

*L'Ecole des parents, Troisième trimestre 2003***Prévention : Comment repérer le mal-être scolaire chez son enfant adolescent ?***Jeannine DUVAL HERAUDET*

L'adolescence, surnommé « pot au noir » par le psychanalyste WINNICOTT, est autant une période difficile à vivre pour soi-même que pour l'entourage immédiat, parental ou scolaire. Il n'est souvent pas aisé pour les parents de démêler ce qu'il en est du mal-être de leur enfant inhérent à toute sa construction identitaire de ce qui est en lien avec son vécu scolaire.

Comment donc s'y repérer quand on est parent ?

Même si l'habitude du dialogue parent-enfant était instaurée depuis la toute petite enfance, l'adolescent parle moins – du moins à ses parents – ou bien il alterne des phases pendant lesquelles il choisit de leur raconter des épisodes de sa vie hors contexte familial et des phases de retrait, de silence. Une attitude d'évitement général peut cependant interroger l'entourage : l'adolescent change de sujet de conversation ou reste évasif chaque fois que le sujet scolaire est abordé. Se passe-t-il quelque chose et quoi ?

Le mutisme de l'adolescent vis-à-vis de ses parents est un comportement fréquent. Cependant, par les bribes de ce qu'ils ne manquent pas de surprendre des très fréquentes – et très longues – conversations téléphoniques avec les copains ou la meilleure amie, les parents possèdent un indicateur précieux de la nature ciblée ou générale de cet enfermement possible et des sujets de préoccupation de leur enfant...

Quand la parole devient difficile, c'est le corps qui s'exprime et qui renseigne quelque peu l'entourage familial.

Les troubles du sommeil sont souvent les révélateurs les plus visibles d'un malaise, d'une angoisse. L'indicateur est le changement de comportement. L'adolescent se couche tôt, comme dans un mouvement de fuite, mais il ne parvient pas à s'endormir. Ou bien, il fuit dans le sommeil mais se réveille aussi fatigué qu'à son coucher. Le lever est difficile, l'adolescent se traîne... Ses yeux sont cernés, la fatigue se lit sur son visage. Il se met systématiquement en retard pour partir au collège... Est-ce pour retarder le moment d'affrontement au monde scolaire ? Ou encore, il se couche le plus tard possible. Est-ce pour retarder ce moment de

l'endormissement, moment propice s'il en est au surgissement de l'angoisse ?

Spasmophilie, crises d'asthme fréquentes sont des indicateurs d'une angoisse... On ne peut savoir d'emblée cependant si celle-ci est en lien avec le vécu scolaire...

L'absentéisme, les retards à répétition, les passages fréquents à l'infirmerie, lorsque les parents en sont informés, et le plus tôt est le mieux, ne sont jamais à traiter à la légère. Il s'agit toujours d'indices sérieux que quelque chose ne va pas, que quelque chose de grave est en train de se vivre ou se préparer... La présence de l'adolescent au collège lui permet de ne pas se couper des autres et des apprentissages, même lorsqu'il ne fait rien en classe. Le risque de décrochage scolaire est souvent en même temps risque de décrochage du quotidien, des relations sociales et des copains habituels. Le lien social étant sauvegardé, il a encore toutes ses chances de pouvoir raccrocher, repartir.

Il est moins facile de discerner rapidement les troubles de l'alimentation et encore moins d'en cerner les causes qui peuvent être multiples. Si l'adolescent(e) ne mange pas ou très peu à table, il (elle) peut se nourrir à d'autres moments, de son initiative, grignoter toute la journée... Dans beaucoup de familles aujourd'hui, peu de repas sont pris en famille. Mais ici encore, un changement subit doit interroger...

Différente de la fatigue fréquente due à la croissance quelquefois spectaculaire, une tristesse profonde peut émaner de l'adolescent. Tristesse qui n'a rien à voir avec l'aspect « bougon » si fréquent chez ce dernier. S'agit-il d'un état dépressif ? Celui-ci est-il lié à sa vie scolaire, à des déceptions sentimentales, amicales ou à toute autre chose ?

Le surinvestissement scolaire, qu'il soit partiel ou global, doit interroger. Ce peut être également l'investissement exclusif d'un sport. Est-ce qu'il s'agit d'un intérêt véritable, d'une manière de se trouver et de s'affirmer, ou bien d'une fuite ? S'agit-il d'un moyen de lutte contre l'angoisse ?

La chute parfois spectaculaire des résultats dans une matière auparavant investie est à prendre au sérieux. Le risque est toujours présent de dépréciation de soi. D'une manière tout à fait subjective, l'adolescent peut décréter un jour « Je suis nul en maths », ce qui, par un effet de contagion, peut dégénérer en « Je suis nul, le collège, je m'en fous », et aboutir à un décrochage plus global... On sait l'importance de l'affectif et du relationnel dans l'investissement cognitif. Plus que jamais dans la scolarité, si la tête du prof ne lui revient pas, ou si celui-ci a commis une erreur que l'adolescent estime impardonnable, il peut se produire un décrochage dans une matière spécifique. Combien de parents ont entendu leurs

enfants dénigrer les enseignants ? « Cette prof, elle est nulle, elle explique mal, elle va trop vite ». Au-delà des jugements à l'emporte pièce qu'en tant qu'adulte il est impératif d'écouter mais de nuancer, il est bon de s'interroger, en tant que parent, sur ce que recouvre un tel rejet... et d'aller rencontrer l'enseignant sans tarder, pour tenter de clarifier les choses avant qu'il soit trop tard. Quelles peurs, quelles angoisses, quelles blessures se cachent derrière ces petites phrases jetées parfois en passant, à la volée ? Ainsi, quelques jours avant cette fameuse réunion parents-profs surnommée par beaucoup « le confessionnal », Valérie avait déclaré à sa mère : « La prof d'allemand, elle ne m'interroge jamais, j'ai l'impression qu'elle ne m'aime pas, et je ne sais pas pourquoi... ». Lors de la rencontre, d'emblée, l'enseignante a déclaré : « Votre fille, je ne sais pas pourquoi, j'ai l'impression qu'elle m'en veut. Je le lis dans son regard ». Bel exemple de projection réciproque de sentiments imaginaires, mais qui constituaient une menace réelle de décrochage de Valérie en allemand... Nécessité également pour la mère de devoir jouer une fonction de médiateur entre sa fille et l'enseignante...

Une chute brusque de l'ensemble des résultats scolaires doit impérativement interroger les parents. Que se passe-t-il dans ce groupe-classe ? Y a-t-il des leaders, des pressions ? Il est important qu'ils tentent de clarifier la question par le dialogue avec leur enfant, mais seule une rencontre avec les responsables du collège pourra éclairer la situation globale et le « climat » qui règne dans cette classe, les alerter peut-être. Quand on est adolescent, l'appartenance à un groupe de pairs est fondamentale et il est mal vu dans un certain nombre de classes d'être bon élève ou de montrer qu'on travaille. Du « chouchou » de l'école maternelle au « lèche-cul »<sup>1</sup> du collège, le risque de rejet est trop lourd à supporter... La rencontre avec le professeur principal ou avec le principal du collège, c'est aussi une manière concrète et utile de mettre en œuvre cette fameuse collaboration parents-profs dont on parle beaucoup mais qui est encore si peu effective. Et pourtant, cette information réciproque, cette tentative de compréhension de la situation globale dans un partenariat effectif, ne peut que bénéficier à l'adolescent, aux parents, au collège... A moins que ce désinvestissement se joue par rapport aux parents et en opposition à leurs attentes estimées trop fortes... (ce qui peut se produire sur un plan global ou dans une matière spécifiquement investie par les parents). La rencontre peut permettre également dans ce cas de clarifier les choses, de réajuster les exigences parentales, les attentes parfois démesurées...

En résumé, tout changement d'attitude est à interroger, comme un clignotant qui signale le danger. Il peut s'agir du meilleur comme du pire, également dans l'affirmation de soi. Lorsqu'une attitude inhabituelle de soumission aux règles parentales, un silence soudain succèdent aux contestations bruyantes et aux tempêtes qui faisaient claquer les portes, il peut y avoir risque de clivage dans la vie de l'adolescent. De « contre », il va vivre « à côté » et coupe la communication. Il sépare son monde en deux : une face apparente désormais docile à la maison, afin d'avoir la paix, et l'autre face, la plus importante, réservée à sa vie sociale, à ses copains, au monde scolaire, dont les parents n'ont plus rien à savoir. « Je gère désormais moi-même, tout seul », se dit-il. Il joue un rôle, mais risque de se laisser enfermer dans ce que WINNICOTT, encore, nomme un « faux-self », c'est-à-dire un Moi social de surface, coupé des émotions, coupé de ce qui donne sens à la vie... et à l'école....

Dans cette même logique, l'adolescent peut porter ses problèmes, ses symptômes au collège et se montrer tout autre.

Cette coupure peut conduire les parents à ne plus recevoir, parfois pendant de trop longues périodes, de carnets ou de bulletins à signer, de papiers d'information en provenance du collège. La pratique de la signature par l'élève de ses billets de retard ou d'absence, de passages à l'infirmerie, est une pratique courante. Lorsque le silence semble s'instaurer entre le collège et la famille, il y a tout lieu de s'informer, avant d'avoir de bonnes raisons de s'inquiéter.

Il semble que les questions qui se posent aux parents sont plus nombreuses que les réponses toutes prêtes. De plus, souvent, ils ne peuvent y répondre seuls.

Sont-ils d'ailleurs les mieux placés pour « voir » ? Impliqués affectivement au plus haut point, l'adolescence de leur enfant leur fait toujours revivre ce qui est resté en suspend et ce qui a été mal réglé de leur propre adolescence, ce qui est resté en souffrance... Veulent-ils toujours voir ? De nombreux parents refusent inconsciemment de voir leur enfant grandir : « Il est encore petit »... Pris par leurs propres problèmes d'adultes, sont-ils ou se rendent-ils disponibles pour observer au quotidien les petits indices parfois ténus qui indiquent que quelque chose se dérègle, ne va plus ? Cette période se passe rarement sans conflits et c'est peut-être tant mieux, parce qu'il faut bien se confronter à des limites, des interdits, à l'autre, pour se trouver et s'affirmer soi-même. La provocation est attendue de réponse.

<sup>1</sup> Selon l'expression en usage...

Ainsi, Laurent, adolescent âgé de quinze ans que je rencontrais au collège, me racontait qu'il « séchait » régulièrement les cours pour aller avec quelques copains de sa classe dans un square voisin du collège boire de la bière. Lucide, mais dans une grande souffrance, il s'est écrié alors : « Mais que faudra-t-il que je fasse pour qu'ils réagissent ? » Ce « ils » en question étaient aussi bien sa mère que les responsables du collège qui, manifestement, montraient quelque défaillance dans leurs contrôles des entrées et des sorties... Comportement d'appel de ce garçon lancé à qui voulait l'entendre mais resté jusque-là sans réponse, expression pour cet adolescent d'un vécu d'abandon...

### **Quelles mesures « préventives » pouvons-nous mettre en œuvre en tant que parents ?**

Depuis sa naissance le grand travail de l'enfant est de se construire lui-même. Les parents préparent l'adolescence de leur enfant depuis la naissance de celui-ci. Cependant, plus que jamais, l'adolescent a besoin d'adultes qui « se tiennent debout », qui croient en des valeurs et qui les vivent, des adultes stables et fiables qui posent des règles, des autorisations, des limites, des interdits, des exigences cohérentes et adaptées aux possibilités actuelles de l'enfant et qui s'y tiennent. Ces adultes, l'adolescent les trouve à la maison et à l'école. On peut être parents divorcés et s'efforcer de maintenir une éducation cohérente pour son enfant. On fait toujours des erreurs. Il est cependant beaucoup moins déstructurant pour un jeune d'avoir en face de lui un adulte qui reconnaît qu'il s'est trompé que de laisser se développer chez celui-ci un ressenti d'abandon ou d'indifférence.

Oser dire à son enfant : « Je suis inquiet pour toi, parce que j'ai l'impression que tu ne vas pas bien... (ou que quelque chose ne va pas) » n'a jamais provoqué des problèmes là où il n'y en avait pas. Oser affirmer ses sentiments d'adulte au risque du conflit, ouvre la porte à la parole et signifie que l'adolescent peut lui aussi s'exprimer, même s'il est en désaccord ou dans l'erreur... Si les actes provocateurs, les transgressions diverses ou le silence dissimulent des questions quand la parole n'est pas ou plus possible, les parents ne doivent pas hésiter à tendre la perche, et ce, d'une façon répétée, à persévérer. Mieux vaut se faire rabrouer que de donner le sentiment d'un manque d'intérêt pour ce qu'il est et d'un manque d'amour ...

Ne pas hésiter à écouter les petites plaintes qui sont peut-être des tentatives de la part de l'adolescent pour « tester » la possibilité de sa parole et de l'écoute de ses parents avant de pouvoir aborder des choses plus sérieuses, des questions cruciales.

Cependant, de la même manière que l'on n'attend pas d'être inquiet ou que son enfant soit adolescent

pour poser des règles, des limites, des interdits, on n'attend pas que son enfant soit adolescent pour engager le dialogue. Il est alors souvent bien tard... et la situation risque d'être bien difficile à « rattraper ». La qualité de la relation parents-enfants se construit sur la durée, dans l'habitude d'une parole vraie.

En tant que parents, il ne faut pas perdre de vue que, lorsque la communication est devenue, à un moment donné, plus laborieuse, il est possible de trouver des tiers, des alliés dans « les amis de toujours » ou dans le ou la meilleure ami(e) actuel de l'adolescent. Il y a de fortes chances pour que ceux-ci soient des confidents privilégiés pour celui-ci. Sans trahir leur pair, sans être dans la délation, ils disent parfois des petites choses très importantes qui informent les parents. Ce sont eux qui expriment parfois leur inquiétude : « Je ne sais pas ce qui se passe, mais il (ou elle) a changé » « Il ne vient plus au collège actuellement ? Il a été malade ? ». Souvent, les adolescents se confient plus volontiers aux parents du copain... et réciproquement. Il est parfois plus facile pour les copains de votre enfant de vous parler, de déposer en vous des confidences, plutôt qu'à leurs propres parents. D'où le grand intérêt pour les parents d'avoir instauré très tôt la coutume de recevoir chez eux les amis de leurs enfants, voire de connaître leurs parents. Un réseau social de recours, d'étayage en quelque sorte est ainsi constitué et maintenu qui, le moment venu, sera fort appréciable.

Si beaucoup de questions sont posées et restent sans réponse, il est fondamental cependant que les parents se les posent, dès les premiers indices que quelque chose ne va pas. Même si l'adolescent « rue dans les brancards », estimant que ses parents ne le jugent pas assez grand pour régler ses affaires tout seul, il apprécie que l'on s'occupe de lui. Comme Laurent, lorsque l'adolescent en vient à penser que ses parents sont indifférents, ce qu'il traduit la plupart du temps comme un abandon et un manque d'amour à son égard, un manque d'intérêt donc par son peu de valeur, c'est non seulement une grande souffrance pour lui, mais c'est aussi destructeur. De la même manière que l'habitude de la parole dans la famille, lorsque les parents ont pris et donné l'habitude à leur enfant de liens réguliers avec le milieu scolaire, depuis l'entrée de celui-ci à l'école maternelle, alors même qu'il n'y a pas de problème connu, l'adolescent acceptera ces démarches comme ordinaires, il se sentira étayé et du coup protégé par ses deux milieux de vie dont il sait qu'ils communiquent. Le croisement des regards entre les professionnels de l'éducation et les parents permet d'ailleurs souvent de rassurer ces derniers lorsque leur inquiétude n'est pas justifiée. La situation de catastrophe n'est pas la plus propice aux échanges constructifs et il n'est plus question

de prévention. Quand il y a problème, et le plus tôt possible, avant que les difficultés ne soient trop enkystées, ces paroles échangées permettent à tous de mieux comprendre ce qui se passe et d'aider l'adolescent à dépasser les difficultés qu'il rencontre.

Jeannine DUVAL HERAUDET, le 07.05.03