

MODULE F2

*Rapports sociaux et inégalités*

**PARTIE DÉVELOPPEMENT HUMAIN**

**L'ADOLESCENCE**

HETS-FR

21 et 27 novembre 2023

Sophie Guerry

sophie.guerry@hefr.ch

SA 23-24	Lundi matin	Lundi après-midi	Mardi matin	Mardi après-midi
18-19 septembre			F2- INTRO CR et SG	F2-SOCIO CR (FIN à 15H05)
			F2-SOCIO CR	
25-26 septembre			F2 - SOCIO CR	
2-3 octobre	F2-TP			F2 - PSYCHO ND
9-10 octobre			F2 - SOCIO CR	
16-17 octobre				
23-24 octobre	F2 -SOCIO ACW			
30-31 octobre		F2 -SOCIO ACW (13h35 à 15h05)		
6-7 novembre				
13-14 novembre	F2 - PSYCHO ND		F2 -SOCIO CR/DA (2 groupes)	F2 - PSYCHO ND
20-21 novembre			F2 -PSYCHO SG	
27-28 novembre	F2 -PSYCHO SG		F2 -SOCIO CR/DA (2 groupes)	F2 -PSYCHO CM
4-5 décembre		F2 -SOCIO MC et NL		
11-12 décembre	F2 -SOCIO CR/DA ATELIER	F2 -ATELIERS (6 groupes) 3 périodes: 13H35 à <u>16H20</u>	F2 -ATELIERS (6 groupes) 3 périodes: 8H55 à <u>11H35</u>	
18-19 décembre	F2 -ATELIERS (6 groupes) 3 périodes: 8h55 à <u>11h35</u>			F2 - CONCLUSION 2 période: 13h35 à 15h05

**PSYCHOLOGIE**  
**DÉVELOPPEMENT HUMAIN**

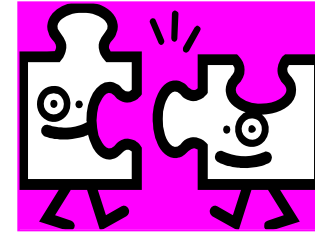
N. Dimitrova  
**ENFANCE**

S. Guerry  
**ADOLESCENCE**

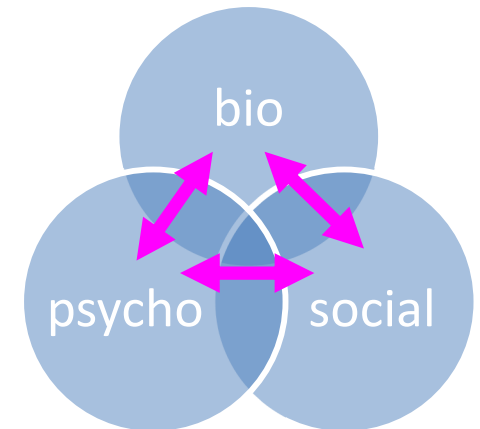
C. Maggiori  
**VIEILLESSE**

# Choix de la matière

- **Continuité** avec les cours de N. Dimitrova



- Éléments qui illustrent **l'articulation entre les différentes dimensions du développement** (modèle bio-psycho-social)



Articulation avec les cours  
de sociologie

- Intérêt pour la **pratique professionnelle**

Pour  
l'intervention ?

# Plan du cours (début)

## 1. INTRODUCTION

- **Définition et délimitation**
- Tâches de développement

## 2. Aspects du développement **BIOLOGIQUE/PHYSIQUE**

- La puberté
- Evolutions du sommeil
- Evolutions du cerveau

## 3. Aspects du développement **COGNITIF**

- Evolutions de la pensée

# Définition

- Etymologie: du latin « adulescens » = grandissant <sup>9</sup>
- « Période de **transition** développementale qui comporte des **changements physiques, cognitifs, affectifs et sociaux** et qui se manifeste sous différentes formes **selon les milieux sociaux, culturels et économiques** »

(Papalia, Olds & Feldman, 2010, p. 256)

- Grande influence des **facteurs méso/macro-sociaux**<sup>9,21</sup>
- **Grandes différences** interculturelles<sup>2,7,9</sup>
- N'a pas toujours existé<sup>7,38</sup> => une **construction sociale!**

# Délimitation

- **Limites floues!** <sup>7, 38, 41</sup>
    - Début = puberté
    - Fin = ?
    - Période centrale : de 11-12 ans à 18-20 ans <sup>9, 21, 28</sup>
  - Actuellement: **allongement dans les 2 sens** <sup>13, 45, 59</sup>
    - Concepts de post-adolescence, d'adulescence, « âge adulte émergeant » (nouvel âge de la vie, de 18-25 ans)
    - Concept de pré-adolescence (ado-naissants, tweens)
- Nécessité d'un découpage plus fin de cette période!
- **Remodelage des « âges de la vie »** (facteurs méso/macro!)

# Plan du cours (début)

## 1. INTRODUCTION

- Définition et délimitation
- **Tâches de développement**

## 2. Aspects du développement **BIOLOGIQUE/PHYSIQUE**

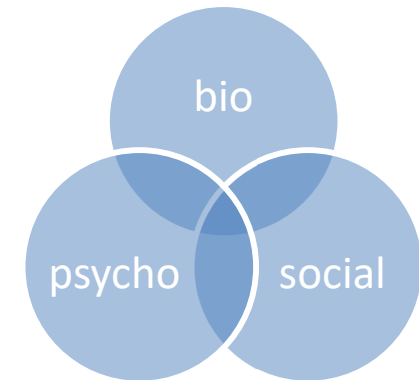
- La puberté
- Evolutions du sommeil
- Evolutions du cerveau

## 3. Aspects du développement **COGNITIF**

- Evolutions de la pensée

# Les tâches de développement

- Concept élaboré par Havighurst (1948)
- Approche *lifespan* du développement
- **Tâches** qui émergent à **une certaine période de la vie** et dont l'accomplissement réussi **favorise la suite** du développement
- Emergence en raison de :
  - la **maturation** biologique
  - la **personnalité** de l'individu (valeurs, aspirations)
  - **les normes sociales et culturelles**



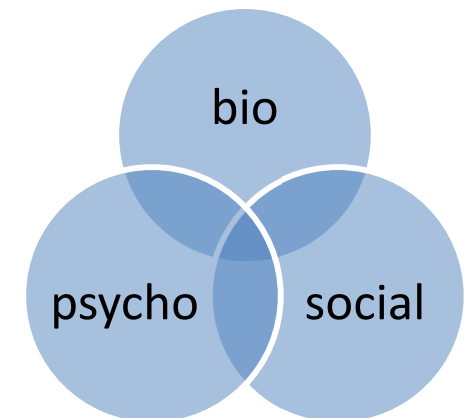


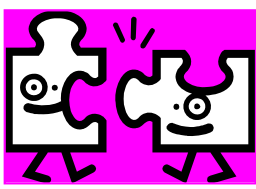
# Les tâches de développement

(Adapté de Havighurst, 1972)<sup>9,24</sup>

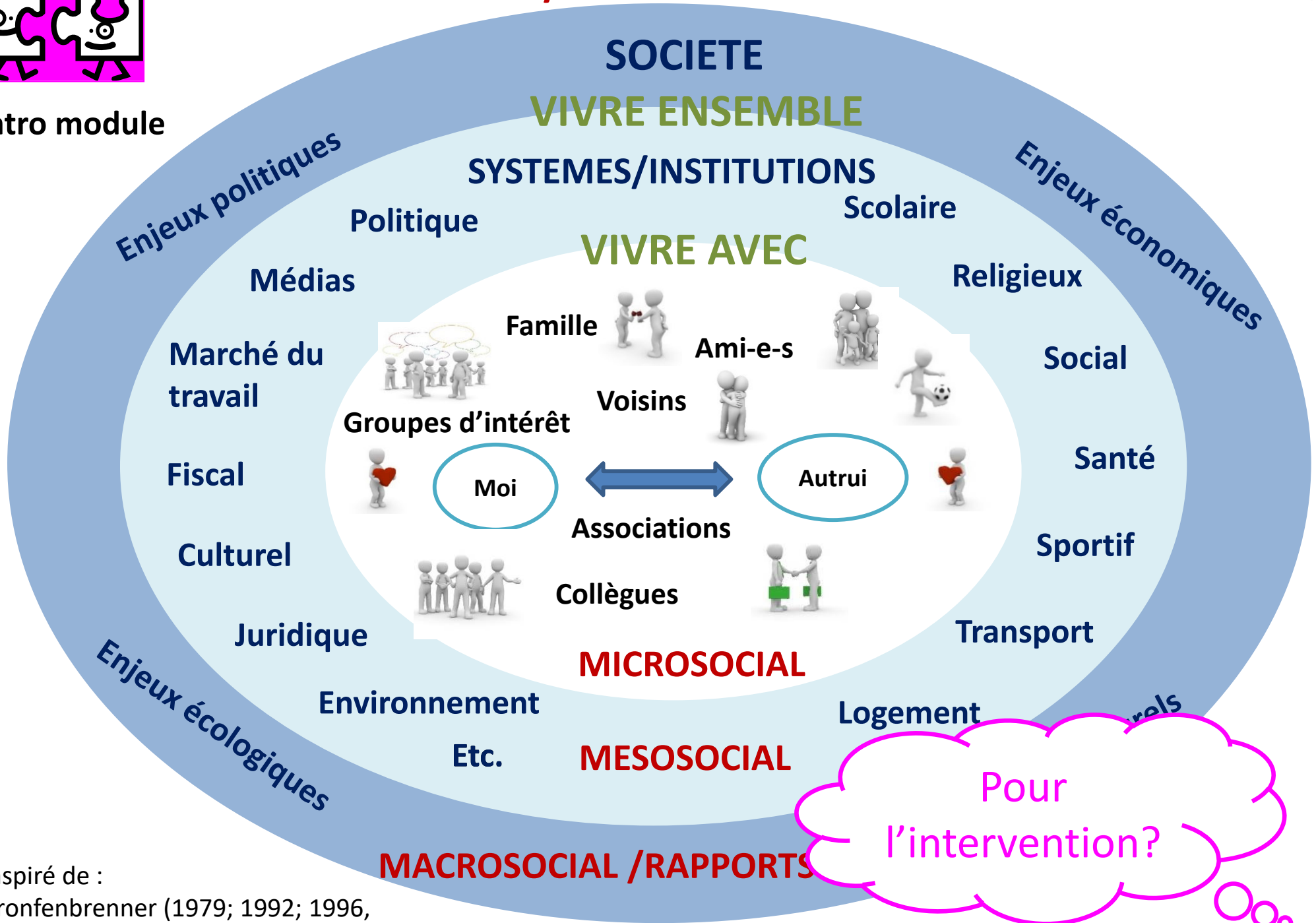
- Accepter son **corps** adulte et en prendre soin
- Construire son **identité** d'adulte
- **Autonomisation** par rapport aux parents, à la famille
- Construire son **propre univers social** (pairs, amitié)
- Initier et entretenir des **relations amoureuses**
- Découvrir et vivre une **sexualité partagée**
- Autonomie comportementale, **responsabilité**
- Choisir une **profession**, s'y former
- Développer sa **conscience civique**, politique
- ...

Dans une  
société post-  
moderne ?...





Intro module



Inspiré de :  
 Bronfenbrenner (1979; 1992; 1996,  
 cité dans Stassen Berger, 2012), de  
 Chauvière (2004) et Desjeux (2006)

# Plan du cours (début)

## 1. INTRODUCTION

- Définition et délimitation
- Tâches de développement

## 2. Aspects du développement **BIOLOGIQUE/PHYSIQUE**

- **La puberté**
- Evolutions du sommeil
- Evolutions du cerveau

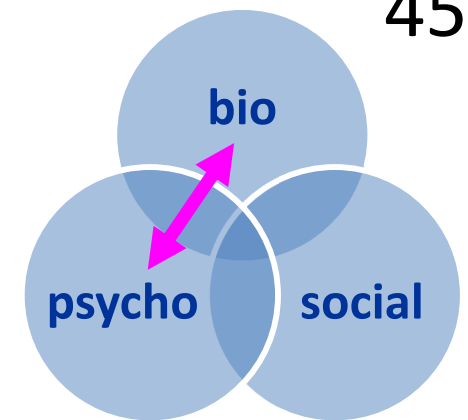
## 3. Aspects du développement **COGNITIF**

- Evolutions de la pensée

# La puberté

- Puberté ≠ adolescence!
  - « Etape du développement physique au cours de laquelle l'individu **atteint la maturité sexuelle et devient apte à procréer.**» (Papalia, Olds & Feldman, 2010, p. 257)
  - Principaux changements corporels<sup>2,9,28</sup>
    - Caractères sexuels primaires et secondaires
    - Taille (jusqu'à 8-15 cm par an!)
    - Poids (jusqu'à 8-9 kg par an!)
- En moyenne 2 ans de différence entre les sexes!

# La puberté (2)



## Interactions avec d'autres domaines

- Changements corporels => stress, impact sur la satisfaction corporelle<sup>9, 28, 34, 35, 37, 38, 39, 61</sup>
- 💣 Puberté diminue satisfaction des F, augmente celle des G
- 💣 Actuelle ↗ de l'insatisfaction corporelle des ados (filles ++)
- 💣 Quelques chiffres suisses:
  - 31% des 14-15 ans sont satisfait-e-s de leur apparence physique<sup>61</sup>
  - 60 % des filles (13-17) se trouvent trop grosses et ont déjà tenté de maigrir<sup>34</sup>
  - 78% des garçons (13-17) aimeraient être plus musclés<sup>34</sup>
  - 80% des ados (15) qui se trouvent trop grosses (F) ou trop maigres (G) ont un poids normal<sup>37</sup>

## Feuille d'information 25

# Image corporelle positive chez les jeunes en Suisse

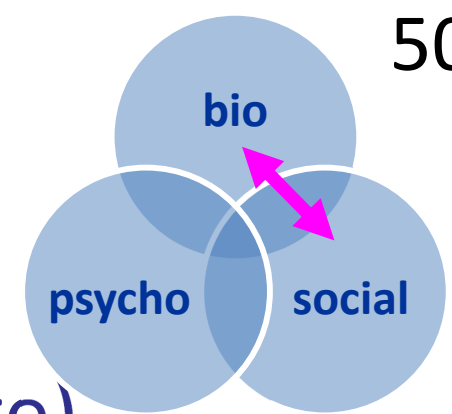
Une comparaison entre la Suisse alémanique (2015) et la Suisse romande (2016)



### Résumé

La comparaison entre 652 jeunes de Suisse romande et 371 jeunes de Suisse alémanique montre que les jeunes hommes de Suisse romande sont nettement plus insatisfaits de leur poids corporel: ils ne sont que 37 % à avoir déclaré que leur poids leur convenait. En Suisse alémanique, en revanche, 56 % ont indiqué être satisfaits de leur poids. En Suisse romande, 46 % des jeunes hommes voulaient perdre du poids, contre seulement 29 % en Suisse alémanique. Pour plus de la moitié des jeunes hommes des deux régions linguistiques, la masse musculaire insuffisante est le principal facteur d'insatisfaction vis-à-vis de leur propre corps. Dans les deux régions linguistiques, près d'un tiers des jeunes femmes sont satisfaites de leur corps. 36 % des jeunes femmes de Suisse romande souhaitent se muscler. Il n'y a par contre pas de données comparables sur la masse musculaire chez les jeunes femmes en Suisse alémanique.

# La puberté (3)



## Interactions avec d'autres domaines (suite)

- Apparence d'un-e adulte → modifications<sup>7</sup>:
  - des **attentes** de l'entourage et de la société
  - des **relations** aux autres (parents, sexualisation des rapports,...)

# Plan du cours (début)

## 1. INTRODUCTION

- Définition et délimitation
- Tâches de développement

## 2. Aspects du développement **BIOLOGIQUE/PHYSIQUE**

- La puberté
- **Evolutions du sommeil**
- Evolutions du cerveau

## 3. Aspects du développement **COGNITIF**

- Evolutions de la pensée

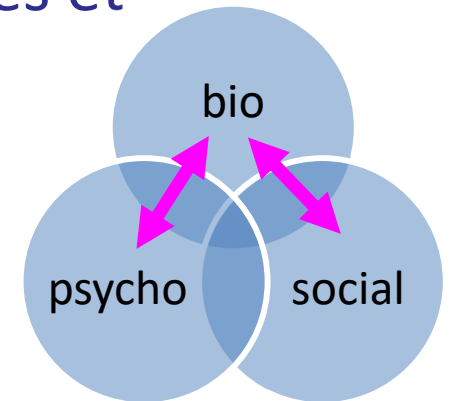


# Evolutions du sommeil

- Modification des mécanismes physiologiques de la régulation du sommeil (notamment baisse de la mélatonine)  
→ **endormissement plus tardif et sommeil de moins bonne qualité**
- Mais même besoin de sommeil que durant l'enfance! → **manque chronique de sommeil** (aggravé par horaires scolaires et utilisation des écrans)

## Interactions avec d'autres domaines

- Perturbations relationnelles (humeur, conflits)
- Contribue à représentations négatives des adolescent-e-s
- Problèmes de sommeil à l'adolescence associés à mal-être psychologique, comportements à risque (abus de substance notamment), problèmes scolaires,...



# Plan du cours (début)

## 1. INTRODUCTION

- Définition et délimitation
- Tâches de développement

## 2. Aspects du développement **BIOLOGIQUE/PHYSIQUE**

- La puberté
- Evolutions du sommeil
- **Evolutions du cerveau**

## 3. Aspects du développement **COGNITIF**

- Evolutions de la pensée

# Evolution du cerveau

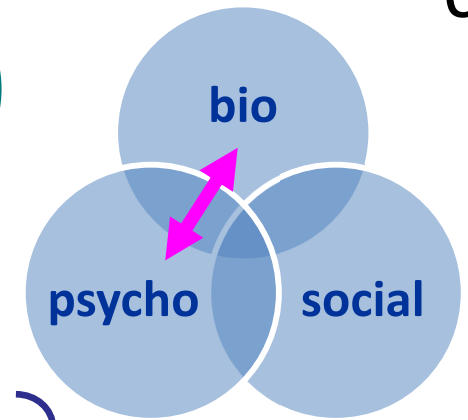
## Développement à l'adolescence

- **Remodelage complet** du cerveau: synaptogénèse puis élagage => opportunité (plasticité accrue) + vulnérabilité !
- **Rythme de développement différent** selon les parties
  - Système limbique mature rapidement
  - Cortex préfrontal à maturité en dernier } → décalage!
- **Hyperactivité du système de la dopamine** (plaisir)

# Evolutions du cerveau (2)

## Interactions avec autres domaines

- Décalage/déséquilibre limbique-préfrontal:
  - Difficulté à gérer les émotions
  - Difficultés à inhiber les impulsions
  - Difficultés à prendre des décisions rationnelles (rapport coût/bénéfice) en contexte émotionnel
- Hyperactivité dopaminergique:
  - Sensibilité à la récompense immédiate
  - Recherche de sensations, de nouveautés



Favorise  
prise de  
risques

(Hofmann & Porte, 2013)

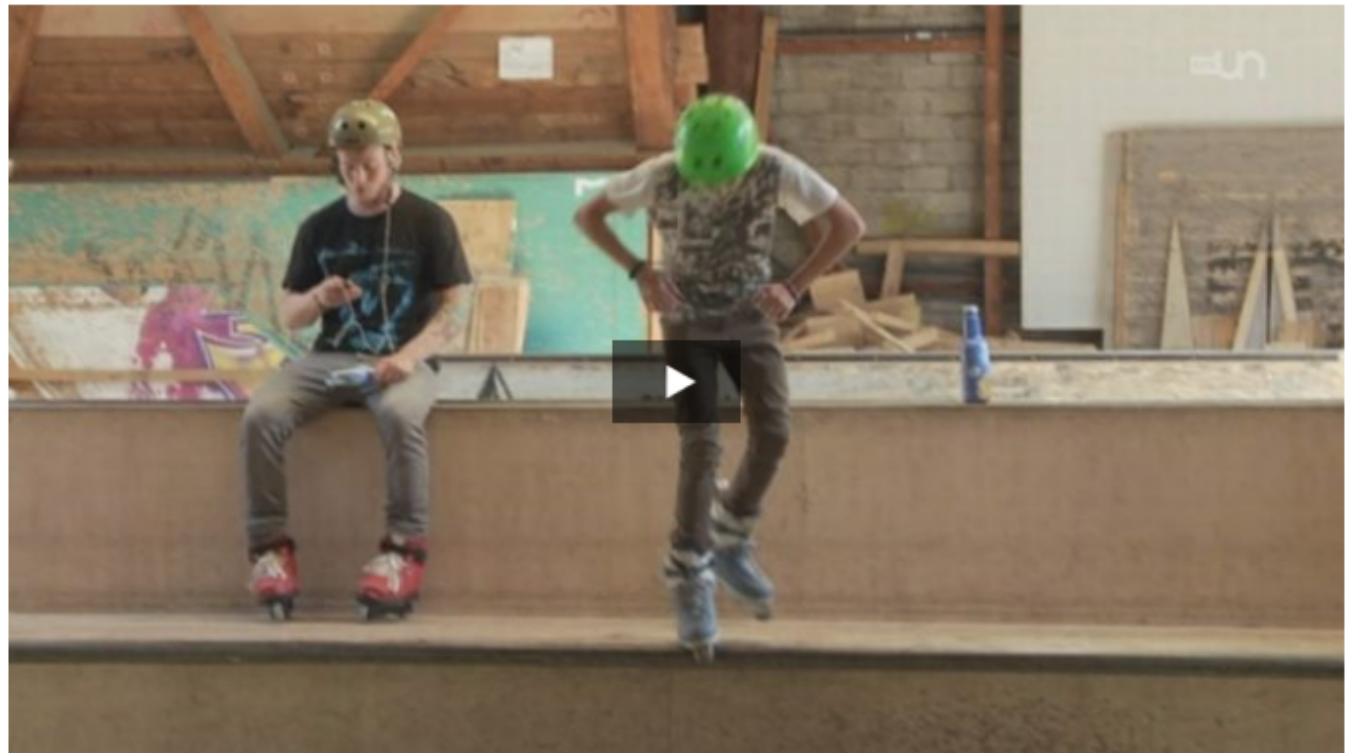
Retour à l'accueil

### Contenu de l'émission

- **L'ado, ce drôle de zozo**  
Idées de lecture
- **La prise de risque chez les ados.**
- **La construction du cerveau**
- **L'adolescent est égocentrique ?**
- **Mes potes avant tout!**
- **La communication à travers les réseaux sociaux**
- **Le sommeil chez les ados**
- **Les jeux vidéo ne sont pas si mauvais pour les ados**
- **L'impact de l'environnement sur les ados**

### — La prise de risque chez les ados.

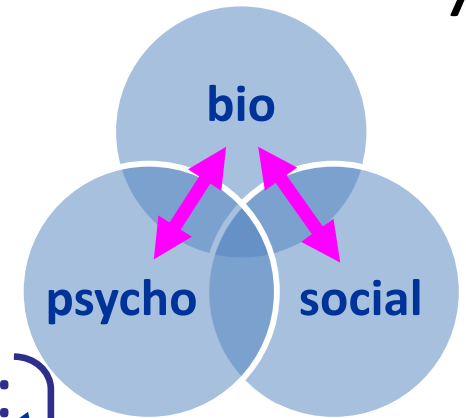
Pourquoi les ados s'exposent régulièrement à des risques démesurés? La faute à la dopamine!



<http://pages.rts.ch/emissions/specimen/4882642-l-ado-ce-drole-de-zozo.html#timeline-anchor-segment-5000668>

# Evolutions du cerveau (2)

## Interactions avec autres domaines



- Déca **mbique-préfrontal :**
  - D  **Pour l'intervention?**  tions
  - Difficultés à  **Surtout en contexte social !**  mper les impulsions
  - Difficultés à prendre des décisions rationnelles  **Favorise prise de risques**   
(rapport coût/bénéfice) en contexte émotionnel
- Hyperactivité dopaminergique:
  - Sensibilité à la récompense immédiate
  - Recherche de sensations, de nouveautés
- Développement du cerveau → développement des compétences cognitives, nouvelles manières de penser

# Plan du cours (début)

## 1. INTRODUCTION

- Définition et délimitation
- Tâches de développement

## 2. Aspects du développement **BIOLOGIQUE/PHYSIQUE**

- La puberté
- Evolutions du sommeil
- Evolutions du cerveau

## 3. Aspects du développement **COGNITIF**

- **Evolutions de la pensée**

# Evolution de la pensée

## Stades du développement cognitif selon Piaget

Ages	Stades	Caractéristiques	Principales acquisitions
0 à 2	<b>SENSORI-MOTRICE</b>	Appréhension sur monde par les sens et la motricité.	Permanence de l'objet
2 à 6/7	<b>PRÉOPÉRATOIRE</b>	Utilisation de la représentation, des symboles (imitation différée, jeu symbolique, dessin). Egocentrisme.	Langage, fonction symbolique
6/7 à 11-12	<b>OPÉRATIONS CONCRÈTES</b>	Opérations mentales pour résoudre des problèmes sur des objets concrets.	Conservation, classification, réversibilité, décentration.
Dès 12	<b>OPÉRATIONS FORMELLES</b>	Pensées qui se détache du concret, peut réfléchir sur des idées, sur des possibles.	Abstraction, raisonnement hypothético-déductif.

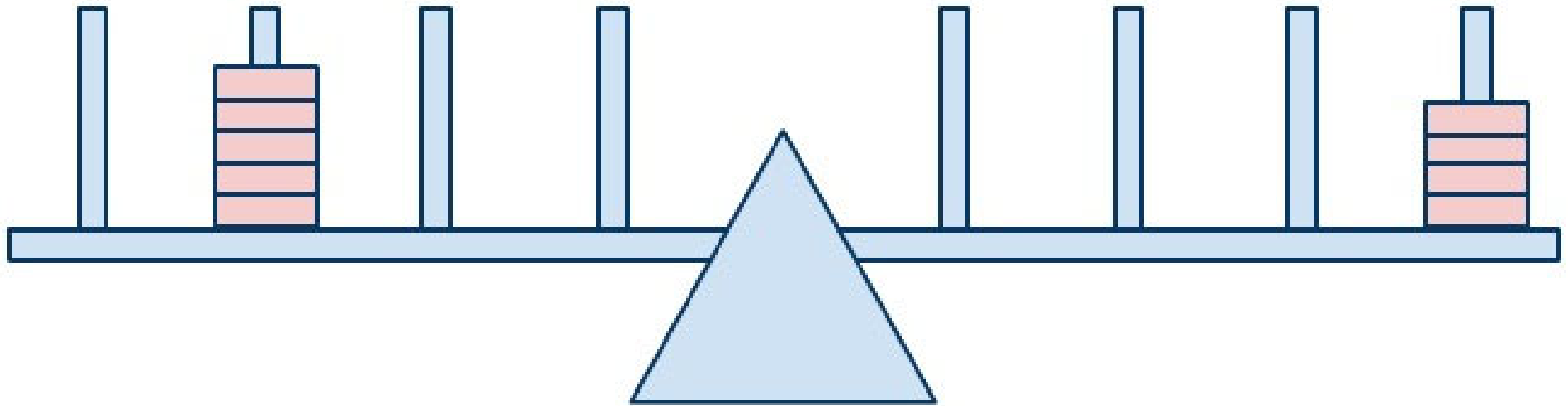


# Evolutions de la pensée

- **La pensée formelle (Piaget)**
  - Caractéristiques:
    - Abstraction
    - Possibles
    - Pensée hypothético-déductive
    - Multidimensionnelle
  - Dès 12 ans à l'âge adulte... Dernier stade ? Universalité ?
- **La métacognition**



<http://thehandygeek.blogspot.ch/2013/11/topic-tuesday-69-20131112-meta.html>



# Evolution du cerveau (2)

## Interactions avec autres domaines

- Décalage/déséquilibre
  - Difficulté à gérer les émotions
  - Difficultés à inhiber les impulsions
  - Difficultés à prendre des décisions rationnelles (rapport coût/bénéfice) en contexte émotionnel
- Hyperactivité dopaminergique:
  - Sensibilité à la récompense immédiate
  - Recherche de sensations, de nouveautés
- Développement du cerveau → développement des compétences cognitives, nouvelles manières de penser

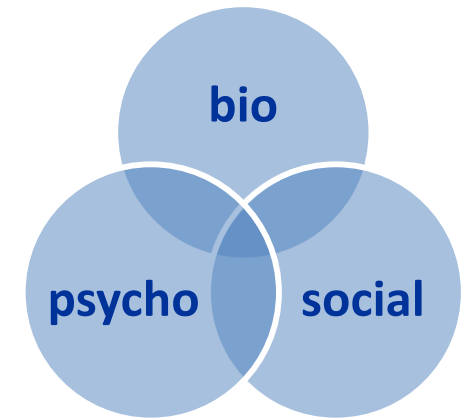
Pas un problème de capacité à comprendre les risques !!!

Favorise prise de risques

# Evolution de la pensée (2)

## Manifestations de ces évolutions

- « Grandes questions », **idéisme**
  - **Introspection** (capacité à réfléchir sur soi)
  - Langage => **Argumentation**
  - **Théories de l'esprit s'affinent** et se complexifient:  
autres aussi!, erreur possible, variabilité, simulation,...
- Découvertes de **nouveaux mondes internes et externes!**
- **Exploration assidue, avec défauts des débutant-e-s...**



«L'adolescence d'ailleurs est appelée "âge bête" par incompréhension : c'est justement l'âge où l'on découvre notre pouvoir de désinstaller des applications parentales, de penser par nous-mêmes, d'être le maître de notre vie mentale. Cet âge de désinstallation, tout comme le premier âge de la marche, est d'abord maladroit (d'où sa caricature : il paraît "bête")...»

(Aberkane, 2016, p. 272)<sup>53</sup>

# Evolution de la pensée (2)

## Manifestations de ces évolutions

- « Grandes questions », **idéalisme**
  - **Introspection** (capacité à réfléchir sur soi)
  - Langage => **Argumentation**
  - **Théories de l'esprit** s'affinent et...  
autres aussi!, erreur possible, n,...
- **Découvertes de nouveaux mondes internes et externes!**
- **Exploration assidue, avec défauts des débutant-e-s...**



# A faire en vue du prochain cours (27.11)

- **Lire le texte** sur l'insatisfaction corporelle à l'adolescence (Cloutier & Drapeau, 2015, p.40-43)
- Repérer:
  - **les facteurs de risque** (c'est-à-dire ce qui favorise l'insatisfaction corporelle)
  - **les facteurs de protection** (c-à-d ce qui favorise la satisfaction corporelle)
  - et ceci aux **niveaux bio, psycho et social**
- Lister ces facteurs **dans le tableau** proposé (moodle)