

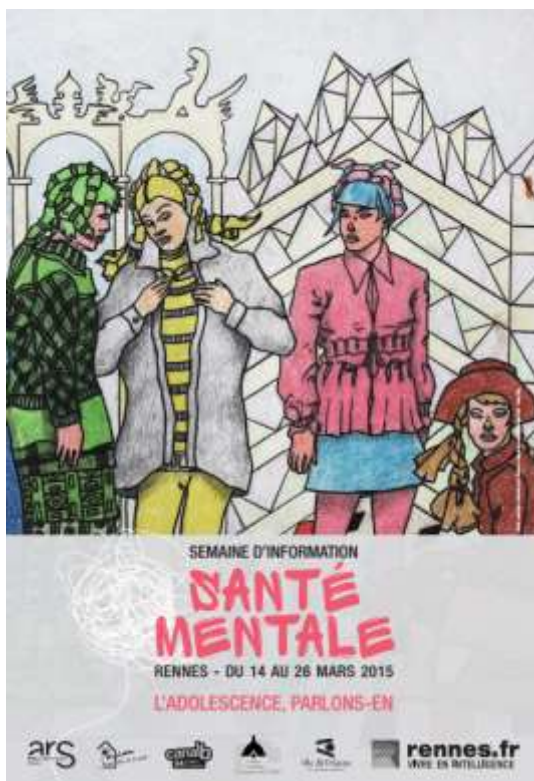
« Mon adolescence à moi ! »

Quelques-unes des paroles recueillies, Place de la mairie, à Rennes

Samedi 14 mars 2015

Propos recueillis et mis en forme par Loïc Choneau

Les prénoms ont été changés.



Quidam



LABORATOIRE TERRAUX

Edito

« Parler de l'adolescence » était le défi proposé par le Collectif Semaine d'Information sur la Santé Mentale cette année. Ce collectif de Rennes regroupant plus de trente partenaires autour d'un objectif commun : parler de la santé mentale, fête ses trente ans.

Il est donc devenu adulte. L'heure est venue de faire un bilan, de regarder ce qui a été mis en place, réfléchi et ce, afin de continuer à faire vivre chaque année, au mois de mars, cette belle dynamique partenariale qui propose aux habitants de la ville de s'informer, de faire des rencontres et de débattre sur la santé mentale.

Cette année, le regard était porté sur l'adolescence, non pas sur l'adolescence en tant que problème, mais bien sur l'adolescence comme un passage de vie propre à chacun dans son cheminement vers l'âge adulte.

Mais qu'est-ce que ce passage de vie ?

Malgré une question commune les réponses sont multiples et singulières. Ce petit livret constitué à partir de confidences recueillies par la compagnie Quidam Théâtre lors du Forum de la SISM, nous donne un aperçu des adolescences vécues. De l'impatience de devenir adolescente, à la nostalgie du temps passé. Chacune de ces personnes nous apporte un regard différent et donc un élément de réponse. Pour certains, l'adolescence est une période de liberté, de choix pour d'autres, elle est liée aux modifications corporelles, à la découverte de l'autre, de l'amour et pour beaucoup à de nouvelles expériences positives ou négatives.

À chacun de découvrir à travers ces textes une adolescence...

Valérie 58 ans

Est-ce encore mon corps ?

Mon adolescence est très loin. J'ai un peu oublié. Elle s'est passée sans rien d'exceptionnel. Même pas d'acné ! Sauf le changement de mon corps ! Oui, là, je me souviens de cette période ! Je n'ai pas bien vécu ses modifications qui ont surgit à ce moment. J'étais complexée, une vraie gêne face à toutes ces nouvelles formes. Je ne comprenais pas ce qui m'arrivait. Pourtant, chez moi, on parlait de ces choses, on expliquait... mais ça ne suffisait pas. Je m'inquiétais. Et je ne reconnaissais plus mon corps ! Etait-ce encore lui ? Je perdais mon corps d'enfance. Alors, je devais le cacher. Les jours de grande chaleur, même de très grande chaleur, j'enfilais une veste de survêtement, pas question d'être en maillot de bain ! Surtout ne rien dévoiler !



Morgane 21 ans

Des relations apaisées avec ses parents.

J'ai vingt-et-un ans. Je pense être sortie de l'adolescence. Mais je ne peux pas dire quel a été le moment exact de cette sortie. Ça s'est fait progressivement, presque sans que je m'en aperçoive. Je me suis, par exemple, émancipée petit à petit de mes parents. J'ai toujours souhaité que mon adolescence se termine le plus vite possible. Je ne savais pas bien où était ma vraie place. Étais-je encore une enfant ? Étais-je déjà une adulte ? J'étais dans une certaine confusion. Mes parents m'encourageaient à prendre mon autonomie, alors que je vivais chez eux et qu'ils m'imposaient leurs règles. Les conflits étaient réguliers. Aujourd'hui, mes relations se sont apaisées avec eux. Peut-être est-ce cela, sortir de l'adolescence, devenir adulte : avoir des relations apaisées avec ses parents.



 alérie 63 ans

Prouver.

Mon adolescence ? Avant tout des murs. Entre mes quatorze et dix-huit ans, j'ai vécu en maison de correction. Je venais de la DASS, d'un milieu familial particulièrement défavorisé où tout le monde clamait que je devais faire comme mes parents, c'est-à-dire, pour moi, rien de bien. Du coup, je me suis mise à vivre à cent à l'heure, même plus ! Avec cette volonté de prouver que je réussirais à faire mieux que ce qu'ils pensaient de moi. Je leur montrerai ce dont j'étais capable ! Je pouvais forcément faire quelque chose de bien de ma vie, malgré toutes les injonctions. En même temps, j'avais le souci de soutenir ceux qui n'avaient pas, contrairement à moi, les moyens de s'exprimer. Les prémisses des combats de ma vie. D'où que l'on vienne, on peut construire sa vie. Adolescente, je voulais vivre. Je crois que je le fais.



Ghantal 52 ans

Très paisible.

Au final, mon adolescence a été très calme, très paisible, très sage, très obéissante. Avant tout, ne pas mentir aux parents ! Primordial ! De toute façon, je n'avais pas besoin de leur mentir puisque j'étais toujours conforme à ce qu'ils souhaitaient ! Juste un peu rebelle : une seule tentative de fugue d'une heure ou deux sous l'escalier de la maison. Je n'avais aucune envie de dépasser les limites, voilà tout. Je n'en éprouvais pas le désir. J'aimais bien être ce que j'étais, une jeune fille entourée de copines pour parler, pour sortir certains soirs... et puis des vacances joyeuses et assez libres au bord de la mer avec les cousins et cousines. Un monde un peu trop idéal, peut-être ! Une vie facile que j'ai appréciée.



Nathan 20 ans

Pré-adulte.

J'ai vingt ans et j'ai l'impression d'être sortie de mon adolescence. Mais en y réfléchissant un peu, j'ai un doute ! J'ai encore beaucoup de choses à apprendre, sur mon métier et sur la vie en général. A vingt ans, je suis plutôt un pré-adulte. Je commence à être autonome, à prendre confiance en moi, à prendre les décisions pour ma vie quotidienne. Adolescent, je découvrais la vie grâce aux personnes de mon entourage, mes parents, ma famille... Etre adulte consistera à m'ouvrir au monde tout seul, à faire mes choix sans avoir de compte à rendre aux autres. J'aurai, aussi, le droit de voter. Je serai responsable, avec toutes les obligations qui vont avec.



Marcelle 69 ans

C'était l'époque.

Durant mon adolescence, mes parents ne se sont jamais posés de questions sur ce que je ressentais. C'était l'époque. Même si, adolescent, vous aviez un certain mal-être, vous n'étiez pas écouté. On ne s'apitoyait pas sur vos états d'âme. Chacun se débrouillait tout seul avec ses interrogations et ses appréhensions. Je n'ai pas un très bon souvenir de ces moments. D'autant plus que les parents nous imposaient un métier et ne nous demandaient pas si nous voulions poursuivre nos études. Ce n'est pas que nos parents ne nous aimaient pas. Non. C'était comme cela pour tout le monde. Nous devons grandir par nos propres moyens. Alors, nous trouvions des amis, en dehors de la famille, qui nous aidaient à construire notre propre chemin.



Paul 61 ans

Des tas de possibles.

L'adolescent est quelqu'un qui a de la chance parce que tout lui est ouvert. Il a devant lui des tas de possibles. Et puis, il n'est pas encombré des regards que l'on peut poser sur lui. Il peut choisir telle ou telle aventure plus ou moins recommandée sans tenir compte des convenances. Le problème, c'est que ça ne dure pas ! Il est vite rattrapé par le fait de devenir raisonnable, responsable, sérieux. Qu'est-ce qu'on s'ennuie, adulte ! L'adolescent rencontre copains et copines sans craindre d'être jugé ou d'avoir des retours négatifs. Mais il a une difficulté : il est souvent timide, peu sûr de lui, et il doit faire d'immenses efforts pour se libérer. Dès lors, il ne peut pas toujours accéder à tous ces possibles. Parfois même, ceux-ci le plombent.



Annie 35 ans

Il nous parle de notre monde d'adulte.

J'étais une adolescente torturée. Je réfléchissais beaucoup trop ! Pour tout ! Sur le monde, la vie, mes relations aux autres, et bien entendu sur « qui je suis » ! A trente-cinq ans, j'ai quelques réponses. Mais je continue à chercher ce qui est ma vérité. Je trouve que l'adolescence est une période passionnante. J'ai travaillé avec des jeunes, ils sont souvent très pertinents, justes, dans ce qu'ils nous renvoient à nous, adultes, sur le monde, ses incohérences, ses mochetés. Ils nous disent nos peurs, nos petites ou grandes lâchetés, et nos rêves perdus. Nous devrions leur faire plus confiance. Ils sont remplis de réponses. Ils ont simplement besoin qu'on les regarde positivement, c'est notre responsabilité d'adulte.



Margot et Sébastien 19 ans chacun

Définir quel adulte on veut devenir.

Pour moi, l'adolescence est avant tout un changement physique. Le corps se transforme, la perception que l'on en a aussi. Et cette question que j'avais : Je change en bien ou en mal ? J'avoue que j'ai été un peu surprise par ce moment !

Pour moi, mon adolescence qui se termine est une aurore, celle d'une liberté qui se mérite. Je dois chercher la confiance des adultes pour en devenir un moi-même.

Je suis aussi dans des liens avec les adultes qui n'étaient pas présents tout au long de mon enfance. Des adultes que j'admirais. Je m'aperçois que ceux que je côtoie maintenant font des erreurs, ne sont pas toujours admirables.

Etre adolescent consiste à traverser un sas, un sas entre la tutelle parentale de l'enfance et le fait de vouloir développer son propre avis sur les choses, et définir quel adulte on veut devenir.



Rémi 46 ans

Mes premières autonomies.

J'ai passé mon adolescence dans un village plutôt tranquille, il n'y avait pas grand-chose à faire. Un village très rural. Juste des tours de vélo dans le bourg avec les copains, le bus pour se rendre au collège, les compétitions de pétanque le dimanche... ce sont mes premières autonomies. Je n'ai aucun regret par rapport à ces années. C'est à cette période que j'ai connu les gens qui m'ont fait, moi, ce que je suis aujourd'hui. Ils m'ont donné mes valeurs et mes refus d'adulte, lutter contre l'exclusion, les préjugés. Je les remercie toutes ces personnes de mon adolescence en continuant à faire vivre leurs idées dans mes engagements.



Amélie 12 ans

En fait, je suis pressée !

Je n'ai que douze ans, je n'ai pas encore fait mon adolescence. Je ne suis pas tellement pressée. J'aime bien être une enfant, les parents sont attentifs ! Je dis cela, mais, en même temps, j'ai une certaine envie de devenir adolescente. Je serai plus libre. Je pourrai aller au cinéma avec mes copines. J'irai au lycée, j'y rencontrerai de nouvelles personnes. Je deviendrai une grande. Je partirai en vacances sans mes parents. A dix-huit ans, je deviendrai majeure et j'aurai le droit de voter. J'irai à des soirées où l'on boit un peu d'alcool. Je rentrerai tard... Et j'aurai un amoureux ! En fait, je suis assez pressée de devenir une adolescente !



Armelle 52 ans

Un regard critique.

Je ne suis plus une toute jeune adolescente ! Personnellement, j'ai adoré cette période de ma vie pleine de doutes, de constructions et de déconstructions. J'aime les adolescents, ils ont un regard critique qui permet de faire un pas de côté. Parfois, nous ne regardons pas assez ce que nous faisons, nous, adultes. Nous empruntons toujours le même chemin, sans toujours nous poser de questions. Alors, avec peu de mots, ils nous remettent face à la réalité, à nos contradictions. Parfois, nous, les « grandes personnes » oublions les fondamentaux : se respecter, ne pas se fourvoyer, ne pas être pris dans un engrenage avec trop de compromissions.





Valentine 26 ans

Désert.

Vers les quatorze, quinze ans, mon adolescence était plutôt cahoteuse, et même douloureuse. Comme une longue et lente traversée du désert. Martyrisée par mon physique j'étais des plus complexée. Heureusement, j'avais la danse. Elle m'aidait à accepter mon corps et ce que j'étais à ce moment-là. Dans ces années, j'ai également rayé une partie de mon enfance car j'ai changé de lieu de vie et d'amitiés. Je me suis retrouvée dans un nouvel univers dans lequel je ne connaissais personne. Un certain sentiment de solitude a ainsi accompagné cette période de ma vie. Je suis sortie de tout cela à mon entrée au lycée. Ce moment a été pour moi un nouveau départ, avec un entourage qui correspondait à ce que je recherchais. Malgré tout, si je n'ai pas bien vécu certaines expériences de cette adolescence, si elle a pu m'apparaître quelque peu sombre, je la reprendrais, s'il le fallait, de façon identique. Parce que si je suis, aujourd'hui, bien dans ma vie, c'est grâce à mon histoire.





incent 58 ans

Un nouveau rôle.

Ça fait très longtemps que je ne suis plus du côté de l'adolescence, encore que ma femme me voit certains jours comme un grand adolescent ! Mon adolescence s'est faite attendre, ce qui inquiétait mes parents ! Je suis resté gamin très longtemps. Il a fallu que nous déménagions pour que je change ! Ce nouveau lieu de vie m'a sorti d'une constance qui me maintenait dans un rôle d'enfant. Jusque-là, je n'avais pas de raison de grandir car personne ne me disait à quoi ça servait de grandir. Même si je n'étais pas trop confortable dans mon corps de gamin. Grâce à ce déménagement j'ai fait des rencontres inattendues, je me suis fait de nouveaux amis au collège, et j'ai pu me réinventer. Je suis enfin devenu quelqu'un d'autre. J'ai quitté un rôle dans lequel je m'étais emprisonné.



Alexandre 13 ans

Juste devant.

Je suis un adolescent, avec tout ce qui va avec ! Etre adolescent veut dire grandir et prendre conscience d'un tas de choses. On comprend mieux la vie car on est plus proche de sa vie future d'adulte : travailler, avoir une femme... Le plus difficile : réussir à être ce que les parents veulent que l'on soit et, en même temps, faire ce que l'on a vraiment envie de faire. Ça peut ne pas aller trop ensemble, ça peut même aboutir au conflit ! J'aime bien être adolescent, je n'ai pas tout à faire, je ne suis pas responsable de tout, si j'ai un problème, je peux toujours demander de l'aide... Je ne suis jamais tout seul face à une difficulté. Mais je sais que ce moment est un passage et qu'il va vite se terminer. Pourtant, il m'aura été indispensable car j'y apprends ma vie future d'adulte, qui est là, juste devant moi.



Annabelle 27 ans

Responsable.

Mon adolescence : elle rime avec la bande de copains et de copines, avec toutes mes premières expériences interdites, les fêtes avec alcool et produits non autorisés. Mes parents me laissent faire, tout se passe bien ! Je dispose d'une grande liberté. Nous nous retrouvons tous, pas avec mes parents bien sûr, au bord de l'étang familial pour des soirées quelques peu agitées. Cette période correspond également à un immense stress : le choix de mes études ! Un choix que je dois faire moi-même, je suis responsable de ma vie ! C'est moi qui décide, non plus pour des pacotilles, mais pour un vrai engagement.



ylvie 57 ans

Un idéal.

Mon adolescence s'est déroulée à une autre époque, pour moi lointaine. Les personnes que je rencontrais, avec qui je passais mes journées, étaient des jeunes qui me ressemblaient. Des jeunes issus du milieu rural et qui suivaient des études, qui s'ouvraient sur le monde. Nous étions happés par les idées des années soixante-huit. Nous allions transformer le monde, nous allions bâtir une société parfaite, harmonieuse. Nous défendions un idéal universel. Les adolescents des années deux mille ont-ils, eux aussi, en eux, un idéal à défendre ?



Michelle 60 ans

Rajeunir.

Au moment de mon adolescence, j'étais vieille. Dans le sens où je n'étais pas du tout à l'aise, où j'étais très complexée, même si à l'école j'obtenais plutôt de bons résultats. Enfin pas toujours, car si je connaissais la réponse à une question, je n'osais pas toujours répondre au professeur. Et puis, je n'ai pas bien supporté la pension chez les sœurs, souvent trop sévères, trop rigoureuses. Sans oublier qu'à cette époque il n'était pas envisageable de parler de sujets qui pouvaient nous intéresser, la sexualité, les copains, les sentiments... Maintenant, à soixante ans, je me sens vraiment adolescente : je suis très sociable, bien dans mon métier, je fais des choses qui me passionnent. Pour moi, devenir adulte consiste à passer de vieille à adolescente, en somme rajeunir !



Remerciements

Un grand merci à nos témoins d'un jour... qui se sont pressés à la table de Loïc Choneau pour narrer une « tranche de leur vie » : leur adolescence, avec simplicité, enthousiasme et pudeur.

Nous espérons que ces témoignages, rendus anonymes, pour le respect de la sphère privée, vous auront touchés autant que nous et vous inviteront à poursuivre les échanges, au-delà de ces semaines d'information sur la santé mentale de 2015 consacrées à l'adolescence.

Un grand merci également à toutes les personnes, professionnelles et bénévoles, qui se sont investies dans l'animation et l'organisation de cette belle journée consacrée à la santé mentale.

Quidam: un théâtre pour chacun

La Compagnie de théâtre Quidam a été créée en 2005 avec la volonté de développer un théâtre de proximité, qui traite de la vie quotidienne de chacun et de chacune d'entre nous, une « poétique d'aujourd'hui ». Les contenus et les formes de nos différents spectacles répondent à cette orientation. Ils s'adressent tant aux enfants qu'aux adultes par la diversité des pièces de théâtre.

Depuis, différentes prestations théâtrales ont été adaptées aux événements des entreprises, associations, municipalités avec les Poésies Soufflées et Les Guides à Valeur Ajoutée.



