

ADOLESCENCE ET ÉMOTION, UNE AFFAIRE DE CORPS

Dr. François Marty¹

« Shimamoto-san était une fille précoce, sans aucun doute, et je suis sûr qu'elle était amoureuse de moi. Moi aussi, j'éprouvais une vive attirance pour elle, mais je ne savais que faire de ce sentiment. Comme elle, certainement. Une fois, une seule, elle me prit la main. Elle voulait m'indiquer une direction et me saisit par la main en disant : « Vite, par ici ! » Nos doigts restèrent entrelacés à peine dix secondes, mais cela me sembla durer une demi-heure (...)


Aujourd'hui encore, je me rappelle nettement cette sensation si différente de tout ce que j'avais connu jusqu'alors, et de tout ce que je ressentis par la suite. C'était simplement la menotte tiède d'une fillette de douze ans. Mais il y avait, rangés à l'intérieur de ces cinq doigts et de cette paume comme une mallette d'échantillons, tout ce que je voulais et tout ce que je devais savoir de la vie. C'est elle qui m'apprit, en me prenant la main, qu'il existait bel et bien un lieu de plénitude au cœur même de la réalité. Au cours de ces dix secondes, je m'étais senti comme un parfait petit oiseau. Je volais dans le ciel, sensible au vent dans mes plumes. Depuis le

¹ Psychologue, psychanalyste, professeur de psychologie clinique, directeur du Laboratoire de Psychologie Clinique et de Psychopathologie (LPCP EA 4056), directeur de l'Institut de Psychologie, université Paris Descartes, président du Collège International de L'Adolescence (CILA)

Organiza:  **Fundación SOCIEDADES COMPLEJAS**

Auspician:  **Noveduc**  **eccolequá**
consultora educativa

Convocan:  **UNIVERSITÉ PARIS DESCARTES**

 **PSYCHOLOGIE CLINIQUE
PSYCHOPATHOLOGIE
PSYCHANALYSE**

 **UCES**  **apba**
Asociación de psicólogos de Buenos Aires
Carrera de Psicoanálisis con adolescentes

 **CILA**
Collège International de L'Adolescence

 **APU**
Laboratorio de Adolescencia
Asociación Psicoanalítica del Uruguay

ciel, je contemplais des paysages lointains. Même s'ils étaient trop loin pour que je puisse distinguer avec exactitude ce qui s'y trouvait, je savais désormais qu'ils existaient. Un jour ou l'autre, je pourrais y aller. Cette vérité me coupait le souffle, faisait vibrer ma poitrine (...)

La douceur de cette sensation me réchauffa le cœur plusieurs jours de suite. Mais, en même temps, j'étais troublé, déconcerté, mélancolique. Je ne savais que faire de cette sensation, comment la traiter. » Haruki Murakami, *Au sud de la frontière, à l'ouest du soleil*, 1992

Résumé

Parler de l'adolescence et de ses émotions, c'est assurément envisager les rapports que l'adolescent entretient avec son corps changeant et avec celui de l'autre. La violence de ce qu'il ressent (amour, haine, ennui, colère, peur, tristesse, honte, culpabilité, stupeur, ...) témoigne de la violence des transformations subies par l'adolescent. Signes de la profondeur de la métamorphose pubertaire, ces éprouvés témoignent de l'intensité de sa sensibilité. A l'adolescence, plus qu'à tout autre âge de la vie, l'émotion nécessite d'être élaborée, intégrée à la subjectivité pour donner sens à ce qui est vécu et pour l'intégrer à l'histoire subjective.

Mots clés : pulsion, affect, corps, excitation, dépression, haine, violence

Introduction

Parler des émotions à l'adolescence c'est parler de ce qui se manifeste, motive et émeut (met en mouvement) l'adolescent qui accoste aux rivages de la puberté. L'émotion est aussi en elle-même un mouvement : parler de ce qui bouleverse l'adolescent de l'intérieur amène à évoquer ses conduites, ce qui le

pousse à agir, mais aussi à penser, pour tenter de se dégager de l'emprise qu'exerce sur lui la force de ses pulsions. Parler de l'adolescence et de ses émotions, c'est assurément envisager les rapports que l'adolescent entretient avec son corps changeant et avec celui de l'autre. Davantage encore qu'un lieu pour ressentir ce qui affecte l'enfant devenant pubère, l'adolescence est un véritable processus dont le travail consiste à nommer, contenir et finalement donner sens à tous ces éprouvés. C'est pourquoi la violence des émotions ressenties (amour, haine, ennui, colère, peur, tristesse, honte, culpabilité, stupeur, ...) témoigne de la violence des transformations subies par l'adolescent, elles sont comme autant de signes de la profondeur de la métamorphose pubertaire, elles témoignent de l'intensité de sa sensibilité.

Affect, pulsion et émotion

L'émotion est un terme qui appartient à la psychologie (W. James) et désigne un état physiologique avec manifestations neurovégétatives qui fait suite à une perception ou qui est provoqué par une excitation extérieure (on imagine qu'elle peut être aussi intérieure) et qui se transforme en un état émotif. Avec l'émotion, l'accent est mis sur l'aspect corporel de la réaction, sur le corps, ce réel qui constitue le socle même de l'adolescence. Dans ce sens, il y a une certaine pertinence à faire référence aux émotions au moment de l'adolescence, même si les émotions se construisent dès les premières interactions du bébé avec son environnement, notamment avec les mimiques faciales et un ajustement des expressions dans une sorte d'accordage affectif (Stern, 1990). L'adolescence, parce qu'elle est une certaine façon de renaître, réactive ces sensations primaires et en développe de nouvelles, avec une intensité qui lui est propre. Mais cette référence à la fois comportementale et neurophysiologique met mal à l'aise le clinicien, surtout s'il intègre dans sa pratique une référence à la subjectivité du patient. Il lui préférera sans doute une autre notion, l'affect, qui appartient au vocabulaire psychanalytique. L'affect « est l'expression qualitative de la quantité d'énergie pulsionnelle et de ses variations » (Laplanche et Pontalis, 1967). Il « est défini comme la traduction subjective de la quantité d'énergie pulsionnelle », la pulsion quant à elle, pouvant être pensée comme « un concept-limite entre le psychique et le somatique » (Freud, 1905), ce qui nous rapproche de l'émotion. L'affect exprime quelque chose du fond corporel de la pulsion (P.-L. Assoun, 1996).

La distinction rapide de ces notions pourrait nous conduire à privilégier l'emploi du terme d'affect plutôt que de nous référer à celui d'émotion, ce dernier étant trop directement et exclusivement lié à un aspect strictement physiologique, sans prise en compte suffisante de la dimension subjective et pulsionnelle. Pour autant, il existe bien une clinique de l'émotion et, à l'adolescence, tout particulièrement ; comme il existe une psychopathologie des émotions (R. Jouvent) : l'émotion traduit dans le langage corporel la force de la sensibilité qu'elle rend ainsi manifeste. Elle s'impose au sujet, malgré sa volonté, elle passe outre les barrières défensives. Le corps parle ce que la vie psychique n'a peut-être pas encore intégré. Dans ce sens, il n'est pas sûr que l'émotion soit strictement réductible à son aspect corporel ; nous pouvons penser qu'elle contient un message à décrypter. Dans ce sens aussi, l'émotion serait la base sensorielle de la vie affective et s'inscrirait sur le trajet pulsionnel entre soma et psyché. Peut-être l'émotion devance-t-elle la prise de conscience de ce qu'elle contient, comme si elle était l'expression manifeste d'un éprouvé qui ne se comprend qu'après coup. Mais fondamentalement, l'émotion, c'est la vie, c'est elle qui nous fait nous sentir vivant, dans la douleur ou le plaisir.

Parler des émotions à l'adolescence conduit à envisager non seulement les éprouvés, souvent inédits, qui affectent l'adolescent, mais aussi les nombreux remaniements auxquels ces nouveautés obligent et tout particulièrement le travail psychique exigé par l'activité pulsionnelle dont la force est décuplée au moment de la puberté. Ainsi, évoquer les émotions vécues par l'adolescent rend nécessaire d'en passer par la compréhension de ce qui l'assaille de l'intérieur avec la puberté et de l'extérieur avec le regard des autres, fragilisant momentanément son moi avant de trouver de nouveaux repères lui permettant de nouveaux investissements, de nouvelles identifications. L'émotion se caractérise toujours par son intensité, comme les éprouvés pubertaires. La toile de fond sur laquelle ces remaniements surviennent est le corps, biologique mais aussi érotique et fantasmatique, socle véritable de cette renaissance qu'est l'adolescence, support de ce qui affecte l'adolescent. Toute la question sera d'intégrer psychiquement ces mutations pubertaires, de donner sens à ces éprouvés pour permettre à l'adolescent de s'approprier ce corps étranger, de le rendre plus familier. Il en ira de même avec les émotions : comment les reconnaître, les tolérer en soi et chez l'autre, comment résister à la tentation de les nier ou de les expulser hors de soi ?

Aimer, haïr son corps

A l'adolescence, le corps n'est pas seulement une réalité biologique qui rend visible la métamorphose de la puberté ; c'est un paradigme essentiel pour comprendre la plupart des problématiques d'adolescence, à commencer par celle, fondamentale, de l'identité. L'identité, c'est d'abord l'identité corporelle, selon l'anthropologue Edmond Ortigues (1986). Etre soi à l'adolescence, implique de pouvoir intégrer le changement corporel dans la permanence du sentiment d'exister, jouer avec l'incertitude des formes de l'être adolescent, fonder la reconnaissance de soi à partir des limites changeantes du corps pubère. Etre soi suppose aussi d'intégrer ses émotions, de ne pas être coupé d'elles. Si le corps d'enfance est familier, connu, bien repéré, le corps adolescent crée une rupture, une surprise. La mue de la voix du garçon (Marty F., 1996) constitue, de ce point de vue, un bel exemple du changement identitaire (l'adolescent ayant mué peut être pris pour un autre) qui se produit assez brutalement sans que l'adolescent n'y puisse rien, l'obligeant à des remaniements psychiques importants. L'émotion est ici caractérisée par la stupeur provoquée par le changement de cette empreinte vocale et la douleur de la perte de cette voix d'ange (de tête) qui affectent le sentiment d'être soi et d'être reconnu comme tel par les autres.

L'un des problèmes essentiels auquel l'adolescent est confronté est, en effet, celui des changements qui se produisent au niveau somatique et psychique et qui lui font vivre des sentiments d'étrangeté vis à vis de lui-même, introduisant un vécu de discontinuité dans sa vie psychique. Car l'adolescence n'est pas seulement une étape dans le développement de l'enfant devenant adulte qui s'inscrirait dans la linéarité et la continuité développementale. L'adolescence apporte de la nouveauté radicale par rapport à l'enfance, nouveauté qui fait s'éprouver « autre » celui qui devient pubère. Cette altération du corps de l'enfant mué en corps pubère peut faire ressentir à l'adolescent des peurs exagérées de déformations du corps (dysmorphophobie), conduisant parfois à des paniques et un sentiment de dépersonnalisation. La violence de ces changements contraint l'adolescent à réagir en cherchant à maîtriser les apparences et les formes que prend son corps à ce moment-là. De même qu'il peut chercher à maîtriser (et cacher) ce qu'il ressent. D'où le soin qui est pris pour son apparence et l'extrême vulnérabilité que constitue toute atteinte corporelle occasionnée par la puberté : acné, pilosité,

apparition des règles, embonpoint, etc. Avec toutes ces transformations, l'enveloppe corporelle de l'adolescent l'expose au regard des tiers, le rend fragile, comme si les autres pouvaient lire ce qui se passe en lui. De la même façon, parce qu'elles s'incarnent, les émotions rendent manifestes les réactions de l'adolescent aux événements ou aux situations auxquels il est confronté. Elles donnent à voir le trouble provoqué et parfois même trahissent le sens de ces manifestations.

L'adolescence est l'une des étapes du développement humain où se jouent des mutations fondamentales et irréversibles, conduisant à une métamorphose (littéralement, un changement de structure) qui inscrit l'adolescence dans la transformation de l'existant en une nouvelle forme d'être. Pourtant, l'enfant devenant adolescent reste le même ; un sujet en construction, un sujet qui se développe. Mais comment maintenir la continuité du sentiment d'existence dans ce vécu de discontinuité ? Comment changer en restant le même ? C'est au processus d'adolescence qu'incombe ce travail.

Le processus d'adolescence

Dans les Trois essais (1905), S. Freud précise le caractère biphasé de la sexualité humaine qui vient en deux temps. D'abord dans la petite enfance avec l'oedipe infantile, la sexualité arrive trop tôt en quelque sorte, dans la mesure où elle rencontre l'immaturité fonctionnelle de l'enfant qui n'est pas prêt à l'intégrer. Puis elle se reprend au moment de la puberté, avec les fantasmes pubertaires où se rencontrent courant tendre et courant sensuel, le corps se génitalisant pour donner à l'adolescent la capacité de réaliser la sexualité qu'il ne pouvait, enfant, que fantasmer. S. Freud parle d'ailleurs davantage de puberté que d'adolescence, soulignant ainsi l'importance du corps et celle de son rôle dans cette double transformation (somatique et psychique) qui accompagne la puberté et ses manifestations. Ces deux temps de la sexualité sont séparés par une phase intermédiaire, la latence, période de l'entre-deux, qui permet à l'enfant sinon d'apprendre à maîtriser ses pulsions en intériorisant les acquis de la petite enfance, du moins à faire avec cette énergie pulsionnelle dont il tente d'orienter le cours. La latence lui sert de temps d'arrêt, d'espace-temps, permettant de suspendre les

investissements libidinaux liés à la sexualité infantile pour en redéployer d'autres, davantage liés à l'investissement narcissique, à la construction identitaire. Ce temps d'attente offre à l'appareil psychique la possibilité de construire des défenses pour résister, le moment venu, à la violence de l'attaque pubertaire qui agira comme un véritable traumatisme psychique, risquant de provoquer une effraction dans le pare excitation. Une fois contenues, lorsqu'elles émergent à nouveau à l'adolescence, ces pulsions sexuelles peuvent être psychiquement élaborées dans l'après-coup pour donner sens à ce qui a pu être vécu de façon énigmatique et confuse dans la petite enfance. L'adolescence relit et réinterprète la sexualité infantile à la lumière du pubertaire, elle donne forme et sens au sexuel génital, sans pour autant jamais prétendre à dompter la force pulsionnelle.

Ce travail psychique qui se déploie au moment de l'adolescence n'est possible qu'à la condition que la latence ait pu traiter l'excitation somatique de la petite enfance. C'est elle qui donne les bases pour lire les émotions, les reconnaître. C'est elle qui conditionne la qualité du processus d'adolescence qui aura pour fonction d'intégrer la nouveauté du pubertaire. L'adolescence introduit de la discontinuité et ravive l'infantile, au moment même où se profilent de nouveaux horizons, de nouveaux objets à investir. Cette nouveauté, faute d'élaboration suffisante, risque pour certains de provoquer un break-down (Laufer M., 1969). Si ce temps de rupture entraîne parfois des cassures dans l'histoire d'un sujet, c'est aussi une période qui s'appuie profondément sur les acquis antérieurs, qui s'ancre dans les expériences de relation, les émotions partagées, qui se sont nouées pendant la petite enfance et l'enfance. On ne peut donc pas envisager la problématique de l'adolescence sans tenir compte de cet arrière-fond que constitue l'histoire d'un sujet. De l'auto érotisme qui prévaut dans l'enfance à l'investissement de l'autre génital qui porte la marque de l'adolescence, le trajet du sexuel en soi consiste pour l'adolescent à quitter les objets de l'enfance pour en investir de nouveaux, tout en s'appuyant sur la qualité des assises narcissiques construites antérieurement dans les relations précoces aux objets primaires. Les émotions vécues à l'adolescence demandent à être reconnues et contenues pour trouver place dans ce sentiment de continuité d'existence, malgré la nouveauté qu'elles contiennent, ne serait-ce que par leur intensité.

Séduire et être séduit

Parce qu'elle est l'occasion d'investir de nouveaux objets, l'adolescence peut être pensée comme une attaque qui blesse le narcissisme de l'enfant (Gutton P., 1990). Les repères familiaux de l'enfant volent en éclats, ne sont plus au rendez-vous ; quelqu'un d'autre semble apparaître. Cette étrangeté crée chez l'adolescent le sentiment qu'il est attaqué de toutes parts. Le narcissisme de l'enfant devenant adolescent est soumis au risque de la séduction qui agit de différentes façons. L'adolescent repère les signes de la séduction chez l'autre, dans le corps des pairs, pour attirer le regard. À l'adolescence, la fonction du regard est essentielle ; il prend appui sur celui des parents : un mot maladroit peut avoir des conséquences d'autant plus importantes que l'adolescent se trouve dans un moment de grande fragilité narcissique.

Le rapproché avec le corps parental entraîne des conduites de l'excès ayant notamment pour fonction de mettre à distance le corps parental ravivant un vécu d'allure incestueuse. C'est ainsi que l'on peut comprendre le goût prononcé de certains adolescents pour des musiques violentes écoutées « à fond » sur la chaîne familiale, comme une stratégie de mise à distance des parents. Les effets sont souvent immédiats : les parents se bouchent les oreilles et demandent à l'adolescent de baisser le son ou d'aller écouter la musique dans sa chambre. Cette conduite fonctionne comme une muraille sonore, une barrière protectrice, anti-incestueuse. Elle permet à l'adolescent de mettre à distance les émotions trop fortes qui sont éprouvées dans ce temps de découverte et de rencontre avec le corps génital des parents.

La lutte contre le risque de séduction passe aussi par l'investissement du laid (dans la tenue, les vêtements, la démarche, la coiffure), alors que l'idéal familial serait plutôt celui des canons de la conformité et du « bon goût ». Les adolescents adoptent certaines conduites dans le but de faire rupture, de faire barrière et de mettre à distance ce qui est vécu comme une séduction de la part des adultes (c'est toujours de l'autre que vient la menace). Ils tentent ainsi de marquer une différence, parfois dans l'opposition et dans la destruction, mais le plus souvent dans l'écart. La construction de cet écart contribue à ce que les adolescents fassent génération à leur tour, à ce qu'ils ne soient plus vécus par eux-mêmes, mais surtout par leurs parents, comme des enfants. Car ils seraient ainsi ramenés à un état antérieur de dépendance et d'immaturation, à un moment où

ils subissent ce qu'ils vivent, ce que précisément ils cherchent à fuir. Au contraire, les adolescents visent à se fonder comme une génération autonome, spécifique, distincte de celles des enfants et des parents. Ce sentiment d'appartenance à une génération différente est nourri de fantasmes de maîtrise et d'auto engendrement. Mais paradoxalement, c'est pour eux aussi l'occasion d'entrer dans la chaîne des générations et de devenir à leur tour, au bénéfice des transformations/pubertaires, de possibles géniteurs, responsables d'autres qu'eux. C'est aussi une façon de donner une direction et un sens à cette force (pulsionnelle et émotionnelle) qu'ils sentent posséder et qu'il faut orienter.

Attaque du corps : destructivité, haine de soi, haine de l'autre

L'adolescence est un changement d'une telle radicalité que cela peut donner à l'adolescent le sentiment d'une profonde étrangeté à soi-même, comme si son corps ne lui appartenait plus, comme si cette réalité lui était imposée et pouvait lui être hostile ; une source de menace. Le corps pubère peut susciter un sentiment violent de haine destructrice donnant lieu à de multiples attaques visant à détruire les traces mêmes de la puberté, comme c'est le cas dans l'anorexie mentale.

La destructivité emprunte des voies courtes de résolution des tensions, modalité qui est à l'opposé de l'élaboration psychique du conflit : au lieu de tenter de chercher un compromis, une solution qui aménage, qui soutienne, qui tente de donner forme et sens à l'activité pulsionnelle, en particulier dans le fantasme, la vie psychique est expulsée à l'extérieur. Ainsi, ce qui revient de l'extérieur a un caractère mauvais qui persécute le Moi du sujet qui doit s'en protéger en retour.

La destructivité fait partie intégrante du processus de maturation, elle en est une phase transitoire. Essentielle comme expérience primitive chez l'enfant, elle est convoquée à nouveau au moment où le réel/pubertaire (celui du corps, où se passe la résurgence des fantasmes incestueux et parricide) devient une réalité effractante. Cette violence/pubertaire vient à nouveau menacer l'unité narcissique et convoque des défenses adaptées à l'intensité de l'attaque.

La haine est ainsi indissociablement liée à la projection. Ce mécanisme de défense, souvent associé au clivage, se met au service du Moi lorsque la partie mauvaise en soi n'est pas intégrable et qu'elle menace le Moi dans son intégrité même. Le mauvais ne peut qu'être extérieur, le bon étant à l'intérieur de soi. Projeter le mauvais sur l'objet externe assure ainsi au Moi, moyennant une sorte de déni, la sécurité interne. Pour un certain temps, car dès que la menace refait surface, la projection est convoquée pour assurer à nouveau la sécurité du Moi. En situant le problème du côté de l'objet externe, la haine de l'autre ou même la haine de son propre corps – objet porteur du mauvais - serait-elle un facteur d'unité interne, une protection contre le risque d'éclatement de l'intégrité narcissique ? Cette violence de l'effraction pubertaire, saturée d'éprouvés ambivalents, alimente aussi le recours à l'agir.

L'agir

Quand les adolescents viennent nous consulter, il n'est pas rare que ce soit à la demande insistante de l'entourage qui ne supporte plus leur violence auto ou hétéro destructrice. Le plus souvent, ils sont dans un moment de confusion émotionnelle, d'incertitude, de mal être, de grande souffrance qu'ils n'arrivent pas à surmonter. Leurs émotions les submergent. Ils subissent leur transformation et mettent en place des stratégies pour essayer de maîtriser ce changement qui se produit en eux, pour tenter de reprendre la main. L'un des moyens qu'ils utilisent de façon privilégiée, c'est le recours à l'agir, le passage par l'acte constituant une façon de lutter contre le sentiment d'être agi (parfois même persécuté) par cette puberté qui les traverse. Comment faire pour accepter d'être agi par une transformation à propos de laquelle on ne peut rien, qui échappe à toute maîtrise ? Comment accepter un minimum de passivité à un moment où il serait nécessaire de brandir des armes pour se défendre, pour lutter contre ce sentiment d'insécurité ? D.W. Winnicott (1968) parlait de l'adolescence comme d'une expérience à vivre. Comment faire lorsque l'on se sent vulnérable et attaqué pour ne pas réagir, contre agir ? Comment ne pas être violent à son tour quand on sent que ce qui se passe à l'intérieur de soi est une violence faite à soi-même ? L'enjeu vital de toute adolescence réside dans cette capacité à tolérer la violence de ses émotions. Accepter d'être traversé par une expérience qui échappe au contrôle, pouvoir supporter de la

vivre avec l'espoir d'y survivre et même d'en sortir grandi. Mais souvent, cette capacité à tolérer la discontinuité et à accepter que de telles transformations se produisent en soi n'est pas au rendez-vous. L'agir et parfois même l'agir violent auquel il a recours montre que l'adolescent est débordé par sa vie émotionnelle et qu'il ne peut trouver d'autres issues que l'acte pour éviter de s'effondrer.

La violence

L'agir violent des adolescents est d'abord une réaction de détresse face à une menace ; la violence peut être pensée comme l'expression d'une réaction de survie face à un danger vital, une défense contre le sentiment de menace qui émane d'un objet externe, comme une réaction de protection d'un moi qui se sent attaqué et qui, pour se défendre, attaque à son tour l'objet source de menace (réelle ou supposée). L'adolescent utilise fréquemment la projection pour sa défense, comme lorsqu'il dit : « ce n'est pas moi, c'est l'autre ! », attribuant ainsi à l'autre ce qu'il ne peut contenir en lui. La violence de l'effraction pubertaire alimente le sentiment de menace et entraîne donc la nécessité d'une protection par le clivage, le déni et une sorte de paranoïa qui pourtant ne serait pas pathologique (Marty F., 2009).

Ce mécanisme de défense de type paranoïaque est ici ordinaire. Mais si les objets externes se sentent eux aussi persécutés par ces adolescents et qu'ils contre réagissent vis-à-vis de cette violence, adolescents et parents se mettent à s'entre déchirer. Les émotions ne servent plus à échanger entre les êtres, elles ne sont plus les signes de la vie relationnelle, elles constituent une puissance fortement désorganisatrice. Or ce qui est attendu de cet environnement, c'est qu'il ait une position étayante, contenante, qu'il soit un soutien (narcissique) pour les adolescents. Mais il n'est pas toujours simple pour les adultes, sur et contre lesquels les adolescents s'appuient, de ressentir cette adversité comme un signe de maturité et comme un appel à tenir bon, à résister à la destructivité qui est potentiellement contenue dans cette violence. Dans cette hostilité et la confrontation avec le monde des adultes, les adolescents ont à faire l'expérience de leur capacité à tenir face à l'autre et non pas de le détruire, à transformer leur violence destructrice en agressivité constructive. Cette confrontation avec l'autre est une source de renforcement narcissique quand cet autre en faisant limite ne

ressent pas cette relation comme une attaque personnelle visant à le détruire mais au contraire comme le signe d'une force en train d'émerger. En la reconnaissant comme la forme de la vie, en contenant cette force émotionnelle et pulsionnelle, les adultes aident l'adolescent à la transformer en une énergie qui doit être orientée plutôt que réprimée, une énergie qui peut être mise au service de la construction de soi et de la créativité dans le lien à l'autre.

Le corps étranger interne

L'adolescent est travaillé par un double mouvement qui le conduit à passer d'un corps familial (le corps de l'enfance) à un corps étranger (le corps pubère), au moment où il doit abandonner ses objets familiaux pour aller vers des choix d'objets extra familiaux, non incestueux. Ce double mouvement crée des contraintes internes qui sont plus ou moins bien vécues par l'adolescent au moment où il rencontre en lui l'inconnu et l'insécurité.

Le corps pubère constitue pour l'adolescent un corps étranger interne : il éprouve sa propre puberté comme un événement qui lui vient de l'extérieur et son nouveau corps peut lui paraître étrange. Cette expérience est l'une des occasions qui soient donnée de découvrir l'altérité en soi - « Je est un autre », comme dit le poète – et dans la différence sexuée entre les êtres. L'adolescent découvre cet autre en lui, ce qui le conduit progressivement à reconnaître sa différence avec d'autres sexués différemment de lui. Tout n'est donc pas joué dans l'enfance avec le complexe d'œdipe. La question de l'altérité se reprend avec l'adolescence et cette rencontre de l'autre en soi. Les adolescents montrent que l'expérience pubertaire vécue dans la chair et dans la psyché réactive cette problématique de la différence en lui donnant de nouveaux accents, notamment avec l'apparition de la pulsion sexuelle génitale.

La qualité de la rencontre avec un autre donne à l'adolescent le sentiment de son existence et de sa différence. Il n'y a pas de corps sans autre à l'adolescence : « il n'y a de corps que désirant, et toute tentative de le penser indépendamment d'autrui (de l'objet) conduit à des impasses de développement » (A. Birraux, 2004). Le sujet humain n'existe pas en lui-même, il existe dans la co-construction avec un autre. L'adolescence est une

révélation à soi-même dans la rencontre avec l'autre différent. La différence est toutefois menaçante et des mouvements de recul peuvent se manifester par rapport à cet engagement dans le lien à l'autre. Cela peut donner des styles de relations d'allure narcissique, le choix des partenaires se portera sur des objets ayant valeur de double : un autre, mais comme soi. C'est une des figures de l'homosexualité transitoire à l'adolescence, le passage par les amitiés particulières où l'autre est le reflet d'un idéal narcissique.

Passer par l'appropriation de l'image de soi changeante et changée, pour accéder au sentiment d'exister ; passer du paraître à l'être pour aimer un autre que soi : voilà l'enjeu du narcissisme à l'adolescence.

Dépression

La puberté apporte avec elle des changements qui sont de nature à rompre avec l'équilibre ancien, avec le sentiment de familiarité qui s'est progressivement construit pendant l'enfance dans la relation à soi (investissement narcissique) et dans la relation aux objets (investissements objectaux). La nouveauté pubertaire faisant voler en éclat ce statu quo ante oblige l'adolescent à faire le deuil de cet équilibre, à modifier la nature de ses investissements, à intégrer la réalité du corps pubère et des fantasmes (incestueux et parricides) qui accompagnent sa survenue. La violence de l'effraction pubertaire constitue une véritable attaque interne qui fragilise d'autant plus le sujet qu'il doit faire face à une perte de ses repères de l'enfance. Obligés de lutter sur le front de l'attaque interne en même temps qu'ils doivent faire face au sentiment d'une certaine nudité psychique (leur carapace identitaire ne convient plus dans cette période de mue), certains adolescents s'effondrent, faute d'avoir pu mettre en place des défenses suffisamment efficaces pour surmonter toutes ces menaces. Une forme ordinaire de dépression transparaît dans nombre d'attitudes, que ce soit la difficulté à se lever ou à se coucher, le sentiment d'une certaine vacuité, un vague à l'âme, l'ennui, ou un manque de confiance en soi, chacun de ces états pouvant devenir envahissant. Cacher ses émotions en restant couché, se les cacher à soi-même autant qu'aux autres, quand c'est le sentiment de honte qui domine, honte d'un corps qui exige des satisfactions, qui exprime de nouveaux désirs, qui révèle aux yeux des autres cette excitation interne si difficile à canaliser. La lutte

contre cette dépression ordinaire traduit les ressources dont dispose l'adolescent pour faire face et finalement surmonter ce moment délicat dans son histoire. L'issue de la bataille en soi semble souvent incertaine, le doute, la fuite, le déni pouvant constituer autant de stratégies d'attente et de tentatives d'évitement de cette réalité pourtant incontournable qu'est la survenue de la puberté et du pubertaire. L'activité pulsionnelle exige ce travail psychique pour métaboliser son énergie, transformer la force brute de la pulsion en activité représentative, donner des signifiants d'ancrage (A. Birraux) à ce corps nouvellement sexué. Mais ce travail de traduction des états internes échoue – le plus souvent cet échec est transitoire – conduisant l'adolescent à des modalités défensives qui sont plus archaïques et qui empruntent à l'histoire infantile du sujet. L'effondrement dépressif est craint et doit être évité ; la lutte pour y parvenir peut passer par des montages originaux comme les aménagements pervers, l'évitement phobique ou une certaine obsessionalisation. La fuite en avant dans le déni du corps sexué et l'hyper investissement de l'intellect se retrouvent dans la plupart des conduites anorexiques, ne faisant qu'affirmer la force du refus des transformations somato-psychiques pourtant déjà là. La honte, le dégoût, la culpabilité vis-à-vis de la sexualité pubère génère des confusions dans la façon même de ressentir ce qui se passe en soi. La nouvelle capacité orgasmique affole l'adolescent au point parfois de le conduire à des excès dans le refus du corps, à un surinvestissement de la pensée, à un mépris pour l'aspect charnel de l'existence (ascétisme). Mais ces mécanismes de défense qui ont pour fonction de mettre à distance le corps ne réussissent pas totalement à éviter certaines formes d'érotisation de la pensée, de l'abstinence. Ces aménagements pervers se nourrissent de l'exaltation ressentie et finalement ce sont toujours les émotions qui finissent par imposer leur présence. Ainsi la découverte de l'amour pour un autre que soi affole le corps, élève le rythme cardiaque, entraîne des moiteurs, des exaltations, des peurs, des rougissements. Autant de signes qui débordent la capacité de contenance du sujet. L'émotion s'impose malgré les constructions défensives.

Alexythymie, état limite et psychose

Il existe cependant des états où l'adolescent se sent perdu quant aux limites mêmes de son identité, quant à celles de son corps. Dans ces cas, la vie émotionnelle est au-delà de la confusion, elle est comme

anesthésiée pour ne pas dire absente. Comme si l'adolescent ne savait pas lire en lui ce qu'il éprouve, seul demeurant un sentiment diffus d'angoisse. Est-il gai, est-il triste ? Il ne le sait pas, il ne sent pas ce qui se passe en lui. Cette perte de sensibilité constitue une mise à distance redoutable contre les émotions, défense qui a un prix exorbitant pour le sujet qui y a recours. En effet, cette déconnexion à ses émotions ou du moins à leur reconnaissance, handicape gravement l'adolescent : il est comme un pilote de course qui perdrait subitement la vue. Car les émotions constituent un guide qui sert au sujet à s'orienter. Elles disent par leurs manifestations sensorielles ce qui se vit à un niveau de conscience plus profond et parfois même plus inconscient. Privé de cet outil pour comprendre ce qu'il vit, l'adolescent erre dans un état d'angoisse important qui l'empêche de ressentir. La vie a perdu ses couleurs, ses parfums.

Dans d'autres états, psychotiques, ceux-là, l'émotion existe bien, elle est là, ressentie, mais elle ne fait pas sens. Je me souviens d'un patient de 17 ans qui tentait de me faire comprendre ce qu'il ressentait mais qu'il ne parvenait pas à dire. A la fin, il avait dessiné un corps, le sien, coupé en deux dans le sens de la longueur (une coupe), pour figurer quelque chose dans la gorge qui le gênait au point qu'il ne pouvait pas aller chez un dentiste pour se faire soigner, tellement cette chose en lui, au fond de sa gorge, le terrifiait. J'ai fini par comprendre que cette gorge nouée (avoir les boules), était la manifestation de son angoisse. Nous avons pu mesurer aussi à cette occasion combien pour lui les éprouvés corporels ne pouvaient pas se transformer en sentiments : ils restaient des états sensoriels d'autant plus désagréables qu'ils ne trouvaient pas leur traduction langagière.

Ainsi, les émotions sont-ils des guides qui servent à se repérer dans la relation à soi-même et la relation aux autres. Elles ont une valeur relationnelle et socialisatrice. La difficulté que peuvent éprouver certains adolescents à les reconnaître ou les nommer entraîne de graves troubles dans la capacité à être soi et, à l'adolescence, dans le devenir du processus de subjectivation.

Adolescence, émotion et psychothérapie

Si, dans la cure avec les adultes, « Interpréter en psychanalyse c'est effectuer, c'est-à-dire mettre en mots, une liaison existant chez un sujet entre une émotion ressentie au présent et une expérience vécue dans le passé » (De Mijolla-Mellor, 1996), avec les adolescents, cette opération interprétative prendra, du moins aux débuts de la thérapie un autre chemin. En effet, l'adolescent qui vient nous consulter est souvent psychiquement blessé, voire traumatisé par un événement, une émotion qu'il ne parvient pas à surmonter, qui l'envahit et le menace. En le confrontant trop immédiatement à cette part de lui en souffrance (en attente de traitement), le thérapeute risque de lui faire vivre une nouvelle attaque et d'être perçu comme un persécuteur. En lui demandant d'associer ou en interprétant trop rapidement le transfert, le thérapeute risque de confronter l'adolescent à cette part de lui attachée à l'infantile qui lui fait éprouver de la honte parce qu'il se voit exposé impuissant au regard de l'autre, animé par un sentiment diffus de culpabilité lié aux fantasmes qui l'animent. Aussi, pour donner une chance au travail thérapeutique avec un adolescent, convient-il non seulement d'être prudent et patient, comme avec tous les patients, mais aussi d'accueillir et de soutenir l'adolescent comme un soldat blessé, traumatisé par une attaque à laquelle il n'était pas totalement préparé. Ce soutien narcissique est la condition pour que d'autres étapes puissent advenir dans le cadre de la psychothérapie, avec la rêverie, l'association libre, la remémoration, la mise en récit de souvenirs venant nourrir la relation transférentielle au thérapeute. La violence des émotions vécues peut alors trouver un lieu pour être, un lieu pour être traitée et prendre place dans une histoire singulière où l'adolescent peut être en contact avec elles sans risquer de se sentir menacé ou détruit par elles. Le travail thérapeutique consiste souvent à donner sens à ces émotions, à découvrir ce qu'elles recèlent à l'insu même du sujet. Dans ce sens-là, nous pourrions dire que les émotions devancent le travail psychique de l'élaboration, c'est la part corporelle de l'excitation qui est pourtant liée à l'affect. Toute la difficulté réside dans le fait de traduire en sentiments cet éprouvé qui fait irruption dans le corps et dans la psyché sans y avoir été invité.

Conclusion

L'adolescence est porteuse d'une grande quantité d'excitations dont la source somatique cherche dans le plaisir de la décharge une certaine satisfaction, un certain apaisement. L'origine sexuelle de ces excitations bouleverse l'adolescent dans ses repères, l'obligeant, pour y faire face, à un travail psychique important et inédit. La violence de ce qui est vécu à cette période de la vie traduit l'intensité de ce bouillonnement interne et montre la difficulté à laquelle l'adolescent est confronté pour réguler ses émotions. Dans la mesure où l'émotion traduit en le rendant manifeste un éprouvé, peut-être même un sentiment qui ne se sait pas toujours, elle découvre l'adolescent – elle le met à nu et lui permet de se connaître –, le surprend par l'intensité de sa réaction, le bouleverse aussi en lui montrant parfois son impuissance à la juguler. L'émotion confronte l'adolescent à sa passivité : quelque chose en lui s'exprime qui échappe à son contrôle. Accepter cette existence en soi d'une pareille force sans pouvoir être sûr de la maîtriser, voilà le défi auquel est confronté tout adolescent. A l'adolescence, plus qu'à tout autre âge de la vie, l'émotion révèle la présence en soi d'une sensibilité qui nécessite d'être élaborée, intégrée à la subjectivité pour que ce qui est vécu fasse sens. Peut-être s'agit-il « seulement » d'un apprivoisement.

Bibliographie

- ASSOUN P.-L., La doctrine pulsionnelle, in Mijolla A. de et Mijolla-Mellor S. de (dir.), *Psychanalyse*, Paris, PUF, 1996, pp. 170-177
- BIRRAUX A., *Le corps adolescent*, Paris, Bayard, 2004
- FREUD S. (1905), *Trois essais sur la théorie de la sexualité*, Paris, Gallimard,
- GUTTON P., *Le pubertaire*, Paris, PUF, 1990
- LAPLANCHE J. et PONTALIS J. B., *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris, PUF, 1967
- LAUFER M. et LAUFER E., *Adolescence et rupture du développement*, Paris, PUF, 1989
- MARTY F., Le travail de la mue, *Adolescence*, 1996, 14, 2, pp. 169-190

MARTY F., La violence comme expression du mal-être à l'adolescence : la paranoïa ordinaire, *Adolescence*, 2009, 27, 4, pp. 1007-1017.

MIJOLLA-MELLOR S. de, L'interprétable et la pratique de l'interprétation, in Mijolla A. de et Mijolla-Mellor S. de (dir.), *Psychanalyse*, Paris, PUF, 1996, pp. 87-166

MURAKAMI H., *Au sud de la frontière, à l'ouest du soleil*, 1992, Paris, Belfond, 2002, pour la traduction française, p. 18-19.

ORTIGUES M.-C. ET ORTIGUES E., *Comment se décide une psychothérapie d'enfant ?*, Paris, Denoël, 1986

STERN D., *Le monde interpersonnel du nourrisson*, Paris, PUF, 1990

WINNICOTT D.W. (1968), Concepts actuels du développement de l'adolescent: leur conséquences quant à l'éducation, in *Jeu et réalité*, Paris, Gallimard, 1975, pp. 190-207.