

## L'acquisition de l'identité. Les étapes. La problématique à l'adolescence

par Claude Piquilloud

- Plan :
1. Introduction
  2. L'identité avant l'adolescence
  3. L'identité à l'adolescence
  4. La sortie de l'adolescence, l'identité "ouverte"
  5. L'adulte et l'adolescent

### 1. Introduction

Quelques remarques générales

- L'évolution de notre société rend plus impérative l'acquisition de l'identité personnelle.
    - \* Les repères externes sont plus variés qu'autrefois. Les échanges culturels élargissent les possibilités. Les informations données par les médias le montrent : il existe un grand nombre de modes d'être.
    - \* La diminution des interdits dans le domaine sexuel et dans le comportement social laisse l'individu seul face à ses pulsions.
    - \* La valorisation de la réussite individuelle rend fragile l'estime de soi : si on ne réussit pas, on n'est rien.
  - L'être humain, notamment si on le compare à l'animal, est peu déterminé au départ. Si son histoire personnelle est favorable, il développe ses potentialités et devient autonome. L'acquisition d'une véritable autonomie nécessite un travail continu. Ce travail devient visible et souvent bruyant à l'adolescence. L'adolescence blanche doit nous inquiéter : elle peut signifier que l'identité s'acquiert par une imitation du rôle de l'adulte (collage), ce qui peut amener un appauvrissement important des potentialités.
- L'individu qui ne se différencie pas, qui ne devient pas lui-même, ne peut pas accepter que les autres soient différents de lui. La non différenciation peut conduire à l'homosexualité, par un refus de la différence des sexes; elle peut également conduire à ne pas supporter les autres différences (racisme).
- Les philosophes s'accordent à le dire : une des caractéristiques de l'homme, c'est le fait qu'il est constamment en quête de lui-même.  
Le désir d'"être" supplante le désir d'"avoir" (dans certaines sociétés, il faut, semble-t-il, "avoir" pour "être" ...) (2).
  - Les psychanalystes rejoignent les philosophes lorsqu'ils disent que l'avènement du sujet nécessite l'"objet" (l'autre).

Le sujet ne peut pas s'auto-originer, l'homme est un être essentiellement relationnel : on se nourrit de l'autre mais on ne devient pas autrui, comme dans l'hypnose (le "moi" de l'hypnotisant se substitue au "moi" de l'hypnotisé) et dans certains rêves (il faut alors décoder le langage symbolique).

*Exemple* : le rêve d'un patient abandonné peu après sa naissance : il "mange une tomate, il devient tout rouge, il devient la tomate".

*Commentaire* : en devenant l'"objet", il le conserve totalement, il ne court plus le risque d'être abandonné.

Le fantasme de devenir l'"autre" est mis en acte dans le cannibalisme. Le guerrier qui mange son ennemi est censé acquérir sa force : l'incorporation est une forme archaïque d'identification.

On ne devient pas l'autre et l'on n'en est pas non plus l'écho (le cas échéant on parle de faux-self, de moi-fantôme (5)).

La maturation psychologique est un processus de subjectivation (la maladie mentale est un processus de désobjectivation; le terme aliéné signifie étranger à soi-même).

● Je m'exprime ici en tant que psychologue clinicien.

Le psychologue clinicien s'occupe de ce qui empêche l'individu d'advenir en tant que sujet.

● J'utiliserai le moins possible de termes techniques, j'en définis toutefois brièvement quelques-uns.

\* *L'appareil psychique* : c'est l'ensemble des moyens psychologiques intériorisés.

Sa qualité dépend essentiellement de ce qui s'est passé avec les parents.

Il est souvent défini comme une structure.

La deuxième topique de Freud en donne une représentation dynamique.

C'est le système : ça - moi - surmoi (moi idéal, idéal du moi).

\* L'"intra-psychique" ou réalité psychique, ou espace intra-psychique est opposé au monde externe.

Pour le psychologue, l'"intra-psychique" est une réalité aussi tangible que la réalité externe.

\* L'"objet" c'est l'autre.

\* L'"imago" c'est la représentation qu'on se fait de l'autre ou de soi-même.

\* La "projection" c'est le fait d'attribuer à l'objet ce qui revient en réalité au sujet. A la préadolescence la projection est souvent massive.

Exemple : Lorsqu'on reçoit un élève en consultation, il commence souvent par critiquer ses professeurs.

\* La "désidérialisation" c'est ce qui vise à faire descendre l'adulte du piédestal sur lequel l'enfant l'a placé.

- \* Le "narcissisme" c'est l'investissement libidinal de soi-même. On distingue un narcissisme négatif d'un narcissisme positif.  
Le *narcissisme positif* c'est la capacité de conserver la confiance en soi, de prendre soin de soi-même.  
Le *narcissisme négatif* c'est la sensibilité au manque, la perte d'estime de soi en cas d'échec.  
L'adolescent est dit fragile narcissiquement, cela veut dire qu'il se sent facilement blessé, qu'il a un grand besoin d'être reconnu.
- \* L'"identification" est un mouvement de la psyché qui consiste à reprendre à son compte quelque aspect de l'autre.  
Lorsque les individus ne sont pas différenciés, on parle d'identification projective.  
L'identification normale nécessite la séparation, une distance entre les individus.
- \* L'"identité subjective" à l'âge adulte consiste en une "*conscience réflexive permettant à l'individu de se situer dans un rapport différencié avec lui-même et avec les autres*" (1).

- Nous allons voir comment cette identité se constitue.

L'individu n'est pas simple carrefour d'influences, il s'approprie ce qui lui convient et rejette ce qui l'aliène, il se construit.

## 2. L'identité avant l'adolescence

- Les premiers fondements : les conditions de la naissance.

Le désir des parents d'avoir un enfant, leurs attentes, leurs fantasmes ont une valeur fondatrice pour l'identité.

La pratique de la psychothérapie donne des indications quant aux effets possibles des manques.

*Exemple 1 :*

Je me souviens d'une jeune fille de 16 ans, indifférente à tout et complètement obsédée par le fait que sa mère se trouvait dans l'incapacité de savoir qui était son père (elle avait eu un rapport sexuel avec plusieurs hommes au cours de la même nuit). Cette femme se montrait très chaleureuse avec sa fille, elle s'en occupait beaucoup, mais rien n'y faisait.

*Exemple 2 :*

On m'a parlé il y a quelques jours d'un jeune homme de 15 ans ayant le même problème que la jeune fille dont je viens de parler. Il refuse toute précaution avec des partenaires à risques, comme si ce jeu de roulette russe avait une valeur fondatrice : il s'en remet au hasard, reproduisant constamment les conditions de sa naissance, en espérant que le hasard sera heureux; le hasard, heureux jusqu'ici, le "refonde" en quelque sorte à chaque fois.

### *Exemple 3 :*

Il y a la recherche d'identité des enfants abandonnés à la naissance, et la lutte qu'ils mènent contre un sentiment de non valeur, malgré tout ce que leurs parents adoptifs leur apportent : le fait d'avoir été abandonné est souvent vécu comme une preuve de non valeur.

- Les intériorisations des premiers mois de la vie donnent une empreinte indélébile. La qualité de cette empreinte va dépendre de ce qu'on appelle, après Bion, la "*capacité de rêverie de la mère*".

Il s'agit des capacités relationnelles de la mère, de sa capacité à s'identifier à son bébé, à se projeter en lui, ce qui permet à ce stade de percevoir ses besoins. (La manière dont la mère fonctionne n'est pas perçue par elle-même).

- La construction de l'image du corps s'effectue dans le rapproché avec la mère, par correspondance terme à terme. On peut observer le petit enfant qui touche le nez de sa mère puis son nez, les yeux de sa mère, puis ses propres yeux.

- *Le premier organisateur de Spitz*

Vers le 8e mois l'enfant se sent exister entier en dehors de sa mère. (Se reconnaît dans un miroir). Il vit alors une angoisse d'abandon très importante. L'angoisse d'abandon ou de séparation ne nous quitte jamais totalement !

- *La triangulation ou complexe d'Œdipe est considérée comme le deuxième organisateur de la psyché (de 3 à 6 ans, plus tôt pour Mélanie Klein).*

L'enfant prend conscience que ses parents ont, entre eux, des relations dont il est exclu. Il en est jaloux. Les enfants disent volontiers par exemple que c'est injuste de se trouver seul dans sa chambre alors que les parents peuvent être ensemble; certains tentent de séparer les parents.

Il ne s'agit pas seulement de sexualité. La triangulation, c'est la découverte de la liberté de l'autre, de ce qui se passe en dehors de soi, du monde extérieur. Le passage de la situation à deux à la situation à trois protège l'identité de l'enfant et permet son développement ("moi"-maman, "moi"-papa, puis "moi" séparé de papa et maman qui sont ensemble).

La situation à deux entretient la fusion, la dépendance réciproque. A ce niveau, l'identification est dite projective, chacun attribue à l'autre une partie de lui-même, il est alors constamment nécessaire d'être collé à l'autre pour se retrouver soi-même (des modes de fonctionnement de ce type perdurent parfois jusqu'à l'adolescence, les problèmes peuvent alors prendre une tournure dramatique).

Durant les années de latence (6 à 12 ans) l'enfant s'identifie à ses deux parents avec une prévalence toutefois pour le parent du même sexe (et ceci si l'Œdipe a fait son effet, dans une famille dite normale, qui fonctionne donc de manière triangulée).

- La qualité des intériorisations de l'enfance joue un grand rôle dans l'évolution individuelle. Lorsque le départ a été bon, l'individu a la conviction qu'il possède une certaine valeur, il sent en lui un élan vital. La réalité extérieure ne l'effraie pas.

Ce qui est intériorisé dans l'enfance, c'est avant tout la qualité de la relation avec les parents, c'est un plaisir à fonctionner (4).

Lorsque les choses ne se passent pas bien, l'individu a du mal à exister pour lui-même, il demeure agrippé aux parents. Il y a des phénomènes d'aimantation et de répétition.

*Exemple* : le mécanisme d'identification à l'agresseur : l'enfant fait subir à autrui ce qu'il a lui-même subi.

### 3. L'identité à l'adolescence

*L'adolescence est le troisième organisateur.*

Les remaniements qu'elle occasionne modifient le fonctionnement du monde interne, et les modes de relations avec l'entourage.

*Ce qui se passe :*

La puberté rend le corps apte à réaliser les fantasmes. La relation à autrui se sexualise, l'adolescent est alors obligé d'acquérir une identité sexuée.

Pour pouvoir utiliser son corps sexué, l'adolescent doit acquérir une certaine autonomie. L'acquisition de l'autonomie et de l'identité sexuée nécessite un travail psychologique important.

L'identité sexuée ne peut être acquise que si l'identité personnelle est suffisamment établie. L'identité personnelle s'acquiert grâce à un processus de séparation-individuation qui paradoxalement se développe dans un rapport étroit avec l'entourage, car pour devenir soi-même, il faut à la fois se nourrir d'autrui et s'en différencier.

● On peut distinguer quelques étapes, sauf pour quelques-uns chez lesquels il ne se passe rien : on parle alors d'adolescence blanche; elle doit nous inquiéter !

*1ère phase :*

L'opposition aux désirs supposés de l'adulte est pratiquement la règle (je dis aux désirs supposés, car la projection est souvent massive).

En s'opposant, l'adolescent prend appui sur l'adulte, sans avoir à prendre conscience de cet appui, ce qui ménage son amour-propre (4).

Cette opposition représente une parade efficace contre les angoisses de séparation. Elle donne à l'adolescent le sentiment de maîtriser la situation, ce qui peut lui faire croire qu'il est devenu autonome (4).

L'opposition peut se structurer en une sorte d'identité négative basée sur le refus d'intérioriser les modèles.

Le rejet des modèles intériorisés (les parents) peut provoquer un désarroi important.

Ce désarroi peut s'exprimer par une violence agie destinée à restaurer l'identité menacée : l'appel à l'extérieur, aux limites, permet de rétablir les frontières entre le dedans et le dehors, entre soi et autrui (4).

*2e phase :*

On peut distinguer une deuxième phase qui peut exister parallèlement à l'opposition.

On pourrait l'appeler homophile ou homo(sexuelle) à condition de mettre "sexuel" entre parenthèses, car il s'agit de la recherche du même.

L'alter ego rassure sur l'identité.

Exemple fréquemment observé lors de consultations : les adolescents viennent à deux, voire à trois, et on a parfois bien du mal à les séparer (fréquent chez les filles).

*3e phase :* elle apparaît plus ou moins en parallèle avec la deuxième.

C'est l'appartenance à un groupe, qui permet de prendre une distance par rapport aux parents. Se retrouver à travers la généralisation que représente la ressemblance à tout le monde rassure profondément (6).

L'identification à l'"idéal du groupe" sert provisoirement d'"idéal du moi", faute d'élaboration personnelle d'un idéal du moi.

*4e phase :* fréquemment en parallèle avec la 3e phase.

On observe de nombreuses et parfois curieuses prises d'identités temporaires.

Exemple d'une consultation demandée par une mère inquiète :

Un jeune de 16 ans refuse de sortir sans la veste et le casque de pompier de son grand-père décédé quelques années auparavant.

L'entretien a rapidement montré tout l'attachement pour le grand-père. Mettre sa veste c'était en quelque sorte se mettre dans sa peau et le retrouver ainsi dans un mouvement primitif que Freud appelle "relation d'identification".

L'interprétation a très rapidement modifié le comportement du jeune homme.

De nombreuses identifications temporaires aident l'adolescent à supporter le sentiment d'incohérence interne, voire d'étrangeté ressenti lorsque l'identité personnelle n'est pas suffisamment établie.

Ces comportements sont momentanément utiles, ils ne doivent pas être pris à la lettre.

L'adolescent a tendance à faire feu de tout bois *pour se poser en face des autres et se poser à ses propres yeux* (6).

Beaucoup de comportements résonnent comme des défis à l'adulte, comme une lutte contre la dépendance.

Exemple de lutte contre la dépendance fréquemment observé par le psychothérapeute :

Si on propose à l'adolescent de s'allonger sur le divan "analytique", on se heurte fréquemment à un refus, par peur de régresser ou de se laisser aller de manière incontrôlée (cette peur cache des désirs inconscients).

Je me souviens d'un jeune homme qui s'est mis une fois sur ce divan, il n'a fait qu'injurier son père durant toute la séance, s'est cassé la figure en se levant, et n'a plus jamais voulu s'allonger.

Des comportements pathologiques tels l'ascétisme et divers comportements à risques peuvent exacerber le sentiment d'exister et permettre ainsi de lutter contre l'angoisse, fréquente à l'adolescence, de perdre son identité.

*Exemple 1 :*

La prise de drogue peut répondre à un besoin de sensation pour ne pas vivre les émotions qui renvoient à la relation à autrui.

*Exemple 2 :*

La prise de risque dans la circulation routière est une sorte de jeu d'échec avec la mort; ce comportement peut donner le sentiment de la maîtriser.

*Exemple 3 :*

Il y a les nombreuses formes d'auto-sabotage, ainsi, par exemple, l'échec scolaire peut être une façon de s'opposer aux parents ou de les punir, tout en se punissant soi-même. Il est parfois revendiqué, et sert alors, de manière perverse, au maintien de l'identité.

L'adulte ne doit pas contribuer à fixer ces comportements, il doit aider les adolescents à en rechercher le sens.

Il y a un grand risque que les réponses sociales négatives viennent clore les possibilités d'identification (les nouvelles intériorisations ne sont alors plus possibles).

- Durant l'adolescence le Dedans est fortement influencé par le Dehors, les adolescents craignent le pouvoir du Dehors, ils ont du mal à demander de l'aide; ils demandent à travers le comportement qu'il faut, alors, savoir décoder.

*Exemple :*

La désinvolture : elle représente fréquemment une défense "caractérielle" contre les affects dépressifs.

- Les adolescents ont peur du Dedans. Ils ont peur de sentir ce qui est en eux, comme s'il fallait constamment prendre de la distance par rapport aux affects et aux émotions. C'est cette peur du monde interne qui les amène à se fixer sur l'extérieur, à rechercher le regard de l'adulte.

La peur du monde interne et l'angoisse de séparation conduisent à une nouvelle dépendance à l'égard de l'adulte; cette dépendance est insupportable pour l'amour-propre : lorsque l'identité n'est pas établie, toute attirance peut devenir une menace potentielle (4).

La qualité de la réponse de l'adulte joue un rôle important.

Lorsque l'environnement est favorable, l'adolescent va pouvoir s'en nourrir. Il va se nourrir des relations qu'il va établir. C'est la qualité des nouveaux liens qui va s'intérioriser. Ces nouvelles intériorisations ont le pouvoir de remanier le passé.

- L'identité sexuée s'acquiert lentement.

Les besoins narcissiques peuvent donner une teinte homosexuelle aux investissements. Dans les premiers investissements hétérosexuels, les besoins narcissiques demeurent fréquemment au premier plan : le besoin de séduire, de se sentir aimé prime sur l'intérêt porté au

partenaire. L'équilibre entre l'amour apporté au partenaire et l'amour de soi-même met du temps à s'établir : on ne peut reconnaître l'autre que si l'on possède une identité bien établie.

Avant d'aller plus loin, il me paraît nécessaire de dire quelques mots des différences individuelles.

● *Dans le passé, on peut distinguer :*

\* La qualité de l'"empreinte".

\* La qualité des identifications au cours de l'enfance : il y a problème en cas d'"absence" ou d'"excès" de présence des parents, en cas d'insuffisance amenant l'enfant à se comporter comme le parent de ses parents, ou encore si les parents se comportent de manière franchement pathologique.

\* La qualité des acquis au cours de la latence : capacités langagières, opératoires.

● *Le "passé" détermine les modes de fonctionnement de la personnalité.*

\* La capacité de rêver, de jouer, de symboliser, développe l'"intuition" : c'est le "préconscient" des psychanalystes. Cette capacité protège en outre le sujet contre l'envie d'agir, de somatiser, de refouler.

\* Le développement de l'espace intra-psychique diminue le besoin de projeter et d'idéaliser, aide à renoncer à la toute puissance infantile, permet de se représenter les affects, les désirs, d'appivoiser les pulsions.

Tous ces éléments, qui dépendent, soulignons-le encore, dans une large mesure de la qualité des relations établies au cours de l'enfance, modulent à leur tour le vécu et expliquent les importantes différences d'intensité de la crise d'adolescence selon les individus.

Au cours de l'adolescence d'importants réaménagements peuvent intervenir, le passé peut alors perdre son rôle déterminant, il est alors recomposé, reconjugué par le présent.

#### **4. La sortie de l'adolescence, l'identité "ouverte"**

Progressivement, par une alchimie encore mal connue, apparaît une nouvelle cohérence qui change les perspectives.

On connaît les facteurs qui favorisent l'évolution :

1. La différenciation entre les investissements "narcissiques" et les investissements "objectaux" et leur nécessaire équilibre.
2. Le développement de l'"espace intrapsychique", qui permet d'appréhender son propre passé, de se parler à soi-même, de fantasmer, d'imaginer, de rêver, de se représenter ses conflits internes.

3. La capacité d'établir des liens entre l'intérieur et l'extérieur, tout en les différenciant.
4. La capacité de sentir son corps, de l'utiliser, de sentir ses émotions, ses affects (notamment dépressifs).  
La capacité de régresser, de désirer, de se fâcher.

Tout ce que je viens de dire n'est possible que si l'on se sent exister en tant que sujet, dans son corps et dans son psychisme qui forment une indissociable entité.

Le sentiment d'exister en tant que sujet donne une sécurité permettant de se laisser influencer sans risque d'aliénation et un sentiment de liberté qui permet d'agir, d'influencer les autres.

L'identité adulte est une identité "souple", "ouverte". Elle nécessite pour se maintenir un travail continu d'élaboration de ce qui se passe, à l'intérieur de soi, et dans le rapport avec les autres. (L'identité "fermée" signe la fragilité psychique).

L'identité personnelle acquise permet de mieux supporter la séparation.

## 5. L'adulte et l'adolescent

### *Les parents :*

Winnicott disait que la tâche la plus importante des parents durant l'adolescence, c'était de survivre.

Les parents doivent en tout cas se resituer en tant que personnes et renoncer à l'investissement "narcissique" de l'enfant (l'enfant est fréquemment vécu comme une prolongation de soi, voire comme une partie de soi-même).

Ils peuvent alors redevenir des accompagnateurs valables, représenter de nouveaux supports pour l'identification. (La véritable identification nécessite la séparation et la distance).

### *Problème :*

L'adolescent ne considère pas ses parents comme des personnes différentes, séparées de lui-même. Ils font partie de ce qu'on peut appeler son "univers psychique élargi". (3) Fréquemment il tente de leur déléguer ce qui devrait être supporté par ses instances internes, en leur faisant jouer par exemple le rôle du "surmoi", du "moi", voire du "ça". Les parents se sentent fréquemment coupables, ils risquent d'en faire trop.

Il est important de ne pas déposséder l'adolescent de ce qui lui appartient en se substituant à lui. Il est important de marquer les "frontières", ne serait-ce que pour se préserver soi-même, quitte à être momentanément considéré comme un "idiot".

Les parents qui ne savent pas se préserver risquent de mal vivre.

### *Exemple :*

J'entends encore le père d'un jeune homme qui souffrait de l'agressivité de son fils à son égard me dire : "Ah, quand il aura 20 ans, je le flanquerais à la porte !" Quant à sa mère, elle

prenait des médicaments pour ne pas voir la méchanceté de son fils, son sadisme caché sous son comportement enjôleur.

La difficulté des parents provient du fait qu'ils sont renvoyés à leur propre histoire, à ce qui s'est passé avec leurs propres parents. Ils ont fréquemment besoin d'aide pour se retrouver eux-mêmes...

### *Les autres adultes :*

Tout adulte investi joue le rôle d'imago parentale. C'est notamment le cas des enseignants. L'adolescent est un "autre", l'identification qu'il sollicite de notre part peut amener une fausse compréhension. Les confrontations sont non seulement utiles, elles sont nécessaires.

Il est important de pouvoir s'identifier jusqu'à un certain point à l'adolescent, mais il faut savoir garder la distance, ne pas régresser; il faut savoir conserver le fossé entre les générations... .

Un bon réglage de la distance aide l'adolescent à construire son "idéal du moi".

### **Bibliographie**

- (1) Cahn R. : *Adolescence et folie*. Paris, PUF, 1991.
- (2) Cahn R. : "Du sujet" in "Le sujet". *Revue française de psychanalyse*, n° 6, 1991, PUF.
- (3) Jeammet Ph. : "Réalité externe et réalité interne". *Revue française de psychanalyse*, n° 3-4, 1980, PUF.
- (4) Jeammet Ph. : "Les enjeux des identifications à l'adolescence". *Journal de la psychanalyse de l'enfant*, n° 10, 1991, Centurion.
- (5) Miller A. : *Le drame de l'enfant doué*, Paris, PUF, 1983.
- (6) Kestemberg E. : "L'identité et l'identification chez l'adolescent". *La psychiatrie de l'enfant*, fascicule 2, Paris, PUF, 1962.