



Pendant l'adolescence, les expériences de vie peuvent devenir des troubles mentaux. Nous parlons alors de psychopathologies, dont les conséquences peuvent se révéler graves. L'UNIL et l'EPFL proposent une formation afin de savoir les reconnaître et agir face au phénomène. TEXTE MARION DE VEVEY

« **J**’aide de la peine à mettre *crise* et *adolescence* ensemble. Celle-ci n'est pas une crise, mais une période de vie. » Pour Marco Armando, médecin au Département de psychiatrie du CHUV et professeur à l'UNIL, l'adolescence est nécessaire pour le développement psychologique.

Au fil des années, chaque être humain a besoin de se séparer de sa longue dépendance aux rôles modèles afin de devenir lui-même: autonome et avec une identité propre. Il doit aussi développer ses capaci-

ter à des échecs. À condition que leur parcours ne soit pas trop accidenté, cela leur permettra de bien fonctionner à l'âge adulte. »

Mais comment distinguer une simple crise passagère d'un réel trouble psychologique? Selon l'OMS, un jeune âgé de 10 à 19 ans sur sept est atteint d'un trouble mental, tel que l'anxiété, la dépression, les troubles de la personnalité ou alimentaires. Ensemble, les psychopathologies engendrent 13% de la morbidité mondiale dans cette tranche d'âge, notamment par le suicide, qui est la quatrième cause de décès chez les

Une formation est conçue par l'UNIL et l'EPFL pour les adultes travaillant avec des jeunes afin de leur donner les clés pour agir et réagir.



Un ensemble théorique, pratique et multidisciplinaire : médecins, psychologues, éducateurs, juges... Chaque perspective amène un regard différent sur les dynamiques en jeu. Ce cursus, qui se déroule, les 7, 8, 28 et 29 novembre 2022, abordera entre autres les thèmes de l'anxiété, du refus scolaire, du harcèlement, du suicide et des addictions.

Un avenir agréable

Comment bien accompagner des adolescents? Marco Armando propose de montrer aux jeunes que nous avons envie de construire un avenir agréable. « Tout change rapidement au XXI^e siècle. Nous ne pouvons pas faire comme nos grands-parents en affirmant que les choses sont comme ça, un point c'est tout. Nous nous devons d'avoir des réflexions construites avec les adolescents », dit-il avant de rajouter: « mais n'oublions quand-même pas notre rôle de modèle. Il faut trouver un équilibre. » Quant aux comportements à risque, rester à l'écoute, questionner, et s'adresser à des professionnels en cas de doute. 

formation-continue-unil-epfl.ch/formation/adolescence-psychopathologie

tés sociales et trouver sa place dans la société. Cette évolution est aussi biologique, avec notamment la maturation de son cerveau, qui termine seulement à l'âge adulte. Le dernier à mûrir est le cortex préfrontal, responsable entre autres de la planification et du raisonnement déductif. Avant ce développement, les jeunes sous-évaluent parfois les conséquences de leurs actes sur le long terme, au profit du risque.

Faire des expériences

Marco Armando explique que cette maturation tardive du cerveau n'est pas hasardeuse: « Il est important pour les adolescents de ne pas avoir peur de faire des expériences, de prendre des risques et de se confron-

15-19 ans. Comment ne pas passer à côté du moment charnière où le simple stress de passer un examen de maths se transforme en *burn out*?

« Il existe des critères diagnostiques précis qui donnent une définition claire de chaque psychopathologie. Pour nous, la difficulté surgit lorsqu'un individu montre une trajectoire qui peut tendre vers un trouble sans en atteindre encore les critères », continue le médecin. Puisque la période d'adolescence est très plastique, tout peut changer très rapidement. Il n'est pas toujours facile de savoir comment agir face à des jeunes qui s'approcheraient du risque de pathologie et dont le comportement pourrait faire pencher la balance d'un côté ou de l'autre.