

L'ADOLESCENT FACE A SON DEVELOPPEMENT SEXUEL

L'adolescence est marquée par une transformation du corps et par une succession de métamorphoses :

- Une métamorphose anatomique
- Une métamorphose physiologique et glandulaire (endocrinologique),
- Une métamorphose psychologique,
- Une métamorphose relationnelle et sociale.

Ces modifications physiques et biologiques caractérisent la puberté. Elle se situe en moyenne entre 13 et 15 ans, et survient en général un peu plus tôt chez les filles. Dans quelques cas, elle est dite précoce ou tardive. S'il existe une précocité ou un retard trop important dans sa survenue, il convient de consulter un médecin et plus particulièrement un endocrinologue. Celui-ci réalisera les examens utiles et nécessaires afin de dépister l'existence d'éventuelles maladies génétiques ou hormonales.

1/LA METAMORPHOSE ANATOMIQUE

Au moment de l'adolescence, (période de la vie entre la puberté et l'âge adulte) les proportions relatives des diverses parties du corps se trouvent profondément modifiées, et cela très rapidement. La puberté commence entre 11 et 13 ans.

Si entre 3 et 5 ans, un garçon français grandit en moyenne de 15 cm et grossit de 5 kg, il va grandir de 18 cm et grossir seulement de 2,5 kg entre 13 et 15 ans . A la puberté, en l'espace de quelques mois, il va devoir apprendre à vivre avec un nouveau corps dont il ne connaît pas encore les ressources. Les organes génitaux, (les caractères sexuels primaires) vont subir de profondes transformations :

- La verge, les bourses et les testicules vont augmenter rapidement de taille et de volume pour atteindre, au bout de quelques mois, leurs mensurations quasi définitives.

- Chez la femme, l'augmentation de taille et de volume des lèvres ainsi que du clitoris est la plus visible, alors que le vagin subit lui de profondes modifications beaucoup moins apparentes: il s'allonge, son aspect se modifie pour le rendre accessible à la pénétration, ce qui n'était pas le cas auparavant.

Quant-aux caractères sexuels secondaires, ils modifient l'aspect apparent du corps : il s'agit du développement de la poitrine chez la femme, de l'apparition progressive des poils du pubis, des aisselles chez les deux, et de la face chez le garçon.

Il existe bien sûr des variations individuelles des caractères sexuels en rapport avec des facteurs génétiques ou familiaux. Ces variations seront souvent source d'interrogations et d'angoisses chez l'adolescent. Comme nous le verrons plus loin, sa recherche d'identité passe chez l'adolescent par une conformité à la norme en vigueur!

b/ LA METAMORPHOSE PHYSIOLOGIQUE ET GLANDULAIRE

Elle se caractérise essentiellement par l'apparition de deux événements importants dans la vie d'un être humain: ce sont la survenue des premières règles et des premières éjaculations. Les ovaires et les testicules se mettent à sécréter leurs hormones; l'hypophyse située à la base du cerveau est responsable du caractère cyclique de ces sécrétions chez la femme et des cycles menstruels. L'adolescent se découvre en quelques mois dans un corps d'adulte. Il va découvrir sa future sexualité et le plaisir qui lui est lié.

Les premières règles

Au cours du cycle, la muqueuse de l'utérus se développe pour permettre l'implantation de l'œuf fécondé. Ainsi, le développement d'une grossesse. S'il n'y a pas eu fécondation, l'ovule qui n'a pas rencontré de spermatozoïdes, est éliminé et deux semaines plus tard, c'est l'élimination de cette muqueuse qui ne sert plus à rien: ce sont les règles, puis de nouveau prolifération de la muqueuse et ainsi de suite... A chaque cycle l'utérus prépare le nid de l'enfant à venir. La peur du "sang" qui évoque la plaie, la douleur et même la honte, représente dans l'esprit de la jeune fille une injustice, une anormalité. Les règles évoquent l'accession à la féminité et à la maternité. Elles ne sont pas du sang même si elles contiennent des éléments sanguins. Nous conseillons donc aux parents, médecins, instituteurs... d'expliquer les règles en termes simples, avant qu'elles ne surviennent, expliquer à quoi correspondent les règles. Ils peuvent en profiter pour voir ce que l'enfant connaît de la sexualité et ce qu'il désire savoir. Les règles, ce n'est pas seulement le risque de grossesse, mais un événement normal dans le développement de l'enfant. Cette étape transforme la petite fille en jeune fille. A nous de l'aider à comprendre et à découvrir son nouveau corps. Les dysménorrhées sont des douleurs que ressentent certaines jeunes filles et certaines femmes au moment des règles. Nous savons que ces douleurs sont très souvent liées à un manque d'explication ou un manque d'éducation sexuelle.

Les premières éjaculations

La plupart des adolescents connaissent l'existence des érections matinales ou nocturnes ; ils ont toujours vécu avec (des échographies ont mis en évidence l'existence d'érections au cours de la vie fœtale). Ils se trouvent souvent surpris par les premières éjaculations ; surtout qu'elles surviennent la nuit inopinément : ils se réveillent brutalement la nuit, en sueur, avec une sensation d'humidité un peu poisseuse. Non prévenus, ils éprouvent un malaise, une angoisse et une honte. Que va penser leur mère de ces tâches sur leurs draps, de cette "pollution nocturne"?

Mais rapidement, les conversations avec les copains apprennent à l'adolescent qu'il peut les provoquer tout seul et en tirer du plaisir. A l'angoisse de ses premières éjaculations se substitue la fierté du jeune mâle...et surtout le plaisir.

3/ LA METAMORPHOSE PSYCHIQUE

L'adolescence est une véritable crise marquée par la recherche d'une identité, d'une affirmation de soi par rapport aux autres et plus particulièrement des parents. L'opposition, source de conflit avec le père ou la mère est le passage obligé vers la maturation psychique de l'adolescent. Si le conflit peut être négocié, il ne doit pas être évité ; la frustration est une nécessité au développement psychique du jeune homme ou de la jeune fille. Cette métamorphose est aussi marquée par l'éveil des besoins sexuels, ils sont d'abord auto-érotiques : c'est la découverte de la masturbation, puis rapidement le désir de trouver un copain ou une copine.

Le point sur la masturbation

Le mot vient du latin "manus" : la main et "stupro" : souiller, polluer. On voit déjà la connotation péjorative que la masturbation pouvait avoir dans l'antiquité ; surtout que cela remonte bien avant les romains. C'est à l'époque des hébreux que l'on retrouve mentionné cela mais sous un autre terme qui en est l'équivalent : l'onanisme. Onan est un personnage de la bible qui a dû, au décès de son frère aîné, épouser sa belle sœur, comme la tradition le voulait. Alors qu'il voulait lui faire l'amour avant le mariage, il préféra se masturber sur son ventre, il fut foudroyé. L'onanisme permet d'atteindre le plaisir sexuel ou l'orgasme en l'absence de partenaire sexuel grâce à la masturbation, ou sans que la pénétration ne soit utilisée. A l'origine, il ne désignait que la masturbation masculine et ensuite par extension, également la masturbation féminine.

La masturbation est une activité sexuelle qui pose, encore, à l'heure actuelle de nombreux problèmes, car pour certains, elle représente un danger aussi bien physique que moral ; ce qui est absolument faux. Les manipulations sexuelles débutent dès le plus jeune âge et il est fréquent de constater des

érections chez le petit garçon aussi bien spontanément que lors de changes ou du contact de la main ?

La masturbation est donc, chez l'enfant et l'adolescent, quelque chose de tout à fait naturel et normal qu'il ne faut pas empêcher. C'est une expérience auto-érotique intime. Face à la masturbation : pas d'interdiction.

Ne tapez pas sur la main de votre petite fille qui est en train de se toucher le sexe en regardant la télévision avec vous. Dès que l'enfant est en âge de comprendre, expliquez lui qu'il a le droit de se toucher, de se masturber, que cela lui procure du plaisir, mais qu'il n'a pas à le faire devant tout le monde. Expliquez lui que cette activité sexuelle fait partie de son intimité. Profitez-en pour expliquer à votre garçon qu'au moment de la puberté la masturbation provoquera au moment de la jouissance une éjaculation.

Du fait de l'augmentation importante des taux hormonaux et de la maturation des organes génitaux au moment de la puberté, l'activité masturbatoire s'accroît jusqu'à plusieurs fois par jour ; ceci provoque des inquiétudes chez bon nombre d'adolescents et de parents. Ce comportement est dans la grande majorité des cas transitoire ; il diminue progressivement jusqu'à la survenue des premiers rapports sexuels qui le remplacent.

Chez l'adulte, la masturbation devient le plus souvent une activité compensatrice et nécessaire au manque de partenaire sexuel quelqu'en soient les raisons ; elle peut également se substituer à une insatisfaction sexuelle dans le couple. Les hommes reconnaissent facilement s'être masturbés et n'en éprouvent aucune honte particulière même s'ils n'en parlent pas. Ce n'est pas le cas des femmes qui se sentent le plus souvent gênées et très culpabilisées de ce genre de pratique. Cela peut se comprendre assez facilement. En effet l'homme apprend très tôt à toucher son sexe, ne serait-ce que pour uriner ce qui rend le contact possible.

Les femmes qui se masturbent sont très nombreuses et les différentes manières de se masturber sont encore plus variées que chez les hommes. Chez la femme adulte, la stimulation peut être clitoridienne ou vaginale et même mamelonnaire. Autant que l'homme, elles utilisent l'imaginaire ou les fantasmes. Il existe même une technique tout-à-fait particulière à la femme appelée le sciage (essui-glace) qui a la particularité de pouvoir être pratiquée en public échappant aux observateurs peu avertis. Elle associe une forte pression des cuisses croisées à la contraction rythmée et régulière des muscles vaginaux.

La masturbation est donc normale et ne doit pas être réprimée. Chez l'adulte il faut vérifier si elle est compulsive, comme seul moyen d'obtenir l'orgasme. Si dans un couple la sexualité est harmonieuse, si les deux partenaires ont du plaisir ensemble, la masturbation isolée chez l'un ou l'autre ne doit jamais être considérée comme pathologique.

Nous devons vérifier si la masturbation ne cache pas une dysharmonie conjugale, un moyen d'éviter des fantasmes anxiogènes ou culpabilisants, ou un désir de vivre des fantasmes seul dans sa tête sans avoir la crainte de les exprimer lors d'un acte sexuel.

Les comportements transitoires

La masturbation est un comportement transitoire puisqu'elle tend à disparaître lors des premiers rapports sexuels. Si ces rapports sont peu fréquents l'adolescent continuera à se masturber. La masturbation, chez la femme comme chez l'homme peut persister à l'âge adulte de façon épisodique. Si la masturbation de l'adulte n'empêche pas les rapports sexuels avec le partenaire et si elle n'est pas une pratique exclusive excluant tout autre type de rapport, il n'y a rien de bien pathologique dans tout ça !

Les comportements sexuels transitoires chez l'adolescent sont très fréquents et tout à fait normaux.

- L'homosexualité est très fréquente lors de l'adolescence. Elle est plus facilement pratiquée par les filles mais existe aussi chez les garçons. Il s'agit souvent de jeux sexuels qui permettent la découverte du corps, de la sexualité et du plaisir : des baisers sur la bouche, des caresses, des masturbations, des rapports bucco-génitaux. Certains garçons vont jusqu'à la sodomie, mais c'est plus rare. Les filles, lors des jeux homosexuels, introduisent leurs doigts, un objet ou un vibromasseur, dans leur vagin, tout en se caressant et en se masturbant pour obtenir des orgasmes. Ces comportements homosexuels sont normaux et s'arrêtent d'eux-mêmes lors de la découverte de l'hétéro-sexualité.

Chez les adolescentes et les adolescents, d'autres comportements transitoires sont assez courants :

- le triolisme, l'échangisme et la sexualité de groupe (beaucoup plus rare) sont des expériences que réalisent les jeunes de façon assez fréquente. Dans notre enquête, une femme sur trois nous a dit avoir eu au moins une fois une expérience de triolisme dans sa vie. De nombreux rapports sexuels associés à une multiplicité de partenaires sont aussi très courants.

Les comportements transitoires sont tout-à-fait normaux et ne doivent pas être réprimés.

Un ensemble d'explications peut vous éclairer :

- chez les adolescents existe souvent une ambivalence entre l'amour pur asexué et le désir sexuel. Il n'est pas rare de constater que l'adolescent choisit un partenaire sexuel différent du partenaire dont il est amoureux.

- une imagination intense : c'est l'époque de tous les excès, des passions amoureuses, mais aussi des désespoirs et des suicides : on épingle dans la chambre les photos de ses chanteurs préférés ! Ne parlons pas des comportements exacerbés observés lors de spectacle ou de concert.

La recherche de "son identité" va permettre à l'adolescent de passer de la dépendance familiale à l'autonomie affective et sociale. Et c'est là que les choses se compliquent un peu. En effet l'allongement de la durée des études rend le jeune adulte dépendant de ses parents alors qu'il revendique la liberté de ses choix sans en avoir les moyens: on veut vivre avec son petit ami, mais on a toujours besoin de papa et de maman. A travers sa sexualité, l'adolescent expérimente son corps et l'image qu'il donne aux autres ; il a besoin d'être rassuré par son entourage et en particulier par les gens de son âge. Il teste, comme nous en avons déjà parlé, son nouveau corps et ses nouvelles possibilités sexuelles. Il expérimente son désir mais aussi sa séduction.

La métamorphose relationnelle et sociale

Elle tourne autour de l'affirmation de son identité : L'adolescent construit son identité en se servant d'objets, plus particulièrement de vêtements. En fonction de ses affinités, chacun cherche son "look" ; il évolue d'ailleurs selon les époques. C'est une façon de se différencier et de s'affirmer par rapport au monde adulte déjà en place. Il adhère souvent à un ou plusieurs groupes correspondant à ses affinités idéologiques. Cette affirmation passe par ce que l'on appelle "l'intégration active" : "on trouve sa place dans la société en la critiquant, en s'y opposant. Aux revendications s'ajoutent la contestation et parfois la marginalisation". Cette opposition de l'adolescent à ses parents et au monde des adultes est nécessaire à son développement psycho-affectif. C'est *un* passage obligé pour accéder à la maturité.