

« Alcool, cannabis... Les adolescents expriment leur souffrance à travers des actes de consommation »

Entretien avec Xavier Pommereau, psychiatre, spécialiste de l'adolescence en difficulté, chef du centre Abadie, Pôle aquitain de l'adolescent, CHU de Bordeaux.

La Santé en action : Quel est le mal-être adolescent aujourd'hui ? Se manifeste-t-il différemment qu'au cours des précédentes décennies ?

Xavier Pommereau : Les troubles et l'expression de la souffrance psychique évoluent effectivement avec le changement des mentalités et des modes de vie. Tout d'abord, nous observons une plus grande précocité du malaise adolescent : nous rencontrons des jeunes qui présentent des troubles dès

l'âge de 13-14 ans, alors qu'ils émergeaient plutôt autour de 17-18 ans il y a une trentaine d'années. Dans nos services, la part des moins de 15 ans ne cesse d'augmenter.

D'autre part, les souffrances des garçons et des filles ressortent de façon différente. Les garçons expriment généralement leur mal-être dans des conduites antisociales, avec des actes de violence contre les personnes ou des actes de vandalisme contre les biens ; de ce fait, ils se trouvent plus souvent

en lien avec des juges et des éducateurs qu'avec des soignants. Les filles présentent davantage des troubles en lien avec le corps, en particulier deux nouvelles formes d'expression de la souffrance qui ont considérablement augmenté ces dernières années : les automutilations (scarification, brûlure, etc.) et les crises de boulimie, avec vomissements pour contrôler leur image corporelle. Autre fait nouveau : les épisodes d'alcoolisation massive finissant par un coma éthylique, qui étaient traditionnellement associés à une conduite masculine, touchent désormais aussi bien les jeunes garçons que les jeunes filles.

S. A. : Ces phénomènes d'alcoolisation ne sont-ils pas surmédiatisés ?

X. P. : Bien sûr, le fait que les jeunes consomment de l'alcool n'a rien d'un phénomène inédit. Ce qui caractérise ce comportement aujourd'hui est différent : une alcoolisation massive aiguë, souvent associée à une consommation de cannabis, qui concerne plus précocement les adolescents et parmi eux, un nombre grandissant de filles.

Aujourd'hui la population générale adolescente multiplie les fêtes alcoolisées, avec du cannabis. Au sein de cette population, nous estimons que 15 % des garçons et des filles vont boire jusqu'à tomber dans le coma ou être très malades, en utilisant des alcools forts, au premier rang desquels la vodka. C'est la boisson numéro un en Europe car un demi-litre rend complètement ivre en treize minutes chrono. Cette défonce, cet effet flash sont recher-

chés par les jeunes qui veulent, non pas faire la fête comme ils le prétendent, mais oublier leurs soucis en se mettant dans un état mental où ils ne peuvent plus penser. Les services d'urgence ou de pédiatrie recueillent tous les samedis soirs des garçons et des filles mineurs, et même ayant moins de 16 ans, dans des états de coma éthylique. Il y a trente ans, ces derniers demeuraient rares et on les rencontrait surtout chez des personnes marginales. Il ne faut donc pas sous-estimer ce constat assez terrible. Il est le signe d'une grande souffrance psychologique chez les adolescents qui se livrent à des conduites de rupture au sens propre comme au figuré : comme s'il fallait qu'ils se déchirent pour dire leur souffrance et la faire reconnaître. Qu'ils déchirent leur peau à coup de scarifications ou qu'ils déchirent leur tête à coup d'alcools forts ou de ce cannabis aujourd'hui beaucoup plus dosé en tétrahydrocannabinol que celui fumé par les générations précédentes.

S. A. : Pourquoi se mettre dans un tel état ?

X. P. : Dans notre société de consommation et de l'image, les adolescents se définissent par rapport à ce qu'ils montrent d'eux-mêmes. Ils apparaissent plus sensibles qu'auparavant aux attaques qui visent leur apparence ou leur appartenance. Pour les plus favorisés, socialement et psychologiquement, les choses se passent bien ; ils assument leur look ou leur appartenance à tel ou tel groupe. Mais pour d'autres, être harcelés sur son apparence dans la

L'ESSENTIEL

- ▣ Pour Xavier Pommereau, prendre en charge les adolescents en souffrance psychologique, c'est avant tout les responsabiliser et leur faire confiance.
- ▣ Au pôle aquitain de l'adolescence, les soignants se sont adaptés : leur approche thérapeutique privilégie l'expression du mal-être de ces jeunes, une forme de reconnaissance de leur potentiel.
- ▣ Pour ces jeunes, « trouver des mots » est un premier pas vers l'atténuation de leur souffrance.

cour d'école ou sur sa page Facebook peut les fragiliser sur un plan identitaire et les amener à adopter des conduites de rupture.

Si ces codes d'appartenance ont pris de l'ampleur, c'est sans doute à défaut d'avoir des codes d'intégration de la part des adultes. Que leur propose-t-on comme rites de passage ? La conduite assistée, le baccalauréat, le permis, etc. Les jeunes se sont créés des rites de consommation : le premier McDo, la première cigarette, la première ivresse, le premier joint, autant de paramètres qui les font appartenir à la communauté des ados. Les adultes leur donnent moult recommandations : travailler à l'école pour ne pas être au chômage, se protéger lors de relations sexuelles pour ne pas avoir de maladies, ne pas boire pour éviter de se tuer en scooter, etc. Or, concrètement, peu est fait pour les protéger. Voilà le paradoxe d'une société qui porte beaucoup d'attention à sa jeunesse dans les discours mais qui les laisse se débrouiller seuls.

S. A. : Au vu de cette analyse, quelle approche thérapeutique peut être mise en œuvre ?

X. P. : Nous nous sommes rendu compte que si les jeunes en rupture sont capables de montrer leur souffrance, y compris en mettant sur Facebook leurs avant-bras scarifiés, ils éprouvent de grandes difficultés à la mettre en mots. La méthode de l'entretien en face-à-face ne fonctionne qu'avec des adolescents qui ont déjà une envie de parler et peuvent s'inscrire dans une psychothérapie. Pour les autres, il fallait mettre en place d'autres modes d'intervention. Et parce que ce sont des enfants de l'image, il nous a paru indispensable d'utiliser des supports de médiation afin de les aider à formuler leur mal-être. Nous avons redécouvert les vertus du psychodrame et de la mise en scène ; nous pouvons, par exemple, leur demander d'exprimer leur tristesse par un maquillage ou une tenue. À travers ces représentations, et parce que ce sont des représentations, ils parviennent à aller plus loin que dire : « J'en ai ras le bol de tout ». Ces médiations corporelles, artistiques, cosmétiques les aident à

« DANS NOTRE SOCIÉTÉ DE CONSOMMATION ET DE L'IMAGE, LES ADOLESCENTS SE DÉFINISSENT PAR RAPPORT À CE QU'ILS MONTRENT D'EUX-MÊMES. »

projeter leurs difficultés d'une façon plus concrète et par ce fait, ils commencent à trouver des mots, ce qui est un premier pas vers l'atténuation de la souffrance.

S. A. : Cette approche donne-t-elle des résultats probants ?

X. P. : Elle marche très bien et je la conseille à mes collègues. Parce qu'elle s'appuie sur des faits observés : les adolescents expriment leur souffrance à travers des actes de consommation – alcool, cannabis, nourriture. Selon nous, il ne paraît pas approprié de les maintenir dans une position de consommateur, que ce soient de conseils ou de soins. Au contraire, il faut les placer dans une position d'acteur, admettre qu'ils ont besoin de supports pour se dire, ce qu'ils parviennent d'ailleurs à faire assez bien. Ce sont de petits métaphoristes qui s'ignorent ! Nous sommes absolument convaincus que c'est en utilisant les compétences des jeunes que nous parvenons à les sortir de l'ornière. Voilà un point fondamental. Ceux qui traversent une crise identitaire ne savent pas comment se faire reconnaître, si ce n'est en exagérant outrageusement certains comportements ou en adoptant des conduites à risque. Or, bien souvent, dans le milieu éducatif, on souligne leurs insuffisances au lieu de s'appuyer sur leurs compétences. Ce qui aggrave leur crise d'estime de soi. Leur demander de mettre leurs compétences au service de l'expression de leur mal-être est une forme de reconnaissance de leur potentiel. Les jeunes en errance cherchent une place, un rôle et une reconnaissance digne.

S. A. : Quel message adresser aux parents, aux éducateurs, aux soignants ?

X. P. : Plutôt que laisser les jeunes en position passive de consommateurs, il faut les rendre acteurs, les respon-

sabiliser, leur faire confiance pour mener des projets. Au centre Abadie, des adolescents – bien sûr supervisés par des adultes – ont organisé un festival de rock et ont effectué toutes les démarches. Le fait d'être considérés pour leurs capacités, et pas seulement d'être reconnus dans leur souffrance, est un pas essentiel pour les remettre en selle. Ce n'est pas magique, cela ne résout pas tous leurs problèmes mais cette action participe de leur réintégration au monde. Dans les enquêtes, les jeunes disent qu'ils en ont marre d'être des stagiaires, des CDD, des personnes sur un petit strapontin. Ils ont besoin que le corps social des adultes leur fasse une place.

S. A. : Au centre Abadie, quelles compétences faut-il réunir pour accompagner les adolescents ?

X. P. : Elles sont forcément multiples : médecins, psychologues, psychiatres, infirmières, assistantes sociales, éducateurs font partie de l'équipe. Le travail que nous effectuons demande de la pluridisciplinarité. Et celle-ci englobe le personnel d'entretien qui peut remarquer des choses et en parler. Il n'y a pas d'un côté « l'hôtellerie » et de l'autre le soin. Chacun a sa place dans le programme thérapeutique. ■

Propos recueillis par Nathalie Queruel, journaliste.

Pour en savoir plus

Pommereau X. *Nos ados.com en images. Comment les soigner.* Paris : Odile Jacob, 2011 : 304 p.