

Mises au point interactives – Préadolescence...



O. REVOL

Psychiatre, Service de Neuropsychopathologie de l'enfant et de l'adolescent, Hôpital Neurologique Pierre Wertheimer, Hospices Civils de Lyon, BRON.

Il fut un temps où éduquer et soigner les enfants était plus facile. C'était avant le numérique, Internet, les ordinateurs, les téléphones portables et les réseaux sociaux. Aujourd'hui, les parents doivent gérer des situations qu'ils n'ont pas connues. Éduquer et soigner ces nouveaux adolescents impose de comprendre les incroyables mutations sociologiques survenues depuis 30 ans.

“Sans que nous nous en apercevions, un nouvel humain est né, pendant un intervalle bref, celui qui nous sépare des années 1970. Il ne communique plus de la même façon, ne perçoit plus le même monde, n'habite plus le même espace...” [1].

Observateur attentif des évolutions sociétales, le philosophe Michel Serres confirme que le décalage entre les générations n'a jamais été aussi important. Il évoque trois moments clef de l'histoire de l'humanité : l'invention de l'écriture, l'imprimerie et Internet. La transmission de l'information est passée de l'oral à l'écrit, puis diffusée en version imprimée, et maintenant en ligne. L'arrivée d'Internet permet un accès direct et immédiat à la connaissance. Elle sonne le glas d'une transmission verticale du savoir, et autorise les enfants à remettre en question le discours des adultes.

Chaque mutation sociologique s'ouvre sur une période de crise. L'adolescence est particulièrement concernée, car c'est la période de la vie où le changement est la règle. Avant d'aborder les nouveaux codes, rappelons ce qu'est l'adolescence.

Soigner la génération Z : les nouveaux codes

L'adolescence, une période universelle

L'adolescence n'est pas, n'a jamais été, et ne sera jamais un long fleuve tranquille. C'est une crise, une transition, un passage (un passe-âge, un pas-sage... ?)

Le rôle du médecin est de rappeler aux parents désarmés l'étymologie du mot Éduquer, qui vient du latin *ex ducere* : conduire au dehors. Les parents ne sont que des passeurs qui aident leurs enfants à quitter le monde de l'enfance pour devenir des adultes. Leur mission est de leur apprendre l'autonomie. Tout en conservant des limites dont ils ont besoin, quelles que soient les générations. Le clinicien peut se servir de métaphores éclairantes (*“ Une mayonnaise monte dans un bol, pas dans une assiette, elle a besoin de parois, de limites”*)

Le problème est que cette autonomie passe par une phase d'opposition, nécessaire voire indispensable pour aider l'ado à sortir du cocon parental. Il est bon de rappeler que l'adolescent résiste là où les parents insistent. Et s'il met à l'épreuve les limites parentales, c'est juste pour se rassurer sur la cohérence de l'éducation qu'il reçoit [2].

Paradoxalement, plus l'ado est attaché à ses parents, plus il doit faire preuve d'une opposition farouche pour mieux s'en dégager (*“ Plus il est difficile, plus cela signifie qu'il vous aime...”*).

L'adolescence, c'est aussi le deuil de l'enfance, qui se manifeste par une tristesse, volontiers masquée derrière une asthénie physique et psychique, une irritabilité voire une agressivité et souvent de la provocation (*pro-vocare* : susciter la parole). La plupart des ados trouve des straté-

gies d'adaptation : égoïsme, activités extrascolaires, importance des amis, projets... Mais aussi des prises de risque qui leur permettent de reprendre la maîtrise de leur vie, de leur corps, de sortir de l'ennui et d'éviter de penser. Elles constituent un rite de passage et un défi. L'ado balise ses propres limites.

L'ado a besoin de ces stratégies le temps que le cerveau termine sa maturation. En effet, on sait que le cerveau se structure d'arrière en avant, et que le cortex frontal n'est vraiment opérationnel que vers 25 ans. Cette immaturité du cortex frontal chez un adolescent qui déborde d'émotions explique les difficultés à réfléchir avant d'agir, à concevoir le long terme et surtout à résister à la tentation.

Cette évolution neurologique a toujours existé. Mais il était sans doute plus facile de résister à la tentation dans un monde sans tentations. Les ados du XXI^e siècle doivent donc gérer la rencontre entre un cerveau immature et une société en pleine mutation.

Nouveaux codes, nouvelle donne

Si l'adolescence est une période universelle, chaque génération l'a colorée avec des codes très différents. L'approche générationnelle s'intéresse aux groupes sociaux qui ont connu des expériences similaires (parents de la même génération, influences politiques, socioculturelles, économiques) et qui ont donc une vision du monde et des croyances différentes de la génération précédente [3].

Les *Baby-boomers* (nés avant 1960), élevés dans l'après-guerre et l'euphorie des “Trente Glorieuses”, ont bénéficié

cié d'un environnement rassurant, du plein emploi, de la libération sexuelle et de la notion enfin acquise de pacifisme et de démocratie en Europe. Leurs codes sont axés sur la notion de "Devoir". La génération X, celle des enfants nés entre 1960 et 1980, a commencé à ressentir la crise mondiale, le chômage et l'inflation à deux chiffres. Ils ont dû s'arc-bouter sur leurs acquis, sans certitudes de les conserver. Leurs codes sont logiquement tournés vers de la notion d'"Avoir". La génération Y est celles des enfants nés entre 1980 et 2000. Ils ont assisté à la crise économique et sociale, à la décomposition des familles standards, à des menaces multiples (Sida, terrorisme...). Ils revendiquent le droit de profiter de chaque moment car l'avenir est incertain. Leur code est "Vivre" et leur credo ("*mon épanouissement personnel n'est pas négociable*") complique les rapports avec leur hiérarchie, parents ou employeurs. Quant aux Z, génération du millénaire, ils revendiquent une recherche de stabilité et de sécurité, dans une solidarité retrouvée. Leur code est le "Partage" (fig. 1).

La génération Y : la première vague

Les enfants de la génération Y ont un fonctionnement radicalement différent de leurs parents, de leurs enseignants et de leurs médecins. Les raisons sont à la fois sociologiques, éducatives et technologiques.

1. Les causes sociologiques

Les Y (appelés aussi les "You" ou les "Why") sont nés après la guerre froide, le conflit Est-Ouest, et les risques d'apocalypse. On leur prête peu d'idéaux politiques. Ils ont grandi avec les crises économiques, la précarité de l'emploi, l'insécurité sociale et affective, loin de l'abondance matérielle des *baby-boomers* mais dans l'abondance virtuelle. Ils ont été fortement influencés par les événements qui ont marqué leur enfance : 11 septembre aux USA, tsunami, guerres en Irak, attentats en Europe. On peut mourir du jour au lendemain, même dans les pays occidentaux, donc "*carpe diem*".

S'ils paraissent sûrs d'eux, ils sont pourtant un peu perdus. Nostalgiques d'un passé périmé, mais méfiants face à un avenir incertain, ils sont logiquement ancrés dans le présent. Surtout que l'éducation de leurs parents ne les a pas toujours rassurés.

2. Les causes éducatives [4]

Enfants-rois, ils ont été très désirés, presque choisis (grâce à la contraception), peu critiqués, même devant des comportements inadaptés. Surstimulés par de nombreuses activités extrascolaires où il n'y a que des gagnants ("*trophy generation*"), ils n'ont pas appris à gérer l'échec. Ils ont rarement entendu le mot "non". Surprotégés par des parents inquiets et/ou coupables d'être peu présents mais paradoxalement très impliqués, prêts à

intervenir à tout moment dans tous les aspects de leur vie ("parents hélicoptères"). On leur a donné l'illusion d'être autonomes. Consultés sans cesse sur tous les sujets par des parents prêts à répondre à toutes leurs questions, ils ont pris l'habitude de se considérer comme des partenaires à égalité avec les adultes.

Le risque pour ces enfants-rois ? Un manque de confiance en eux, des difficultés à prendre des décisions, à gérer leurs agendas et, paradoxalement, ils restent plus longtemps dépendants des adultes et de leurs grands frères...

3. Les causes technologiques

L'irruption du numérique, et l'arrivée d'Internet (1995 en France) ont profondément modifié le rapport des adolescents avec les adultes, et avec le temps.

Les donneurs de valeurs ne sont plus les mêmes. L'enseignement et l'éducation ne proviennent plus uniquement de l'école, de la famille, de l'armée ou de la religion. Ce qui compte, c'est l'influence des pairs plutôt que des pères, grâce aux réseaux sociaux. Cette révolution des transmetteurs de valeurs a conduit à une inversion de la hiérarchie : pour la première fois, une génération peut apprendre des choses à celle d'avant ! Nous avons tous demandé à nos enfants de nous installer une application sur notre téléphone, ou de nous accompagner sur Internet. De fait, la légitimité de l'adulte n'est plus

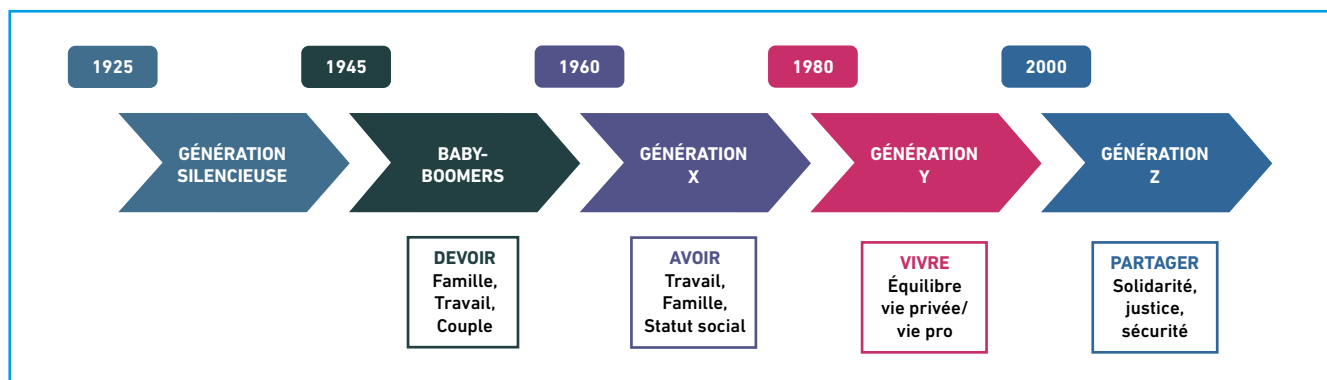


Fig. 1 : L'évolution des générations.

Mises au point interactives – Préadolescence...

innée (“ ce n’est pas parce que c’est mon prof ou mon médecin, qu’il sait plus de choses que moi...”). Nous devons donc acquérir cette légitimité en montrant d’abord que l’on comprend leurs codes, sans s’arc-bouter sur les nôtres.

Leur rapport au temps est un autre problème. Internet les a habitués à avoir tout, tout de suite. Le temps est concassé. Plus besoin d’apprendre par cœur des cours disponibles en ligne, et qui seront peut-être désuets dans 3 mois. Ces trois raisons se sont entrechoquées et sont sans doute à l’origine de la mutation des Y, qui ont ouvert la porte à la génération suivante.

La génération Z

Nés après 2000, ce sont les descendants directs des X et des Y. Marqués par les temps instables, ils ont vécu eux-aussi, mais plus jeunes, les mêmes événements tragiques. Ils aspirent à la sécurité, la sérénité. Si les enfants de la génération Y s’opposaient à l’ordre établi, les Z recherchent le calme.

Ils arrivent dans un monde où tout est déjà fait, où rien n’a été prévu pour les préparer aux bouleversements sociétaux. Ils sont obligés de se débrouiller seuls, de s’adapter.

Ils ont les mêmes caractéristiques que les Y, mais amplifiées. Ils sont hyperconnectés (Google, Facebook, Twitter, WhatsApp, Snapchat, Instagram...), utilisent plusieurs écrans en même temps, rejettent les formes classiques d’autorité et demandent des explications. Ce sont des citoyens du monde, sans frontières, (génération “Easyjet”). Ils sont à la recherche d’une identité sociale. Idéalistes, lucides et matures, très sensibles à la justice, ils ont beaucoup d’humour. En quête de liberté mais aussi de réassurance, ils sont impatientes. Moins individualistes que les Y, solidaires mais plus sélectifs dans leurs amis. Leur sens du devoir, leur recherche de la stabilité et de la sécurité, leur tolérance et leur

hypersensibilité ont amené les sociologues à les appeler émo-boomers (émo comme émotifs et boomers en référence au sens du devoir des *baby-boomers*).

Pour éviter un effet “fin d’histoire”, la génération Z a été rebaptisée Génération C, comme Communication, Collaboration, Connexion et Créativité.

Sept pistes pour soigner les Z :

Connaître les codes de cette génération permet d’ajuster la relation thérapeutique et d’éviter les malentendus. Même s’ils restent avant tout des adolescents et des préadolescents à la recherche d’eux-mêmes mais aussi du cadre qui les rassure, quelques aménagements sont à envisager [5]:

- ils vivent dans l’instant présent : proposer des solutions rapides, avec des résultats visibles;
- ils préfèrent comprendre plutôt qu’apprendre : convaincre plutôt que contraindre;
- ils recherchent stabilité et sécurité : maintenir des limites cohérentes et rassurantes;
- ils recherchent l’ordre moral : se montrer juste et authentique;
- ils sont hyperconnectés : leur permettre de nous contacter par SMS, Facebook ou Messenger crédibilise notre posture et légitimise notre fonction de médecin d’enfants;
- ils ont un rapport décomplexé à l’échec : accepter de se remettre en ques-

tion tout en gardant son cap. Savoir accepter les critiques;

– ils savent plus de choses que leurs parents : accepter de se laisser enseigner.

Conclusion

La génération Z est prometteuse, il faut juste en connaître les codes. Moins dans l’affrontement ou l’opposition que la génération précédente, les enfants de la génération Z préfèrent rechercher des stratégies et ont une meilleure lecture et prise en compte des exigences des adultes, avec lesquels ils cherchent une cohabitation pacifique.

D’ailleurs, adopter les codes de son époque est un signe de bonne santé psychique ! Surtout pour une génération qui devrait influencer fortement notre avenir. “*Leur manière d’être, à la fois connectée, horizontale et créative, innerve tout dans notre société...*”

Ils sont en train de changer la manière de travailler, de voyager, d’apprendre, de consommer.

Est-ce que ça les rend meilleurs ? Je l’ignore. Mais ils sont différents.

Les comprendre est crucial : notre monde est en train de glisser vers le leur...”

Michel Serres

BIBLIOGRAPHIE

1. SERRES M. *Petite Poucette*. 2012;84.
2. REVOL O. *J’ai un ado mais je me soigne*, 2013;284.
3. HOWELLS L. Generational forecasting in academic medicine: a unique method of planning for success in the next two decades. *Acad Med*, 2009;84:985-993.
4. BOULÉ F. Hautement différente, la génération Y, un défi de taille pour l’enseignement médical. *Pédagogie Médicale*, 2012;13:9-25.
5. REVOL O. L’adolescent, le temps d’une consultation. *Réalités Pédiatriques*, 2015.

L’auteur a déclaré ne pas avoir de conflits d’intérêts concernant les données publiées dans cet article.

Petit lexique pour mieux comprendre la génération Z

TQT GR : t’inquiète, je gère !

Être en Bad : filer du mauvais coton

Liker : aimer un article, une photo sur Facebook. Obtenir le plus de “like” est une fin en soi.

KSOS, Boloss : cas social, ceux qui ne sont pas populaires et souvent rejetés du groupe.

OMG : Oh My God ! Quel choc !

OKLM : tout va bien ! Je suis au calme !

Poseyyyyy : tranquille... -

Swag : cool, stylé. Être dans le coup.