# L'ESSENTIEL Cerveau & Psycho

# L'adolescence

- La puberté
- Le remodelage cérébral
- Quels rites de passage?

#### Le monde des ados

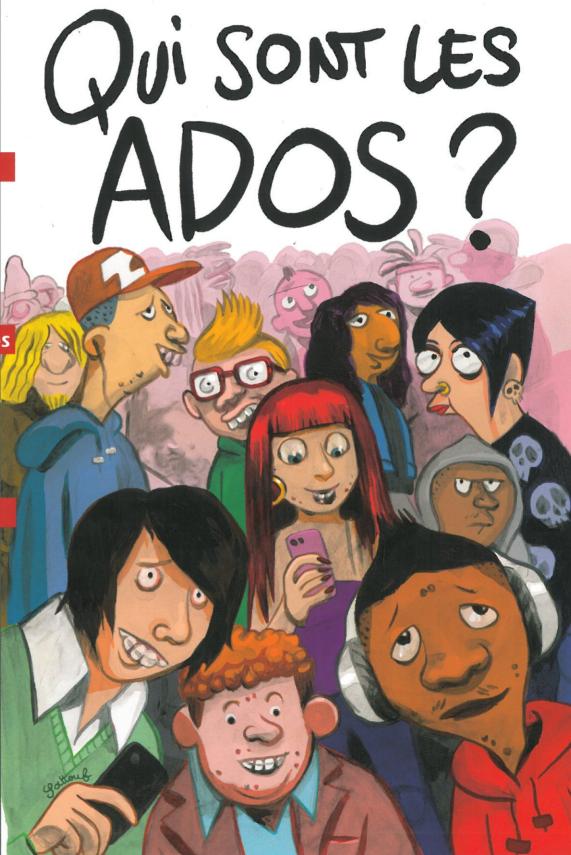
- Une sexualité débridée?
- Prises de risques
- · Écrans, alcool, cannabis...

#### Vivre avec eux

- Leur apprendre à penser
- Le rôle essentiel des parents
- Leurs pratiques culturelles

L'ESSENTIEL AOÛT - OCTOBRE 2013







Françoise PÉTRY

# L'ESSENTIEL Cerveau & Psycho

www.cerveauetpsycho.fr

Pour la Science

8 rue Férou, 75278 Paris cedex 06 Standard :Tel. 01 55 42 84 00

Directrice de la rédaction : Françoise Pétry

L'Essentiel Cerveau & Psycho Rédactrice en chef : Françoise Pétry

Rédactrice : Bénédicte Salthun-Lassalle

Cerveau & Psycho

Rédacteur : Sébastien Bohler

Pour la Science

Rédacteur en chef : Maurice Mashaal

**Rédacteurs**: François Savatier, Marie-Neige Cordonnier, Philippe Ribeau-Gesippe, Guillaume Jacquemont, Sean Bailly

**Dossiers Pour la Science** 

Rédacteur en chef adjoint : Loïc Mangin Directrice artistique : Céline Lapert Secrétariat de rédaction/Maquette :

Sylvie Sobelman, Pauline Bilbault, Raphaël Queruel,

Ingrid Leroy et Caroline Vanhoove
Site Internet: Philippe Ribeau-Gesippe

Marketing: Élise Abib, Ophélie Maillet, assistées d'Anaïs Grelet

**Direction financière** : Anne Gusdorf **Direction du personnel** : Marc Laumet

Fabrication : Jérôme Jalabert, assisté de Marianne Sigogne

Presse et communication : Susan Mackie

**Directrice de la publication et Gérante :** Sylvie Marcé **Conseillers scientifiques :** Philippe Boulanger et Hervé This Ont également participé à ce numéro : Bettina Debû,

Hans Geisemann, Pascale Thiollier-Dumartin

Publicité France

**Directeur de la publicité**: Jean-François Guillotin (jf.guillotin@pourlascience.fr), assisté de Nada Mellouk-Raja Tél.: 01 55 42 84 28 ou 01 55 42 84 97

Télécopieur : 01 43 25 18 29

Service abonnements

Ginette Bouffaré: Tél.: 01 55 42 84 04

Espace abonnements:

http://tinyurl.com/abonnements-pourlascience Adresse e-mail : abonnements@pourlascience.fr Adresse postale :

Service des abonnements - 8 rue Férou - 75278 Paris cedex 06

Commande de magazines ou de livres :

0805 655 255 (numéro vert)

Diffusion de Cerveau & Psycho:

Contact kiosques : À juste titres ; Benjamin Boutonnet

Tel: 04 88 15 12 41

Canada : Edipresse : 945, avenue Beaumont, Montréal, Québec, H3N 1W3 Canada.

Suisse : Servidis : Chemin des châlets, 1979 Chavannes - 2 - Bogis Belgique : La Caravelle : 303, rue du Pré-aux-oies - 1130 Bruxelles Autres pays : Éditions Belin : 8, rue Férou - 75278 Paris Cedex 06

Toutes les demandes d'autorisation de reproduire, pour le public français ou francophone, les textes, les photos, les dessins ou les documents contenus dans la revue « Cerveau & Psycho », doivent être adressées par écrit à « Pour la Science S.A.R.L. », 8, rue Férou, 75278 Paris Cedex 06.

© Pour la Science S.A.R.L.

Tous droits de reproduction, de traduction, d'adaptation et de représentation réservés pour tous les pays. Certains articles de ce numéro sont publiés en accord avec la revue Spektrum der Wissenschaft (© Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft, mbHD-69126, Heidelberg). En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement la présente revue sans autorisation de l'éditeur ou du Centre français de l'exploitation du droit de copie (20, rue des Grands-Augustins-75006 Paris).

# Crise d'ado ou crise d'adulte?

ne crise est personnelle, sociétale, économique. Elle peut être crise de confiance, d'idéaux, de la pensée, de la physique ou de la cosmologie, etc. Marquant une phase grave dans l'évolution des événements ou des idées, elle représente une remise en cause de l'existant, alors que les « outils » pour construire l'avenir ne sont pas encore prêts. C'est un moment décisif, à la croisée des chemins, et dont on ignore l'issue. Mais une crise « réussie » est un moment fondateur.

La « crise d'adolescence » répond-elle à ce schéma? Oui, si l'on considère que c'est un moment clé qui conditionne en partie l'avenir d'un individu. L'adolescent est le support sur lequel repose l'adulte, tout comme l'enfant est le socle de l'adolescent. Pour l'enfant à qui l'on a enseigné qu'il existe des règles et qu'il doit les respecter, à qui l'on a su dire « non », et à qui l'on a apporté une attention, un soutien et une affection indéfectibles, la transition se fera sans heurts notables.

En revanche, si l'enfant manque de repères, l'adolescent qu'il deviendra aura des difficultés à supporter la frustration de ne pas obtenir tout ce qu'il veut et tout de suite. La crise aura lieu: le jeune remettra en cause l'autorité des parents, enseignants, adultes en général, prendra des risques inconsidérés, délaissera ses études et n'aura plus comme horizon que sa « bande ». Mais les psychologues montrent que la proportion de ces ados « difficiles » est limitée, même si ce sont les plus visibles.

L'adolescence se prolonge, notamment en raison d'une autre crise, économique celle-là. Un nouvel âge a même été proposé — l'adulescence — pour qualifier ces jeunes adultes qui ne parviennent pas à quitter le nid familial. Ainsi, l'adolescent reste plus longtemps chez ses parents, voire y revient, pour diverses raisons, notamment financières. Mais certains parents ne sont-ils pas eux-mêmes demandeurs de cette présence qui les rassure face à leurs propres difficultés (chômage, divorce, etc.)? La crise de l'adolescent n'est-elle pas aujourd'hui celle de l'adulte?

# Qui sont les ados?



### Adolescence et puberté

La définition et les limites de l'adolescence varient avec le contexte socioculturel. Mais d'importantes transformations biologiques et cérébrales sont impliquées.



#### Le monde des ados

L'enfant devenant adolescent change: il aime prendre des risques, exprime sa sexualité, apprécie d'être seul avec ses pensées et partage ses passions avec ses copains.

# Peut-on comprendre

les adolescents?

L'adolescence « inquiète » la plupart des adultes. Mais cette notion dépend du regard que la société lui porte.

Patrice Huerre

### Adolescence et puberté

Idées reçues sur les « ados »

10

Patrice Huerre

#### Le déclenchement de la puberté 12

Des gènes et des facteurs extérieurs contrôlent la sécrétion des hormones cérébrales impliquées dans la puberté.

Bernard Boudailliez

#### Les rites « privés » de passage

La plupart des rites de passage de l'enfance à l'âge adulte ont disparu dans nos sociétés. Les ados s'en réinventent. David Le Breton

\_

#### La métamorphose du cerveau

Chez l'ado, les connexions neuronales se réorganisent; le cerveau s'adapte aux changements physiques et sociaux. Nicolas Georgieff Le monde des ados

# De nouvelles pratiques culturelles

L'enfant qui entre en 6<sup>e</sup> abandonne ses anciens jeux s'il ne veut pas être la risée des « grands »! Dominique Pasquier

### L'ennui: entre désir et manque

Laissons les adolescents s'ennuyer! Ces moments où ils sont seuls sont indispensables à leur construction psychique. Roger Teboul

# L'hypersexualisation sociale et les jeunes

38 otion

28

Les sociétés « hypersexualisées » modifient la perception que les jeunes ont de l'intimité. Le sexe est banalisé.

Francine Duquet

#### L'âge où l'on prend des risques... 46

Cigarette, sexe, alcool: l'adolescent sous-estime les dangers et privilégie le plaisir immédiat.

Olivier Desrichard

Rendez-vous sur le site de Cerveau & Psycho

cerveauetpsycho.fr

#### n° 15 - Trimestriel août - octobre 2013







#### Les troubles des ados

Ivresse, pensées suicidaires, violence, jeux vidéo: moins de 15 pour cent des adolescents sont concernés. Aidons-les à s'accepter tels qu'ils deviennent!

#### Vivre avec un adolescent

La plupart des adultes sont préoccupés par les jeunes. Pourtant, les jeunes se portent bien, s'adaptent facilement et aiment avant tout leur famille.

En converture : Riad Sattouf

#### Les troubles des ados

#### La santé mentale en chiffres

L'épidémiologie ne permet pas de connaître exactement le nombre de jeunes malades, dépressifs ou dépendants.

Bruno Falissard

#### Les jeunes filles se rebellent

Les « rebelles » semblent de plus en plus gênantes. Mais elles sont souvent non violentes et ne font que s'affirmer. Stéphanie Rubi

#### L'adolescent dépressif

Tous les ados ne sont pas dépressifs: les prises de risques et le retrait sont des processus de maturation « normaux ».

Marie Choquet

#### Les adolescents.

#### l'alcool et le cannabis 64

Certains adolescents fuient les angoisses liées à la puberté en se réfugiant dans la consommation de drogues.

Francois Marty

# Ces images qui font

boire les jeunes

Les ados regardent des publicités et des films présentant de l'alcool. Cela augmente le risque qu'ils en boivent trop.

Oulmann Zerhouni et Laurent Bèque

#### Vivre avec un adolescent

#### L'adolescent face à ses parents

Aujourd'hui, les conflits entre l'adolescent et ses parents sont rares. Ces derniers cèdent à la plupart de ses envies.

#### Comprendre la violence des bandes

Dans la rue, les groupes de jeunes qui ne croient pas en l'avenir utilisent la violence pour s'exprimer ou exister. Pierre-André Michaud

#### Les ados qui refusent d'apprendre

Un adolescent sur dix est en échec scolaire. L'enseignant pourrait l'aider en lui apprenant à penser par lui-même! Nicole Catheline et Bénédicte Salthun-Lassalle

#### Art et neurosciences

#### Changement de regard

94 Les autoportraits de Picasso montrent qu'il a été un adolescent timide avant de s'affirmer rapidement.

François Sellal

#### Test

#### Quel ado êtes-vous?

96

Un test simplifié qui vous permettra de déterminer votre personnalité, impulsive ou calme.

Ce numéro comporte un encart d'abonnement Cerveau & Psycho broché sur la totalité du tirage et un encart Dialogue Marketing Voyage en Turquie sur la totalité de la diffusion abonnés.