

Les jeunes adultes aujourd'hui Reflexions d'une psychologue

I. Qu'y a t il de nouveau ?

On est en plein dans ce qu'un sociologue appelle "*le bouleversement du calendrier de passage à l'âge adulte*". Les sociologues considèrent en général que cinq jalons marquent l'entrée dans l'âge adulte : fin des études, départ du foyer familial, autonomie financière, mariage et naissance du premier enfant. L'idée même de jalons est dépassée : elle implique l'existence d'un chemin tout tracé vers l'âge adulte, ce qui est plutôt rare de nos jours. Les jeunes s'acheminent, chacun à son rythme sans forcément franchir toutes les étapes, ou alors, parfois dans le désordre.

Une chose est claire en tout cas : l'entrée dans ce que l'on appelle généralement « âge adulte » se produit de plus en plus tard. Pourquoi ? Cette question fait l'objet d'intenses débats : pour certains, ce n'est qu'un épiphénomène, le résultat d'une conjonction de forces économiques et culturelles. Pour d'autres, l'allongement du chemin vers l'âge adulte est l'indice d'un processus profond, durable et peut-être mieux adapté à notre fonctionnement neurologique.

Jeffrey Jensen Arnett, professeur de psychologie à l'université Clark de Worcester, dans le Massachusetts, fait de "*la vingtaine*" une nouvelle phase de la vie, qu'il appelle "*l'âge adulte émergent*" [emerging adulthood]. Ce qui se passe aujourd'hui, explique-t-il, est semblable à ce qui s'est produit il y a un siècle, lorsque les changements socio-économiques ont conduit à la création du concept d'adolescence.

Arnett cite quelques-uns des changements qui ont conduit à l'apparition de ces "*adultes émergents*" : l'allongement de la durée des études ; la raréfaction des emplois destinés aux débutants ; l'entrée dans les mœurs du concubinage et de la contraception, retardant les projets de mariage ; le fait que les femmes soient moins pressées d'avoir des enfants parce qu'elles disposent d'un large choix de carrières et d'un accès à la procréation assistée si elles repoussent leur grossesse au-delà de l'âge où elles sont le plus fertiles.

D'après Arnett, les adultes émergents ont un profil psychologique particulier : exploration identitaire, instabilité, focalisation sur soi, sentiment d'être dans un entre-deux et une caractéristique assez poétique qu'il appelle "*le sens des possibles*". Les enjeux deviennent plus importants quand on approche de l'âge où les options tendent à se réduire et où il faut prendre des engagements pour la vie, ce qu'Arnett appelle "*l'échéance des 30 ans*". Et nous le constatons bien dans l'accompagnement de ces jeunes.

Mais alors faut-il un statut spécial aux gens de 25ans ? Si la société, et l'Eglise, décide de protéger ces jeunes ou de les traiter différemment des adultes aînés, comment peut-elle le faire

sans être autoritaire, moralisatrice, paternaliste – toutes choses que ces jeunes rejettent ? Qui plus est, certains, à 25 ans, sont mariés, avec deux enfants, bien engagés dans la vie ; d'autres vivent toujours chez leurs parents, occupent des emplois temporaires, voire ne travaillent pas.

2

Parlons un peu aussi de leurs parents qui ne s'attendent pas forcément à voir leurs enfants devenir adultes tout de suite ; ils n'en ont parfois pas très envie. Les raisons sont multiples liés à leur propre histoire, qu'ils regrettent par exemple des choix personnels pris très tôt, trop tôt, ou encore qu'ils craignent la disparition d'un lien rassurant avec leurs enfants « sur le départ ». S'ils ont été des "parents hélicoptères" – constamment en train de tourner autour de leurs enfants –, ils peuvent continuer ainsi et c'est peut-être l'une des raisons qui font que les jeunes restent dans les limbes entre l'adolescence et l'âge adulte.

Une analogie permet de mieux saisir ce que vivent ces jeunes : ils sont comme des cellules souches, celles pour qui tout est possible. Les décisions prises et les actes réalisés à cette période engagent souvent dans la durée. C'est un moment où se construisent un savoir essentiel et l'entrée dans la vie professionnelle, où les rencontres seront déterminantes, parfois avec leur futur conjoint, des amis qu'ils conserveront plus tard.

Alors faut-il les laisser prendre leur temps, flâner – ou même de les encourager à le faire – avant de se ranger ? Il est facile d'en voir les avantages. L'âge adulte et les obligations qu'il implique arriveront bien assez tôt... Prendre ce temps permettrait peut-être de mieux discerner avant de s'engager pour de bon... Mais si le processus d'installation dans la vie des adultes émergents traîne en longueur, les conséquences, y compris pour l'entourage peuvent être lourdes. Les parents doivent aider à payer des factures imprévues la société elle-même manque alors de jeunes pour contribuer à son organisation et sa croissance. Avec en bémol le fait que la crise, la récession rend la confrontation au marché du travail particulièrement difficile pour cette classe d'âge. Nous vivons une époque nouvelle concernant cette age, ou génération, et ne savons s'il faut laisser ces jeunes prendre ce temps de questionnement, d'exploration des possibles, ou leur couper les vivres et leur dire de trouver quelque chose, n'importe quoi, pour faire bouillir la marmite et se mettre au boulot.

II. Qui sont ces jeunes adultes ?

En limina, je voudrais insister sur le fait que le jeune adulte type n'existe pas. C'est l'écoute, la prise en charge psychothérapeutique ou l'accompagnement de jeunes adultes aux histoires singulières qui vient nourrir ce que j'apporte ici.

1. Leur horizon

Un point sur ce qui fait le cadre de vie, ou l'horizon des jeunes que je rencontre :

- d'abord la vie professionnelle et son instabilité, la difficulté d'y trouver sa place, le manque de visibilité, la disparition de la notion de métier. On ne s'inscrit pas dans la durée, dans un

lieu, dans un type de métier ou de fonction, ; il faut, il faudra, souplesse, flexibilité, mobilité – géographique ou pas ;

3

- la vie affective, faite d'incertitudes et libertés nouvelles. « Tout est possible, mais tout n'est pas profitable », ce qui s'expérimente parfois dans la chair. Et si cela constate leur propre affinités, amitiés, relations amoureuses, force est de constater une souffrance particulièrement forte quand les parents de ces jeunes pourtant plus si jeunes, se séparent.

- il ne faudrait pas oublier de mentionner les « fantasmes » ou élaborations imaginaires d'un monde où tout serait meilleur : l'idéalisation est forte, parfois du passé – un passé qu'ils n'ont pas connu, et qui, sans doute n'a jamais existé – nostalgie qui se traduit dans des crispations et la recherche de lieux où consolider une identité, ou dans la fuite en avant. A cela se heurte la confrontation parfois douloureuse avec un réel qui ne laisse pas de place au rêve, aux remises en causes qui peuvent affecter toutes les dimensions de l'être.

2. Leurs bagages

Ces jeunes, chacun de ces jeunes, prend place dans le monde avec un héritage, fait de son passé, et parfois sur plusieurs générations.

On y trouve la vie de l'enfance et de la jeunesse, un paradis perdu pour certains, un parcours déjà riche d'expériences y compris affectives, qui pour certains laissent des blessures fortes (relations et questionnement sur l'identité sexuelle homo /hétéro, relations non consenties etc. jusqu'à la maltraitance et le harcèlement...)

A cela faut-il ajouter la place de générations précédentes, à commencer par le couple parental, qu'il soit ou non toujours en couple l'éducation reçue, les secrets et difficultés du parcours, comme les éléments plus structurants, et la capacité à se trouver aujourd'hui à une distance la plus juste possible

J'ajoute, enfin, car cela fait partie des bagages, l'insertion dans le tissu social, à commencer par la vie à l'école, la manière d'avoir été, ou pas, inséré dans un système scolaire pas toujours adapté, qui peut produire du malaise, ou de la confiance selon ce qui aura été vécu.

Bref dans ces bagages figurent les ressorts de bases incertaines ou plus sûres, des fragilités et richesses de la construction de son identité.

3. Leur présent

Les jeunes dont il est question ont vingt, vingt-cinq, vingt-huit ans, pas encore trente... c'est l'âge de l'autonomie, des premiers pas dans le monde adulte. L'âge des nostalgies aussi, pour qui regrette sa jeunesse, un temps qui présente beaucoup d'attraits quand on s'adresse à la « norme » : santé physique, apparence du corps, capacité énergétique et intellectuelle, tout tend vers son apogée. Le jeune adulte s'aventure dans un mode de vie, un type de travail, dans une vie de couple, et choisit, en toute liberté enfin, ses amis, ses loisirs, ses engagements.

Pourtant se cachent souvent beaucoup d'incertitudes et d'insécurité. Les tâches développementales de l'adolescence ne sont pas toujours achevées ou intégrées.

4

La notion de liberté par rapport aux parents demeure souvent bien relative – avec des effets bénéfiques mais aussi plus difficiles. Une entrée dans la vie professionnelle, certes, mais pas toujours dans un travail choisi.

Si les capacités d'assumer des responsabilités d'adulte sont présentes, il ne faut pas oublier l'aspect nouveauté, ni celui de l'adaptation, de l'accommodation, au sens piagétien, où face à une nouvelle situation il faut trouver sa place et sa façon d'y vivre. Bref, si toutes les ressources sont là, l'expérience reste à construire, les valeurs à assumer.

En effet, c'est souvent à ce moment que s'effectue une prise de conscience essentielle, que nous sommes l'artisan responsable de notre vie, ce qui peut être passionnant, mais aussi renvoyer à une solitude existentielle.

L'adolescence a permis de se faire une idée de nous-mêmes, de s'approprier en partie, des valeurs, de construire des idéaux, de reconnaître notre identité, et parfois ses limites. Puis vient le temps de l'engagement, de la réalisation de projets ou de rêves élaborés en ces temps là. Ou de leur ajustement à sa réalité.

On voit bien que la manière dont cette construction s'est faite va influencer sur la capacité à s'engager. Certains auront construit une véritable autonomie – ce qui ne s'oppose pas forcément à la dépendance mutuelle – et auront les outils pour trouver leur voie face aux choix à faire ; plus souvent l'autonomie reste à construire, au travers des premiers choix, et d'un retour sur ces expériences, avec une bonne distance et un peu d'humour les choses trouvent leur place. Mais parfois les difficultés sont telles qu'un véritable travail est nécessaire, éventuellement accompagné par un professionnel pour retrouver le chemin de cette capacité à vivre seul – et alors avec d'autres.

En effet, nous le savons, l'intimité avec une autre personne exige de supporter l'intimité avec soi-même, c'est-à-dire la capacité de supporter, un temps, la solitude sans se sentir menacé. Une personne équilibrée peut vivre sans angoisse des moments de solitude, et même accepter le fait qu'il y a toujours un domaine très personnel, très intime, incommunicable. Et alors l'on peut s'abandonner, sans craindre de se perdre, dans un acte de confiance qui permet un partage où on ne perd pas son identité, mais où on laisse tomber le masque.

Cela concerne la relation de couple, où l'intimité inclut l'intimité sexuelle, mais n'est pas restreinte à cette dimension. De même, l'amitié peut être une relation privilégiée où on peut ressentir la profondeur d'un lien intime. L'intimité véritable débouche, avec le temps, sur une relation forte qui peut s'ouvrir à des projets de vie plus larges, sociaux aussi bien que familiaux.

Si, par contre, l'autonomie personnelle est difficile, la véritable relation intime est compromise car vécue comme menaçante. De peur de se perdre, la personne refuse, plus ou moins consciemment de s'abandonner. L'intimité devient alors une sorte de présence fusionnelle, qui appauvrit et débouche sur une dépendance excessive. Le contraire de l'intimité est l'isolement, très différent de la solitude..., l'isolement c'est ou bien l'absorption dans l'autre et perte de soi, décrit plus haut, ou la fuite, qui est fermeture de soi, tout deux risqués à démasquer – dans la douceur.

L'harmonie n'est donc pas gratuite mais souvent le fruit d'un travail, de la reconnaissance de limites, et du consentement à vivre avec. L'émancipation, l'autonomie, les choix professionnels, l'amour, le mariage, le désir d'enfant, les amis, le célibat, les loisirs, les nouvelles responsabilités, tout cela repose sur des remises en question nombreuses et nécessaires. Finalement, le début de la vingtaine n'est pas si facile, malgré tous ses aspects positifs. Avec le temps, la personne s'enracinera davantage dans la vie, dans sa vie.

5

III. Quelques remarques

1. Les jeunes cathos.

Nos manifestations en France sur la question du mariage et de la famille montrent bien que nous sommes sur des lignes de fractures de conception anthropologique au regard de ce que la société française nous propose. Comment alors être de son temps et tenir un discours en décalage ?

Cette question habite toutes les générations mais concerne particulièrement celles des jeunes adultes dont nous parlons, car elle affecte très précisément leur avenir, leurs choix personnels, et ce à un moment où se cristallise cette construction identitaire. Le risque est véritable de choisir un repli identitaire. Comment alors permettre des lieux de débat, de réflexion, de formation, lieux ouverts, où les questions s'abordent sans tabou, dans le respect des intimités ?

2. La difficulté de devenir adulte.

On vient de dire qu'être marié, avoir un travail, être indépendant financièrement, cela ne définit pas l'âge adulte, qu'aujourd'hui plus qu'hier, l'on peut entrer dans l'âge adulte sans devenir adulte. En 1898, le politique Léon Bourgeois disait : « Un adulte, c'est un père de famille, un soldat, un citoyen » – ce qui excluait d'ailleurs les femmes ! Ces rôles se sont effacés. La maturité se conçoit non plus comme un accomplissement mais comme un épanouissement permanent.

Une réaction très fréquente quand la tâche semble trop lourde est l'évitement. Ainsi le jeune adulte peut éviter de « devenir adulte », ou pour le dire en des mots simples : plutôt que de dire « je ne peux pas » (car j'ai peur, je ne me sens pas assez fort, je suis blessé, fatigué...) on dira « je ne veux pas » – ce qui permet de donner l'illusion de l'autonomie, l'indépendance etc.

Conclusion : accompagner ces jeunes en Eglise

La question d'une présence et d'un accompagnant spécifique de ces adultes émergents se pose à la société et à l'Eglise. Quel serait alors la figure de cet accompagnement notamment en Eglise ?

Certainement pas en dénonçant immédiatement l'évitement que l'on constate parfois chez ceux qui semblent tarder à s'engager dans l'âge adulte – tel que nous le percevons. Car, nous l'avons dit, cette attitude est bien souvent une défense, un moyen trouvé pour faire face.

6

Les groupes de jeunes adultes, « jeunes actifs », « jeunes pros », fleurissent où se retrouvent régulièrement ou plus ponctuellement ces jeunes adultes. Ce sont des lieux où chacun peut avancer, élaborer sa recherche personnelle et créer des relations d'amitié et d'intimité, à condition que l'identité du groupe ne prenne le devant sur les identités singulières de ceux qui le constituent.

Notons aussi que de, par leur nature, ces groupes peuvent accueillir, et donner réconfort, à bien des blessés de l'existence, ou encore à des jeunes adultes en recherche de repères pour construire ce chemin du « devenir adulte ». Il appartient aux responsables de savoir proposer d'autres formes de soutien ou d'aide, y compris psychologique car le risque existe de se penser capable de prendre en charge les difficultés des uns et des autres, - souvent nourri par une grande générosité – et de se trouver en difficulté ou de mettre ces personnes en danger.

Enfin, ces groupes sont-ils des lieux refuge où on vient se mettre à l'abri, trouver des gens un peu comme soi, se conforter et se ressourcer? Ou bien des lieux d'ouverture au monde et aux questions qui le traversent, qui invitent à inventer sa vie ?

Un peu des deux assurément ! Car le repli est parfois nécessaire pour reprendre confiance, et se sentir moins seul - mais ne peut devenir refus du monde qui est le notre. De même l'ouverture et la présence au monde qui sont des exigences évangéliques mais sans perdre la boussole qui oriente et donne sens à son existence.