



Adolescent et construction du projet d'orientation

L'adolescence est un concept qui évolue au fil du temps et qui n'existe pas dans toutes les cultures, ni à toutes les époques. C'est un phénomène historique en lien avec les nécessités socio-économiques, éducatives et culturelles de chaque époque.

L'adolescence est la période de transition entre l'enfance et l'âge adulte. L'adolescent se transforme, il s'affirme, prend ses distances, se construit, vit ses expériences. L'adolescence n'est pas toujours synonyme de crise.

Les changements à l'adolescence. Pendant l'adolescence de nombreux changements bouleversent les jeunes. Filles comme garçons se transforment physiquement, ils grandissent, l'appareil reproducteur et les caractères sexuels secondaires se développent.

Chez les filles la puberté commence entre 8 et 13 ans, chez les garçons entre 9 et 14, les changements peuvent s'accomplir en moins de deux ans ou durer 6-7 ans. L'adolescent(e) doit apprendre à s'approprier son nouveau corps en changement permanent tout comme son entourage.

Les adolescents peuvent manifester à cette période une certaine fatigue, le besoin physiologique de l'adolescent (e) est important. Certains signes de somnolence apparaissent : bâillement, oubli, manque d'attention. L'adolescent recommence parfois à faire des siestes ou la grasse matinée. Alors que son besoin en sommeil s'ac-

croît, le sommeil perd en qualité à cause de processus biologiques et du recul de l'heure du coucher (souvent source d'affirmation du jeune par rapport à ses parents). Les transformations mentales sont aussi importantes que les transformations physiques à cette période. Les dysharmonies de développement mènent parfois l'adolescent à se mettre en danger car les systèmes de régulations ne sont pas encore matures. L'adolescent développe son raisonnement inductif et déductif. Il développe une réflexion sur sa pensée et prend conscience de son fonctionnement cognitif. Ses ressources cognitives augmentent avec l'âge.

Les relations à l'adolescence. L'adolescent doit se détacher de ses parents. La sexualité arrive au premier plan des préoccupations et des transformations psychologiques à l'adolescence. L'adolescent cherche de nouveaux modèles d'identification et se tourne vers son groupe de pairs. Les amitiés vont aider le jeune à se construire un nouvel univers de valeurs. Les conflits relationnels sont pour l'adolescent un moyen de tester les limites et les liens parentaux. L'adolescent est tiraillé entre son désir d'indépendance et la peur de perdre l'amour, la confiance de ses parents. Le groupe de pairs permet à l'adolescent de développer des relations nouvelles avec soi comme avec autrui, le groupe soutient, protège, rassure l'adolescent tant envers les adultes qu'envers lui-même.

L'adolescent, le processus d'orientation au collège/lycée.

Dans le même temps, l'école demande aux adolescents de choisir leur orientation. Plus les élèves sont en difficultés scolaires plus on leur demande tôt de choisir, une voie de formation, un métier. Beaucoup d'adolescents se demandent pour quoi ils sont faits et attendent un miracle, une illumination (questionnaire d'intérêts, psychologue de l'éducation) pour obtenir des réponses, des certitudes. Ils espèrent que quelqu'un pourra répondre à leur place. Malheureusement, la réponse ne leur correspond que rarement.

S'orienter c'est déterminer la place qu'on occupe par rapport à des repères, pour se diriger. Il semble difficile en effet de définir une direction si l'on n'est pas en mesure d'identifier d'abord où l'on est. C'est pourtant le plus souvent ce que l'on demande aux adolescents, de se déterminer par rapport à leur avenir alors qu'ils sont dans la confusion de leur présent. Est-ce possible de prendre une orientation quand on ne sait pas soi-même où se situer, quand on ne sait pas qui on est, quand on est dans une phase de remaniements identitaires où apparaissent de nouveaux

modèles, moment d'élaboration d'une nouvelle image de soi ? L'adolescent ne sait plus qui il est, il est en construction.

Les parents tentent leur chance, ils essaient d'accompagner leur adolescent. Mais bien trop souvent ils sont sur des images figées de ce qu'était leur enfant...petit. Les adolescents de leur côté ne veulent ni décevoir leur proches, ni renoncer à leurs envies, leurs valeurs pas toujours explicites pour eux. L'histoire de la famille impacte aussi ses choix de manière inconsciente.

Idéalement l'orientation est un cheminement, biologique, social, une construction de qui l'on est, des métiers, du monde qui nous entourent.

Pour bien s'orienter il faut donc croire en soi, ne pas s'autocensurer, accepter l'échec, les contre temps, savoir rebondir et trouver le chemin qui est le sien. Parents vous pouvez accompagner vos enfants sur ce chemin en les aidant à développer leur connaissance des métiers, à mieux se connaître, en lien avec les psychologues de l'éducation nationale par exemple et à lutter contre les stéréotypes de genre.

EN SAVOIR PLUS

Pour contacter un psychologue de l'éducation nationale, spécialiste du projet d'orientation consultez le site de l'académie de Clermont-Ferrand

www.ac-clermont.fr/orientation/s-informer-et-s-orienter/cio/