l'adolescent et du jeune adulte à l'Institut Mutualiste Montsouris. F-75014 Paris .

Plus le jeune attend quelque chose de l'adulte, plus il se sent en menace de pénétration et cette menace génère une humiliation d'autant plus intense qu'il se sent prêt à céder. Le plaisir de désirer se transforme en un pouvoir sur soi donné à l'autre. Il y a là quelque chose d'assez intolérable, avec toutes les gradations entre les relations normales -celles que l'on rencontre souvent dans les relations amoureuses- et les relations les plus psycho-pathologiques.

L'opposition est l'une des façons de sortir de ce paradoxe. Dans l'opposition on s'appuie sur l'autre tout en méconnaissant qu'on en a besoin, puisque on n'est pas d'accord avec lui. C'est l'une des clés pour comprendre l'importance des conduites négatives des adolescents, même s'il existe des facteurs d'ordres divers (tempérament, génétique etc..). La pathologie c'est l'enfermement dans la répétition de conduites dont on sait -et l'adolescent le sait au fond de lui-même- qu'elles ont une capacité d'auto-sabotage de ses potentialités. Elles ont toutes cette dimension d'échec plus ou moins sévère et focalisée (l'anorexie c'est le problème de son corps et de la nourriture, pour un autre ce sera l'échec scolaire etc..). Le piège et le drame, c'est que ce comportement négatif est pour l'adolescent un moyen d'affirmer son identité et sa différence. Quelqu'un qui est trop en attente ne sait plus où est son propre désir et celui des autres. Il est dans un état de gêne et de confusion d'autant plus grand que ses relations de plaisir ou de satisfaction créent un rapproché exagéré avec un des adultes (le père ou la mère, avec toute la sexualisation de ce lien).

Il est frappant de voir combien d'adolescents, à la puberté, mettent en échec ce qui est source de valorisation, ce qui était objet de fierté partagée avec l'un ou l'autre, ou les deux des parents. L'adolescent n'a subitement plus envie de pratiquer sport ou piano (en fait il en a trop envie) car cela crée une relation de gêne comme si, dans ce succès partagé, il perdait ses limites et son identité et ce d'autant plus que le climat affectif « incestuel » avec l'un des parents sera plus important. Il se met donc en situation d'échec pour assurer sa différence. L'échec suprême, c'est souvent la conduite suicidaire qui est rarement un désir de mourir ; ou un désir de mourir qui traduit en fait la peur et le refus d'avoir à renoncer à vivre comme on aurait envie de vivre. C'est beaucoup plus l'expression d'un désir de vivre que d'un désir de se détruire. Dans la tentative de suicide, l'adolescent inverse la situation de dépendance. Lorsqu'un adolescent nous dit qu'il n'a pas demandé à naître mais qu'il continue à vivre, il s'inscrit dans une filiation. Ceux qui sont bien pourvus continuent de s'enrichir, ils arrivent solides à l'adolescence, ils continuent leurs identifications, ils s'inscrivent dans une lignée, ça ne leur pose pas de problèmes parce que ça ne compromet pas leur identité. Pour ceux qui arrivent à l'adolescence avec un sentiment de vide et d'insécurité internes s'inscrire dans une lignée c'est risquer se trouver sous la dépendance des adultes et y perdre jusqu'à leur identité. Ils préfèrent entrer dans la négativité dont l'avantage, contrairement au plaisir, est de n'avoir pas de fin. Si l'on veut s'opposer on peut le faire sans arrêt, alors que le plaisir aura automatiquement une fin. Tout ce qui est de l'ordre du plaisir et de la satisfaction confronte à la perte et à la séparation et au fait que l'on dépend des autres. Dans le refus, on ne dépend plus, on le paie cher mais on est son maître, et que ne ferait-on pas pour être maître chez soi ? On le voit dans les groupes ou les nations, certains peuvent aller jusqu'à leur perte pour avoir le sentiment qu'ils restent maîtres chez eux.

Ce paradoxe (ce dont j'ai besoin est ce qui me menace) est l'un des axes essentiels de ce qui va se jouer dans la relation aux adultes, mais moins ce sera jouer au niveau intra-psychique, plus ce le sera dans les actes (en « faisant » la gueule, en s'enfermant dans sa chambre, en faisant une fugue, en sautant par la fenêtre...).

Quelle peut être l'attitude des adultes ?

Ce qui aggrave la situation c'est que cette crise de l'adolescence a comme corollaire la crise du milieu de la vie des parents. Celle-ci va entrer en résonance avec l'adolescence qui est le révélateur de la qualité de sécurité que l'on a acquise pendant l'enfance. La fameuse crise du milieu de la vie est peut-être le révélateur de ce que l'on a fait de notre adolescence. A-t-on pu continuer ce travail d'intériorisation, s'assurer et poser un certain nombre de bases, ou est-ce que des choses mises de côté vont resurgir de façon flambante au moment de cette crise du milieu de la vie où l'adulte se confronte à quelque chose qui est de l'ordre de la dépression (ce n'est pas pour rien que les dépressions sont si fréquentes à cet âge de la vie) ?

Au moment où les adolescents commencent à se développer, les parents sont obligés d'admettre que leur vie entame la deuxième partie de sa courbe. Ils sont donc obligés de réajuster un certain nombre de leurs idéaux et généralement à la baisse. L'une des façons de sortir de cette dépression est de se dire que l'on va bien mais que c'est « le petit » qui donne des soucis. S'il n'y a pas ces soucis, d'autres surgissent et il y a un risque de collusion très grand entre cette dépressivité et le réajustement de la distance entre les parents. Les conflits larvés, les problèmes professionnels et les émotions que tout cela suscite sont déversés sur l'adolescent. Les parents vont s'inquiéter pour lui et il y a le risque d'une résonance entre les deux problématiques. Avec deux positions schématiques : ceux qui s'inquiètent exagérément et ceux qui, au contraire, ne veulent rien voir. Or ce qui est important pour cet adolescent en mal de gérer la distance, c'est que plus il a du mal à la gérer, plus il va falloir que l'environnement fasse un effort pour lui. Cet adolescent en difficulté, c'est comme s'il n'avait pas de peau, ou comme s'il était en court-circuit. Il va falloir que les adultes mettent de la médiation, de la distance pour que le temps passe. Quand on dit à un adolescent : « tu verras, ça va s'arranger, on a connu ça... », ça l'exaspère parce que le temps renvoie à la passivité ; Pour eux, cette passivité les renvoie à la dépendance et à leur attente à l'égard des adultes. Ceux qui sont les plus passifs, qui auraient le plus besoin de se nourrir, vont devenir les plus hyper-actifs ; ils répondront au temps par un maniement de l'espace (ils vont fuguer, etc..) : ils vont essayer de maîtriser dans l'espace ce qu'ils ne maîtrisent pas intérieurement, cette nécessité d'attendre quelque chose des adultes qui les nourrirait mais par rapport auxquels ils se sentent en position d'excessive reddition.

Cette maîtrise de l'espace par le passage à l'acte va considérablement solliciter les adultes et ce que ne peut pas faire l'appareil psychique de ces jeunes, c'est l'entourage qui va devoir le faire, c'est-à-dire assurer ce rôle de tampon, de relativisation, que leur appareil psychique ne peut pas assurer.

Comment sortir de ce dilemme : ce qui est nécessaire c'est aussi ce qui nous menace ? Par la médiation, le tiers, la différence. L'adulte doit montrer que, certes, il a des désirs mais que ceux du père et de la mère ne sont pas forcément les mêmes, ceux du grand-père sont encore différents. Dans cette diversité, il y a place pour le sujet.

Personne ne peut vivre seul. Tout système fermé se dégrade et, on a tous besoin d'échange. Pour sortir d'un échange totalitaire ou nul (« je refuse tout » comme dit l'anorexique ou « j'avale tout » comme dit la boulimique), il faut trouver du tiers, de la différence et n'être plus dans ces relations d'invasion ou d'emprise. C'est tout l'intérêt de l'oedipe. Ce qui est intéressant, c'est qu'un père et une mère soient différents. Ils sont deux, différents corporellement et qui acceptent que personne n'a tout et que l'on a besoin de l'autre, et le

plaisir est dans cette complémentarité. Cela donne à l'enfant le sentiment qu'il n'a pas tout mais qu'il va se compléter.

Il faut donc introduire du tiers. Ce mécanisme, courant au niveau social, doit être appliqué au niveau familial, c'est-à-dire qu'il faut comprendre que 'on n'est plus au temps où les problèmes se réglaient par des mesures d'autorité avec une espèce de consensus social (« C'est comme cela que l'on élève ses enfants »). Il y a eu un très grand changement. Il n'y a plus de consensus pour élever ses enfants par contre il y a beaucoup plus de médiation. Si quelque chose nous pose problème, on va en discuter. Les groupes, l'école, les intervenants sociaux, les psy, peuvent jouer ce rôle de médiateur. On va chercher la solution entre les partenaires, mais pour qu'elle soit acceptable il faut qu'il y ait quelqu'un d'extérieur. Si les thérapies familiales se sont énormément développées dans nos sociétés, ce n'est pas parce que la famille n'a plus de valeur ou est désorganisée, c'est parce qu'elle ne peut plus utiliser l'argument de l'autorité et que, comme il n'y a plus de consensus, les parents sont beaucoup plus engagés au niveau de leur désir. L'enfant sent cela et immédiatement entre en opposition.

Face à ces changements sociaux, les adultes ne doivent pas succomber à la nostalgie de modèles anciens, mais penser des choses et retrouver un dialogue qui puisse être tolérable. On peut le retrouver en ayant recours à des médiations, en posant des limites (qui sont une des conditions de la liberté) et en apprenant à sortir de la confrontation passionnelle en introduisant du tiers. C'est important pour essayer d'apprendre à recréer une sorte d'espace de négociation. Cet espace psychique que n'ont pas les adolescents fragiles et qui leur permettrait de négocier leur relation avec les autres et leur distance relationnelle, il va falloir le leur recréer au niveau des structures sociales ou de soin, et ne pas les dramatiser mais les voir comme des moyens nouveaux de gérer un problème éternel qui est celui de la distance entre les adultes et les adolescents.