

# Développement de l'adolescent

Par [Evan G. Graber](#), DO, Nemours/Alfred I. duPont Hospital for Children

Examen médical mars 2023

L'adolescence est une période de développement pendant laquelle les enfants dépendants deviennent des adultes indépendants. Cette période commence habituellement à environ 10 ans et dure jusqu'à la fin de l'adolescence ou au début de la vingtaine. Pendant l'adolescence, l'enfant subit de très importants changements [physiques](#), [intellectuels](#) et [émotionnels](#). Aider l'adolescent à traverser cette période est un véritable défi pour les parents ainsi que pour les médecins.

(Voir aussi [Problèmes chez les adolescents](#).)

## Développement intellectuel et comportemental de l'adolescent

---

Au début de l'adolescence, les enfants commencent à développer la pensée logique, la capacité d'abstraction. Cette sophistication accrue mène à une prise de conscience accrue de soi et à la capacité à réfléchir sur son propre être. En raison des nombreux changements physiques notables de l'adolescence, cette conscience de soi se transforme souvent en auto-conscience, avec un sentiment d'accompagnement d'étrangeté. L'adolescent a également des préoccupations concernant son apparence et attractivité physiques et une sensibilité accrue aux différences par rapport à ses pairs.

Les adolescents appliquent également leurs nouvelles capacités de réflexion aux questions morales. Les pré-adolescents comprennent le bien et le mal comme fixe et absolu. Les adolescents plus âgés remettent souvent en question des normes de comportement et peuvent rejeter les traditions, au grand dam des parents. Idéalement, cette réflexion aboutit au développement et à l'intériorisation du propre code moral de l'adolescent.

À mesure que les adolescents sont confrontés à des devoirs scolaires plus complexes, ils commencent à identifier des domaines d'intérêt ainsi que leurs forces et faiblesses relatives. L'adolescence est une période pendant laquelle les jeunes peuvent commencer à envisager des options de carrière, bien que la plupart n'aient pas un objectif clairement défini. Les parents et les médecins doivent être conscients des capacités de l'adolescent, l'aider à formuler des objectifs réalistes et être préparés à identifier des obstacles à l'apprentissage auxquels il faudrait remédier, tels que des [troubles de l'apprentissage](#), des [troubles de l'attention](#), des [troubles du comportement](#) ou un environnement impropre à l'apprentissage.

Beaucoup d'adolescents commencent par se livrer à des comportements à risque, tels que la conduite rapide. Beaucoup d'adolescents ont des expériences sexuelles, et certains peuvent se livrer à des pratiques sexuelles risquées. Certains adolescents peuvent participer à des activités illégales, comme le vol et la [consommation de drogues illicites](#). Les experts pensent que ces comportements se produisent en partie parce que les adolescents ont tendance à surestimer leurs propres capacités en vue de quitter leur domicile. Des études du système nerveux ont également montré que les parties du cerveau qui suppriment les impulsions ne sont pas à pleine maturité avant l'âge adulte.

## Développement affectif chez les adolescents

---

Pendant l'adolescence, les régions du cerveau qui contrôlent les émotions se développent et mûrissent. Cette phase se caractérise par des crises apparemment spontanées qui peuvent être difficiles pour les parents et les enseignants qui en sont souvent les victimes. Les adolescents apprennent progressivement à éliminer des pensées et des actions inappropriées et à les remplacer par des comportements axés sur des objectifs.

L'aspect émotionnel du développement pubertaire est le plus pénible, mettant souvent à l'épreuve la patience des parents, des enseignants et des médecins. La labilité émotionnelle est une conséquence directe du développement neurologique pendant cette période, lors de laquelle les parties du cerveau qui contrôlent les émotions mûrissent. La frustration peut aussi naître de la croissance dans de multiples

domaines.

Un sujet majeur de conflit naît du désir de liberté de l'adolescent, qui se heurte au puissant besoin des parents de protéger leurs enfants des dangers. Les parents peuvent avoir besoin d'aide pour renégocier leur rôle et progressivement accorder plus de privilèges à leurs adolescents ainsi que d'attendre d'eux qu'ils acceptent une plus grande responsabilité pour eux-mêmes et au sein de la famille.

La communication, même au sein de familles stables, peut être difficile et se dégrade lorsque les familles sont divisées ou que les parents ont eux-mêmes des problèmes psychologiques. On peut apporter une aide précieuse en offrant aux adolescents et aux parents des conseils sensés et pratiques, favorisant ainsi la communication au sein de la famille.

## Développement psychologique et social de l'adolescent

---

La famille est le centre de la vie sociale des enfants. Pendant l'adolescence, le groupe des pairs commence à remplacer la famille en tant que centre d'intérêt social principal de l'enfant. Les groupes de pairs s'établissent souvent selon des distinctions d'habillement, d'apparence, d'attitudes, de hobbies, d'intérêts, et d'autres caractéristiques qui peuvent sembler triviales ou profondes aux sujets extérieurs. Initialement, les groupes de pairs sont généralement de même sexe, mais plus tard au cours de l'adolescence, un mélange s'effectue. Ces groupes ont de l'importance pour les adolescents, car ils valident les choix de l'adolescent et sont un soutien dans les situations stressantes.

Les adolescents qui se retrouvent sans groupe de pairs peuvent développer des sentiments intenses de différence et d'aliénation. Bien que ces sentiments n'aient généralement pas d'effets permanents, ils peuvent aggraver le risque de comportement dysfonctionnel ou antisocial. À l'autre extrême, le groupe de pairs peut prendre trop d'importance, entraînant également un comportement antisocial. [L'appartenance à un gang](#) est plus fréquente lorsque le foyer et les milieux sociaux sont incapables de contre-balancer les demandes dysfonctionnelles d'un groupe de pairs.

Les médecins doivent examiner tous les adolescents à la recherche de [troubles mentaux](#), comme [la dépression](#), le [trouble bipolaire](#), et l'[anxiété](#). Les troubles mentaux augmentent en incidence au cours de cette étape de la vie et ils peuvent entraîner des [pensées ou des comportements suicidaires](#). Même s'ils sont rares, les troubles psychotiques, comme la [schizophrénie](#), sont le plus souvent apparents au cours de la fin de l'adolescence. Les [troubles du comportement alimentaire](#), tels que [l'anorexie mentale](#) et la [boulimie mentale](#), sont relativement fréquents chez les filles mais peut aussi être observé chez les garçons et peuvent être difficiles à détecter parce que les adolescents font de grands efforts pour cacher leurs comportements et leurs changements de poids.

La [consommation de substances illicites](#) commence typiquement à l'adolescence.

La [consommation d'alcool](#) est fréquente et il s'agit de la substance la plus souvent utilisée par les adolescents. Le Monitoring the Future Survey on Drug Use a rapporté qu'en 2021, à 17-18 ans, 54% des adolescents avaient essayé l'alcool et près de 26% étaient considérés comme des buveurs actuels (ayant consommé de l'alcool au cours du mois dernier) (1). Les orgies d'alcool sont fréquentes et conduisent à la fois à des risques aigus et chroniques. La recherche a montré que les adolescents qui commencent à boire de l'alcool à un jeune âge sont davantage susceptibles de développer un [trouble de consommation d'alcool à l'âge adulte](#). Par exemple, les adolescents qui commencent à boire à 13 ans sont 5 fois plus susceptibles de développer un trouble de consommation d'alcool que ceux qui commencent à boire à 21 ans.

Les taux de consommation de tabac combustible chez les adolescents ont chuté de façon spectaculaire dans les années 1990 et 2000, et continuent à diminuer. En 2021, environ 4,1% des élèves de 17-18 ans ont déclaré une consommation actuelle de cigarettes (fumer au cours des 30 derniers jours), en baisse par rapport au 28,3% en 1991 et au 5,7% de 2019; seulement 2% environ déclarent fumer tous les jours (1).

La consommation actuelle de cigarettes électroniques (vapotage à la nicotine, sans compter les autres substances) parmi les élèves de 17-18 ans a nettement augmenté, passant de 11% en 2017 à 25,5% en 2019. En 2021, la consommation de cigarettes électroniques a diminué à 19,6% et environ 40,5% chez les élèves de 17-18 ans, ont essayé les cigarettes électroniques (avec nicotine et autres substances), ce qui représente une diminution par rapport au 45,6% de 2019 (1).

En 2021, la prévalence de l'utilisation du cannabis (marijuana) chez les élèves du secondaire était de 19,5%, contre 22,3% en 2019. Environ 38,6% des élèves du secondaire ont déclaré avoir consommé du cannabis une ou plusieurs fois au cours de leur vie (1).

L'utilisation d'autres drogues illicites est beaucoup moins fréquente, bien que l'abus de médicaments sur ordonnance, y compris les antalgiques et les stimulants, soit en hausse.

Les parents peuvent avoir une forte influence positive sur leurs enfants en donnant le bon exemple (p. ex., en buvant de l'alcool avec modération, en n'utilisant pas de drogues illicites), en faisant partager leurs valeurs, et de hautes attentes en matière d'évitement des drogues. Les parents doivent aussi enseigner aux enfants que les médicaments sur ordonnance ne doivent être utilisés que selon les indications d'un médecin ou d'un professionnel de santé. Tous les adolescents doivent être en toute confidentialité dépistés pour la consommation de substances. Des conseils appropriés doivent être donnés dans le cadre des soins de routine, car il a été démontré que même de très brèves interventions des médecins et d'autres opérateurs sanitaires permettent de diminuer la consommation de drogues par les adolescents.

## Référence pour le développement psychologique et social

1. Johnston LD, Miech RA, O'Malley PM, et al: Monitoring the Future National Survey Results on Drug Use 1975-2021: 2021 Overview, Key Findings on Adolescent Drug Use. Ann Arbor, Institute for Social Research, University of Michigan, 2022.

## Sexualité et genre chez les adolescents

---

En plus de l'adaptation aux changements corporels, l'adolescent doit se familiariser avec le rôle d'adulte et doit mettre en perspective les pulsions sexuelles; les pulsions sexuelles peuvent être très fortes et parfois effrayantes pour les adolescents.

Lorsque les adolescents explorent leur sexualité, ils peuvent également commencer à remettre en question leur identité de genre.

- Le **sexe** correspond à l'état biologique d'une personne: homme, femme, ou intersexué.
- L' orientation ou identité sexuelle correspond au genre vers lequel une personne est sexuellement attirée.
- L' identité de genre est le sentiment subjectif d'appartenir à un sexe; c'est-à-dire, le fait de se considérer comme un homme, une femme, un transgenre ou tout autre terme identifiant (p. ex., genderqueer, non binaire, agender [identité de genre non normative et non binaire]).
- L'**expression du genre** est l'expression objective, publique de l'identité de genre et comprend tout ce que les sujets disent et font pour indiquer à eux-mêmes et aux autres la mesure dans laquelle ils sont du sexe auquel ils s'identifient.

L'identité de genre commence à se développer tôt, mais peut évoluer avec le temps. Dans le cas d'un sous-ensemble d'enfants et d'adolescents, le sexe qui leur a été attribué à la naissance ne correspond pas à leur identité de genre. Cette discordance peut provoquer une détresse psychologique considérable appelée dysphorie de genre. La dysphorie est souvent aggravée par le manque d'acceptation des membres de la famille et des pairs ou par des menaces de violence. Des preuves montrent que les **soins**

...membres de la famille et des pairs et par des menaces de violence. Les preuves montrent que les soins affirmant le genre sont essentiels pour réduire la détresse causée par la dysphorie de genre. Dans certaines situations, une intervention médicale peut être justifiée pour aligner les caractéristiques physiques avec l'identité de genre.

Certains adolescents luttent pour déterminer leur identité sexuelle et peuvent être effrayés à l'idée de révéler leur identité sexuelle à leurs amis ou à leur famille. Les adolescents peuvent craindre que leur orientation sexuelle ou leur identité de genre ne soient pas acceptées par la famille ou les pairs. Une telle pression (en particulier à une époque où l'acceptation sociale est extrêmement importante) peut provoquer un stress intense. La peur de l'abandon par les parents, parfois réelle, peut conduire à une communication malhonnête ou du moins incomplète entre les adolescents et leurs parents. Ces adolescents peuvent également être raillés et intimidés par leurs pairs. Les menaces de violence physique doivent être prises au sérieux et signalées aux autorités scolaires ou d'autres autorités. Le développement affectif des adolescents est au mieux suivi par des médecins empathiques, des amis et les membres de la famille.

Peu de domaines de l'expérience humaine combinent les aspects physiques, intellectuels et émotionnels que la sexualité et tous les sentiments qui vont avec. Aider l'adolescent à mettre sa sexualité et l'identité de genre en accord avec un bon état de santé, en apportant des réponses franches en ce qui concerne les questions de reproduction et d'infections sexuellement transmissibles est extrêmement important. Les adolescents et leurs parents doivent être encouragés à parler ouvertement au sujet de leurs attitudes envers la sexualité et le genre; l'opinion des parents reste un déterminant important du comportement des adolescents.