

Le développement

L'adolescence est une période importante dans la vie d'une personne. L'adolescence n'est pas un problème en soi, mais une phase d'adaptation. L'individu doit s'adapter à différentes étapes de sa vie et chacune de ces phases comporte son lot d'exigences. On ne parle donc pas de crise, mais de différentes phases, parfois traversée de manière plus ou moins difficiles. Par contre, certains signes peuvent être préoccupants, notamment le fait de ne pas réussir à se faire des amis, une baisse des résultats scolaires, des problèmes de consommation ou de l'absentéisme scolaire. Il demeure important que l'adolescent réussisse à traverser cette période, puisque celle-ci représente une période charnière dans le développement et l'acquisition des habiletés de l'individu, le tout étant nécessaire à sa vie d'adulte.

Retranscription de la conférence donnée par Dr Nathalie Gingras, psychiatre, Programme DIPP du Centre universitaire de Québec - Le 17 juin 2006 – retranscription par Benjamine Gill.

Des études ont montré qu'adultes et adolescents n'utilisaient pas toujours leur cerveau de la même manière pour gérer leurs cognitions, leurs émotions et leurs comportements. Ces recherches ont démontré qu'il existe des processus de maturation du cerveau. Tout comme leur corps, le développement du cerveau des adolescents n'est donc pas complété.

Frances E. Jensen et Amy Ellis Nutt, *The Teenage Brain, A Neuroscientist's Survival Guide to Raising Adolescents and Young Adults*. New York Time Bestseller, École de médecine de l'Université de Pennsylvanie, 2015.

Sautes d'humeur, impulsivité, irritabilité, difficulté de concentration, recherche de sensations fortes... Ces comportements qu'on reproche souvent aux adolescents s'expliquent par le fait qu'à cet âge, le cerveau n'a pas terminé de se développer et cherche à réguler des doses grandissantes d'hormones sexuelles. Ces connexions manquantes ont pour effet de rendre le raisonnement de base plus ardu. « Tout en dessous des grosses régions du cerveau, on a ce qu'on appelle les régions sous-corticales. Ce sont deux régions importantes : l'hippocampe, qui s'occupe de la mémoire, et l'amygdale – pas celle qu'on a dans la gorge –, qui s'occupe de la peur et de la régulation des émotions, indique Sonia Lupien. Il doit y avoir un chef d'orchestre pour tout ça, et c'est le lobe frontal, qui va inhiber certains comportements inappropriés. Par contre, le lobe frontal n'est pas complètement développé à la naissance. Donc, il a du mal à gérer tout ce beau monde-là, et ça donne certains comportements. ».

Sonia, Lupien, *Le cerveau en développement des ados explique leurs comportements*, article de Catherine Perrin, [En ligne : ici.radio-canada.ca] (page consultée le 23 février 2017).

Un ado n'a pas donc les mêmes capacités d'organisation, d'abstraction et de prise de décision qu'un adulte. Normal, leur lobe frontal, siège de ces fonctions évoluées, n'est pas encore tout à fait complété. En ce sens, le jeune n'a pas encore acquis la capacité cognitive pour considérer différentes sources d'informations dans ses prises de décision. On parle alors du *développement de la pensée abstraite*, mais également du développement moral. On note ainsi que le sentiment de justice est très important chez l'adolescent, d'où son attente à se faire respecter dans le choix

de ses valeurs. Cet inachèvement du cerveau expliquerait en partie la propension de certains ados à prendre de mauvaises décisions en adoptant des comportements immatures ou à risque. Or, bien que le jeune souhaite se distancer des adultes, devenir autonome et développer sa propre identité, il a tout de même besoin de sécurité et d'un cadre pour bien se développer et éviter de s'engager dans des conduites à risque (goût du risque et de vivre de nouvelles expériences).

Young. S. *Du plus petit au plus grand : outil de soutien à l'observation et à l'accompagnement des enfants de 0 à 18 ans (2^{ème} édition)*, CJM-IU, Montréal, 2014.

C'est dans cette optique que le système de justice pénal pour les adolescents est distinct du système pénal pour adultes, car on attribue aux adolescents un degré de culpabilité morale moindre. Ce principe s'explique par le fait que les adolescents, en raison de leur jeune âge, sont moins matures, moins aptes à exercer leur jugement moral et plus vulnérables aux influences extérieures. Ainsi, la loi vise à favoriser la réinsertion sociale, notamment, par le biais de sanctions moins lourdes.

Ministère de la Justice du Canada. *Site web des lois du Canada*, [En ligne : www.justice.gc.ca, consulté le 6 septembre 2017].

Les principaux besoins des adolescents et les conséquences observées lorsque ces besoins ne sont pas répondus.

	Exemples de besoins à combler chez les adolescents	Exemples de conséquences liées aux besoins non comblés
Besoins physiologiques	<ul style="list-style-type: none"> • Avoir une hygiène de vie adéquate (alimentation, sommeil, repos, exercice) 	<ul style="list-style-type: none"> • Fatigue • Problèmes de santé • Irritabilité • Faible concentration • Absentéisme scolaire
Besoin de sécurité	<ul style="list-style-type: none"> • Avoir un espace psychologique, un refuge offrant une sécurité et un contrôle • Se sentir soutenu lorsque nécessaire 	<ul style="list-style-type: none"> • Isolement • Signes de stress et d'anxiété • Mépris de l'autorité
Besoin d'appartenance	<ul style="list-style-type: none"> • Avoir l'occasion d'entrer en contact avec les autres • S'intégrer à un groupe • Obtenir un statut social • Avoir un espace pour s'exprimer de façon socialement acceptable 	<ul style="list-style-type: none"> • Exclusion par rapport aux groupes d'amis • Manque de respect envers d'autres jeunes • Intimidation
Besoin d'estime	<ul style="list-style-type: none"> • Être reconnu, apprécié • Sortir du lot • Faire un travail utile et visible • Exprimer son talent et sa compétence • Varier, innover dans ses tâches et ses loisirs 	<ul style="list-style-type: none"> • Dépendance envers l'adulte et besoin constant d'approbation • Peu d'initiative • Discours négatif par rapport à l'école et à la vie sociale

Besoin de réalisation	<ul style="list-style-type: none"> • S'épanouir • Approfondir sa culture • Se former et continuer son propre développement • Être écouté et se sentir compris 	<ul style="list-style-type: none"> • Peu de projets menés à terme • Faible participation à des activités • Décrochage scolaire
------------------------------	---	---

Desjardins, S. *Offre de service en arts et culture*, Montréal, CJM-IU, 2011.

Maslow, A. *La pyramide de Maslow*. [En ligne : www.des-livres-pour-une-santé-durable.fr/tag/pyramide-de-maslow] (page consultée le 23 février 2017).

Commission scolaire des Samares, *Trousse d'information et d'intervention sur l'élève TDAH au secondaire*. [En ligne : www.cssamares.qc.ca/trousse-TDAH] (page consultée le 23 février 2017).

Le développement est un processus continu, dynamique et qui suit certaines étapes prévisibles. De plus, il s'agit d'un processus qui progresse selon le rythme du jeune et qui est influencé par son hérédité, son tempérament, sa relation avec ses parents et son environnement. Il convient aussi de mentionner que les différentes sphères de développement sont interdépendantes. Il faut donc considérer le développement comme un tout qui se construit graduellement et que l'acquisition de certaines habiletés et compétences dépend de certaines autres.

Les adolescents doivent faire face à plusieurs **défis développementaux**, notamment le fait de :

- mettre des limites aux autres (se faire respecter),
- expérimenter des rôles et responsabilités,
- apprendre l'autodiscipline par l'intériorisation des valeurs et des règles sociales,
- développer leur confiance en eux et aux autres,
- apprendre à résoudre des conflits,
- élaborer son système de valeurs,
- évaluer concrètement l'impact de leurs idées ou projets sur la réalité.

Le développement physique se caractérise essentiellement par une accélération rapide de la croissance (poussée de croissance), le développement des caractères sexuels primaires (maturation des glandes sexuelles) et secondaires (seins, voix, poils, etc.), les changements dans la composition du corps (proportion du gras et des muscles) ainsi que la capacité aérobique du corps (force, résistance, etc.). Par ailleurs, l'**image corporelle** représente une variable très importante de l'estime de soi à l'adolescence. Le jeune est très sensible au regard des autres. Il peut vivre certaines pressions pour correspondre aux standards physiques véhiculés. Enfin, durant cette période de grands changements, le jeune a particulièrement **besoin de bien manger, bien dormir et bien bouger**.

Le développement affectif représente la **quête d'identité** qui amène le jeune à se questionner sur qui il est vraiment et où il va. Au terme de cette période, l'adolescent devra avoir acquis le sentiment d'être une personne unifiée même s'il a plusieurs rôles à jouer. Ainsi, il a des habitudes qui lui sont propres, des motivations et des attitudes spécifiques lui permettant de répondre aux exigences du milieu. La construction de l'identité est teintée par plusieurs sentiments : les

sentiments de continuité, d'intégrité, d'être distinct des autres, d'appartenance, d'efficacité, d'estime de soi et d'avoir un sens.

Le développement affectif se caractérise aussi par l'**autonomie émotionnelle** à l'adolescence. Pour atteindre cette autonomie, quatre conditions apparaissent comme étant nécessaires. On réfère ainsi à la « désidéalisée » des parents, à la capacité de considérer ses parents comme des êtres indépendants et multidimensionnels (c'est-à-dire pouvant jouer plusieurs rôles), à la capacité de se débrouiller (sortir de la dépendance aux parents) et au besoin de préserver son intimité personnelle. Enfin, avec la puberté apparaissent des pulsions nouvelles en raison des changements hormonaux. Au niveau de la **sexualité**, les adolescents doivent apprendre à exercer un contrôle sur ce qui leur arrive, à devenir autonome et à résister aux pressions des pairs face aux expériences qu'ils sont appelés à vivre.

Pour ce qui est du **développement cognitif**, la maturation des cellules nerveuses permet d'éliminer des connexions nerveuses inutiles afin d'améliorer les **fonctions de haut niveau** : autoévaluation, planification à long terme, établissement de hiérarchies facilitant les activités et actualisation de comportements prosociaux appropriés. Le jeune peut donc réfléchir à des concepts ainsi qu'à ses pensées (métacognition). Il exerce alors un meilleur contrôle des processus de résolution de problèmes et développe la capacité de passer du concret à l'abstrait. Cette capacité lui permet de formuler des hypothèses, planifier des activités, établir des stratégies, tirer des conclusions à partir de données, etc. Ces compétences ont des répercussions sur sa mémoire, sa communication, son attention et sa compréhension des autres. Enfin, le jeune acquiert également la **pensée morale** qui se divise en plusieurs stades et se caractérise, entre autre, par l'intégration des conventions servant à régir les rapports interpersonnels et par la capacité à se mettre à la place de l'autre dans ses prises de décisions.

En ce qui concerne le **développement social**, mentionnons d'abord que le besoin d'indépendance du jeune l'amène à se comporter de façon plus autonome. Toutefois, il doit aussi se gérer lui-même et avoir des comportements qui sont acceptables pour les autres. Le développement de compétences sociales dépend de plusieurs facteurs, notamment le tempérament et la personnalité, le rendement intellectuel, la famille, l'école, les réseaux d'amis, etc. Les compétences sociales dépendent de certaines capacités dont l'adolescent dispose : estime de soi, sentiment d'efficacité personnelle, cognition sociale (capacité de se mettre à la place de l'autre), et capacité à résoudre des problèmes interpersonnels. Par ailleurs, le **milieu social** du jeune est beaucoup plus élargi qu'à l'enfance et il crée des liens en dehors de la supervision parentale. Il a besoin d'exercer son sens des responsabilités et de s'engager. De plus, l'**amitié** représente une belle occasion pour apprendre à résoudre des conflits, gérer des émotions, définir sa pensée et ses idées, vivre une relation dans l'intimité, partager, etc. Le **sentiment amoureux** est également vécu avec beaucoup d'intensité à l'adolescent. Le jeune doit faire face à plusieurs défis qui touchent son estime de lui-même, la satisfaction de ses besoins et son épanouissement. Enfin, le **milieu scolaire** doit offrir une réponse aux interrogations du jeune et l'aider à faire des liens entre ses connaissances et les diverses informations qu'il reçoit. Il doit aussi être soutenu dans la découverte des stratégies d'apprentissage et la résolution de problèmes. L'adolescent doit comprendre qu'il a un pouvoir sur ses apprentissages et que leur qualité ne dépend pas uniquement de son intelligence.

Young. S. *Du plus petit au plus grand : outil de soutien à l'observation et à l'accompagnement des enfants de 0 à 18 ans (2^{ème} édition)*, CJM-IU, Montréal, 2014.

Si l'adolescence est un moment de croissance et de potentiel exceptionnel, c'est également un moment où les risques sont importants et au cours duquel le contexte social peut exercer une influence déterminante. Les adolescents dépendent de leur famille, de leur communauté, de leur école, des services de santé et de leur lieu de travail pour apprendre toute une série de compétences importantes qui peuvent les aider à faire face aux pressions qu'ils subissent et à réussir le passage de l'enfance à l'âge adulte. Les parents, les membres de la collectivité, les dispensateurs de services et les institutions sociales ont la responsabilité à la fois de promouvoir le développement et l'adaptation des adolescents et d'intervenir efficacement lorsque des problèmes se posent.

Organisation mondiale de la santé, *développement des adolescents* [En ligne : www.who.int/fr/] (page consultée le 23 février 2017).