

Les AdoAdos

Johanne Lemieux

Mardi 28 sept 2021

Visioconférence

EFA75

Travailleuse sociale et psychothérapeute au Québec, une référence dans l'adoption
Nouveau livre fin 2022 sur les adolescents adoptés

1° partie : les adolescents « modèle de base »

Tempérament de base : spécificité de chaque humain

ICARE : recherche internationale sur adoption

AdoAdos :

- 2 à 3 x plus de difficultés de santé mentale et dans la scolarité (idées suicidaires, troubles anxieux, troubles des apprentissages, états dépressifs)
- 2 à 3 x plus de risque de se retrouver devant un tribunal pour des problèmes de comportement ou des crimes et délits

= 15 à 20%

Donc 80% des AdoAdos vont bien, même si c'est plus compliqué que les ados « modèle de base ».

Graves difficultés	
Options liées à l'adoption	
Adolescence	Déjà bien du travail pour les parents
Tempérament	

« Le voyage du héros » : livre d'un anthropologue américain.

Adolescence : une aventure imposée

L'adulte aussi doit laisser des choses derrière lui, s'ajuster : les enfants existent pour finir d'élever leurs parents. Comment va-t-on arriver à les accompagner, les aimer, les comprendre malgré toutes ces aventures ?

En adoptant cet enfant, vous avez changé son destin, vous en avez fait un personnage secondaire de votre histoire. Le but de l'adolescence c'est l'individuation, préparer le scénario où il va devenir le personnage principal de son histoire.

Vous n'allez pas pouvoir contrôler tout son destin. L'adoption ne guérit rien mais ça devrait arrêter les dégâts. Il va reprendre son développement, son chemin vers son potentiel. On va l'accompagner pour qu'il écrive son histoire.

« la crise de l'adolescence » : plutôt une effervescence = danger + opportunité
Notion de danger : vous ne pourrez pas tout éviter

Adolescence : nouveau concept, autrefois le contexte ne permettait pas de voir les spécificités de cette période (valorisation de la prise de risque dans les guerres, réponses aux besoins sexuels par les mariages précoces)

Adolescents : des besoins particuliers

- Besoin impératif de s'éloigner de sa figure d'attachement pour se socialiser
- Besoin d'émotions fortes
- Besoin de nouveauté pour grandir et devenir adulte (change de goûts)
- Besoin de s'aventurer hors du camps de base : plus ambivalent si adopté car plus difficile

Le cerveau : modifications structurelles dans la durée : l'adolescence dure 12 ans

Ado-naissance : 11-13 ans

Cerveau : élagage de connexions neuronales qui se servent plus, changement d'architecture : stressant.

Niaiseux, corps grandit avec des disproportions, maladresses, impression qu'il régresse, difficile à comprendre. Période difficile. C'est pénible pour le parent de voir son enfant si maladroit. Ils subissent, sont passifs, se sentent victimes. Ils sont convaincus que les adultes se lèvent le matin pour les faire chier.

La collaboration est difficile. Il faut faire de la micro-gestion : tout leur rappeler. Il y a besoin de plus de contrôle car moins de maturité.

Adolescent : 14-19 ans

Cerveau : création de nouvelles connexions

Apparition du mépris pour le parent car les fonctions cognitives sont plus efficaces (le parent perd son statut de « sachant-tout ». Ils sont plus réactifs. La mission du parent : assurer l'hygiène de base = dormir, manger, aller à l'école = assurer leur bien-être.

Ils collaborent en étant désagréables, sont parfois raisonnables. Il faut faire de la macro-gestion, macro-management

Adolescent : 19-24 ans

Cerveau : myélinisation : consolidation des connexions neurologiques.

Ils sont pro-actifs, mais pas toujours comme on le souhaite. Ils collaborent (pas toujours dans la bonne humeur). Sont généralement raisonnables. Les parents sont là pour faire une supervision de loin, être un consultant.

Quelques idées :

Ne pas proposer son aide (ce sont les personnes vulnérables qui ont besoin d'aide). Mais dire plutôt : « puis-je être utile ? »

En cas de retard : « tu es en retard parce que..., on en reparle plus tard »

Le matin il se lève de mauvaise humeur, il arrive au collège de mauvaise humeur... On insiste car on veut son confort, mais on n'a pas à faire ça. Dans le quotidien ils ne savent souvent pas pourquoi ils sont de mauvaise humeur. Leur cerveau n'est pas efficace pour répondre à tous les événements de la journée.

2° Normalité adoptive et adolescence

Chez les ado adoptés il existe un retard de maturité affective dû à des expériences adverses de la petite enfance : carences, trauma, rupture d'attachement. Leur développement a été ralenti ou arrêté avant que le parent adoptif arrive et diminue les facteurs de risque, augmente les facteurs de protection.

Ils ont très peur de ne pas appartenir au groupe, de ne pas être aimé : ils vont faire beaucoup de choses idiotes pour faire comme les autres. Il faut ajuster certaines permissions à ces fragilités (pas de permis de conduire à 16 ans).

Adolescence = grand stress = ennemi commun de tous les membres de la famille

Stress car : perte de contrôle, imprévu, nouveauté, ego menacé

Le stress c'est une réponse à un danger réel ou supposé. C'est stressant d'être ado et ce stress stresse les parents. Les parents doivent faire des choix pour diminuer leur propre stress.

La gestion du stress est plus mauvaise chez les ado adoptés.

Pour diminuer son stress de parent : courir, activité physique, flatter son chat, chanter, rire, respiration contrôlée. Donc yoga et méditation pour les parents (pas intéressant pour les ado en demande de sensations fortes).

C'est pas banal le stress, c'est dangereux pour la santé.

Attachement :

Les insécurisés dans leur attachement sont de 2 sortes :

- les exigeants: ils sur-utilisent le système d'attachement = ce qu'ils ont appris pour survivre (sumo ou velcro)
- les solos : ils attendent que les gens devinent ce qu'ils ont besoin

En cas de stress, l'ado reprend sa première langue d'attachement insécure, il retourne dans ses vieilles stratégies. C'est une réaction adaptative au stress, il retourne dans ce qui lui avait permis de survivre (sumo, velcro ou solo)

Ce n'est pas simple de lui apprendre à devenir autonome.

C'est un peu plus difficile pour les adoadoptés :

- retard de maturité
- il faut choisir de devenir adulte : donc avoir peur d'être seul, de prendre soin des autres : ça fait très post-traumatique comme réaction
- le parent doit donner la permission de partir
- il faut qu'il parte pour finir sa maturité
- l'immatrice qui reste à la maison devient un tyran

Syndrome de réparation du parent adoptif : s'exprime à l'arrivée, et à l'adolescence. On peut lui mettre des facteurs de protection, mais pas tout réparer.

Attention à l'usure de la compassion : il faut bien s'occuper de soi (parent).

Les mères adoptives sont souvent en ménopause en même temps que l'adolescence (elles ont leurs enfants 10 ans plus tard) : il faut bien s'occuper de nos propres irritabilités, insomnies, douleurs, etc... si présentes.

Prendre conscience qu'on n'est plus seuls à les influencer, la société toute entière est bien présente.

Attention à ne pas gâcher le présent pour un avenir possible : vous devez préserver la relation (exemple des exigences scolaires)

Les 3 C :

Courage

Compassion

- la plupart du temps l'ado fait du mieux qu'il peut avec ce qu'il a
- pour soi (parent) : la perfection ne nous protège pas de tout

Connexion

- rester en lien avec des gens qui nous aident, ne pas s'isoler
- se regrouper avec des gens qui vivent la même chose, nous comprennent : groupes de paroles, échanges : très important.

3° Questions des visionautes

- Adoption de fratrie ?: se faire accompagner dès le début, ne pas attendre que ça aille mal
- Ado qui refuse d'aller en thérapie et qui souffre ?: rester en connexion, il faut que quelqu'un lui explique la normalité adoptive, rester présent à ses côtés
- La fin de l'adolescence ?: devenir adulte, s'autogérer ce n'est pas simple, c'est très post-traumatique
- La peur de l'abandon ?: lui dire que c'est un travail de toute une vie. Lui parler de son objet manquant non identifié (concept développé dans son dernier livre). Lui dire : je suis là, je sais que ça fait mal.
- Bordelique dans leur chambre ?: c'est une façon d'occuper son espace : « c'est mon espace ». On peut faire un vide sanitaire 1/mois et exiger l'absence de bazar dans le reste de la maison. Ne pas oublier qu'il y a beaucoup de déficit de l'attention (x 2 à 3) chez les adoptés (suites de la malnutrition, du stress).
- Le système scolaire français.... ! « Si tu as le moindre problème.... c'est foutu. Il faut être dans le moule, tout le monde pareil, la République ! » Beaucoup de rigidité et pas d'adaptation aux spécificités de chacun. Elle encourage l'entrée à l'école 1 an après l'âge habituel pour rattraper le retard de maturité (possible au Canada).
- Dans le cas où ils ne veulent pas parler d'adoption ?
 - certains s'en foutent vraiment
 - certains disent qu'ils ne veulent pas en parler car ils sont terrorisés : il faut attendre, dire qu'on est là pour lui, qu'il le fera avec son conjoint plus tard, parler des associations d'adultes adoptés avec qui il pourra partager
- Fête de fin d'éducation ? Elle propose l'idée d'une fête pour marquer le coup. « on ne vous éduque plus » : on devient des consultants.
- On a une obligation de moyen et pas une obligation de résultats
- Ils ont facilement un sentiment de honte, si on n'approuve pas une attitude, dire qu'on est disponible. Ils ont plus peur d'être rejetés, ils sont immatures, ils ont un mauvais jugement et un risque de mauvaises fréquentations.
- Ont-ils plus de problèmes relationnels avec les autres ados ? Oui. Ils ont peur d'être rejetés, ils veulent avoir le contrôle pour se protéger. Les relations ne sont pas saines parfois : rôle de harceleur ou rôle de victime. Ils replongent dans des enjeux relationnels difficiles. Ce sont des enfants à entretien sophistiqué

- Les personnes qui ont des traumatismes n'aiment pas être seules même si elles ne cherchent pas le contact. Si c'est trop tranquille, elles ont des pensées intrusives, des flashback.

- Que penser du retour dans le pays d'origine à l'adolescence ?

Il existe des facteurs de protection à offrir : toujours être ouvert à l'idée de faire des recherches.

- 1° parler des origines, de la famille (sans idéaliser)

- 2° faire des retrouvailles sensorielles culturelles vers 10 ans = comprendre le berceau qui l'a fabriqué, voir des gens qui lui ressemblent

- 3° quand tu seras adulte tu pourras faire des recherches

Bibliographie Johanne Lemieux :

<https://www.babelio.com/livres/Lemieux-La-normalite-adoptive/538825> = tome 1

<https://www.babelio.com/livres/Lemieux-Ladoption/893639> = tome 2

Compte rendu à partir de notes personnelles,
Gwënola Rideau
pour EFA05