

Comment les adolescents pris aujourd'hui dans la virtualité des mondes numériques peuvent-ils encore *Grandir, se construire et partir* ?

Ce livre envisage les questions universelles liées à la traversée adolescente et les connecte aux mondes virtuels, surfaces de construction de soi et de quête identitaire. L'attractivité des ados pour ces espaces répond aux métamorphoses à l'œuvre : transformation du corps, image de soi, quête identitaire, travail de séparation et d'individuation, éveil de la sexualité...

La place de l'adulte est bien de faire le pont entre l'adolescence et les mondes virtuels afin d'en entendre l'appropriation singulière de ces objets culturels.

Garder une certaine pointe de ringardise, marquant symboliquement l'écart générationnel, renforce notre position d'appui pour entendre et accompagner les adolescents dans les usages émancipateurs du web et aussi dans ses côtés plus sombres : pornographie, cyberharcèlement, violence de l'image...

Xanthie Vlachopoulou est psychologue clinicienne, docteure en psychologie clinique et psychopathologie (psychopathologie psychanalytique des réalités virtuelles). Ses travaux portent principalement sur les enjeux de la rencontre du processus adolescent et du virtuel technoscientifique. Elle est membre fondateur de l'Institut du Virtuel. Elle est l'auteure de nombreux articles et livres dont « Psychologie des écrans » avec Sylvain Missonnier, Presses Universitaires de France, 2019.

yapaka.be

Coordination de la prévention
de la maltraitance
Secrétariat général
Fédération Wallonie-Bruxelles
de Belgique
Bd Léopold II, 44 – 1080 Bruxelles
yapaka@yapaka.be



L'ADOLESCENCE À L'ÈRE DU VIRTUEL

XANTHIE VLACHOPOULOU

132 yapaka.be

LECTURES

TEMPS D'ARRÊT

L'ADOLESCENCE À L'ÈRE DU VIRTUEL

Xanthie Vlachopoulou

yapaka.be

L'adolescence à l'ère du virtuel

Xanthie Vlachopoulou

Une collection de textes courts destinés aux professionnels en lien direct avec les familles. Une invitation à marquer une pause dans la course du quotidien, à partager des lectures en équipe, à prolonger la réflexion par d'autres textes. – 8 parutions par an.

Directrice de collection : Claire-Anne Sevrin assistée de Diane Huppert ainsi que de Meggy Allo, Laurane Beaudelot, Philippe Dufromont, Audrey Heine et Habiba Mekrom.

Le programme yapaka

Fruit de la collaboration entre plusieurs administrations de la Communauté française de Belgique (Administration générale de l'Enseignement, Administration générale de l'Aide à la Jeunesse, Administration générale des Maisons de Justice, Administration générale du Sport, Administration générale de la Culture et ONE), la collection « Temps d'Arrêt / Lectures » est un élément du programme de prévention de la maltraitance yapaka.be

Comité de projets : Mathieu Blairon, Nicole Bruhwylter, Louise Cordemans, Olivier Courtin, Jean-Marie Delcommune, Anne-Marie Dieu, Marleine Dupuis, Ingrid Godeau, Françoise Guillaume, Pascale Gustin, Françoise Hoornaert, Farah Merzguioui, Raphaël Noiset, Jessica Segers, Nathalie Van Cauwenberghe, Françoise Verheyen.

Comité directeur : Frédéric Delcor, Freddy Cabaraux, Valérie Devis, Annie Devos, Lise-Anne Hanse, Alain Laitat, Raphaël Noiset, Benoit Parmentier.

Une initiative de la Fédération Wallonie-Bruxelles de Belgique.

Éditeur responsable : Frédéric Delcor – Fédération Wallonie-Bruxelles de Belgique – 44, boulevard Léopold II – 1080 Bruxelles.
Mai 2022

Être adolescent à l'ère du numérique	8
Adolescence 2.0	8
Corps pubère vs corps virtuel	9
Image de soi vs image pixellisée	12
On est bien ensemble !	14
Partir vs rester connecté	16
Adolescence et le côté obscur du Net	20
Sexualité et pornographie	20
Violence de l'image	24
Cyberharcèlement	26
Addiction : la rencontre passionnelle	28
Culture adolescente et processus créatif	35
Objet culturel partagé	35
Médiations numériques	38
Soigner par le virtuel	42
Pratique des médiations numériques : quelques illustrations	45
Adolescence en temps de pandémie	
#on reste à la maison	49
Confinement (seul ensemble)	49
Jamais seul dans le virtuel	50
Classes virtuelles	52
Éducateurs de rue 2.0 et psys en ligne	54
Être adolescent en temps de pandémie	57
Conclusion	60
Bibliographie	62

« Comment on se donnait rendez-vous sans téléphone portable ? » se demandent des adolescents pour qui cet outil est souvent vécu comme un prolongement de leur bras. Les adolescents d'aujourd'hui peinent à se représenter le monde prénumérique, tellement leur mode de vie est « hyperconnecté » et les écrans omniprésents. Face à eux, les adultes, qui ont connu l'époque prénumérique, se trouvent eux-mêmes plongés dans les mondes virtuels et s'adaptent avec plus ou moins de succès à la prolifération des écrans et de leurs usages dans tous les domaines de leur vie. En effet, il est rare de nos jours qu'un adulte n'ait pas besoin de passer par les nouvelles technologies pour son travail ; les services administratifs se sont aussi modernisés et le papier se fait rare dans la plupart des démarches. Les loisirs n'y échappent pas : on réserve sa place de cinéma sur Internet, on achète un ticket coupe-file pour une exposition, sans oublier tous les loisirs qui se pratiquent directement sur écran et la passion des adultes pour les réseaux sociaux et le téléphone intelligent, le smartphone, qui ne les quitte plus.

La pandémie de Covid-19 n'a fait que confirmer la puissance du digital avec les achats et livraisons de courses qui se font de façon privilégiée sur internet, les cours en ligne pour les élèves et étudiants et, bien sûr, le télétravail avec sa ribambelle de réunions en visioconférence. Le virtuel s'immisce dans chaque coin et recoin de notre vie, pour le meilleur et pour le pire, et encore plus en temps de pandémie mondiale.

Naturellement, quand on s'intéresse à l'humain, que ce soit dans notre travail d'éduquer, de soigner ou en tant qu'intervenant dans le domaine du social et de la culture, on ne peut, hélas, plus faire abstraction de cette nouvelle

donne, d'autant plus qu'on est soi-même concerné en tant que personne et en tant que professionnel par ces usages.

Avec la prolifération des écrans, on se trouve « devant un nouveau fond, une perspective inédite »¹, par rapport à laquelle nous manquons de repères ou du moins nous avons cette impression. Certes, la part de nouveauté est importante, mais tout n'est pas nouveau pour autant. Une réflexion qui situe le virtuel dans sa continuité historique et anthropologique peut nous aider à y voir plus clair.

Dans le dialogue *Phèdre* de Platon, nous retrouvons à propos de l'écriture un enjeu proche de nos préoccupations actuelles sur le virtuel. Theuth parla de cette invention à Thamus, roi d'Égypte, afin que ce dernier donne son avis : « Voici, ô Roi, dit Theuth, une connaissance (*mathema*) qui aura pour effet de rendre les Égyptiens plus instruits (*sophôterous*) et plus capables de se remémorer (*mnemonikôterous*) : mémoire (*mnêmè*) aussi bien qu'instruction (*sophia*) ont trouvé leur remède (*pharmakon*) »². Le roi lui répond que c'est là qu'il cache également son poison (*pharmakon*), un supplément dangereux qui affaiblit ce qu'il est supposé affermir.

Dans la langue grecque, le terme « jarmakon » (*pharmakon*) signifie le remède, racine que nous retrouvons dans différents mots comme pharmaceutique, pharmacie et autres. Cependant, son usage d'origine contient un principe de quantité qui nuance cet aspect bénéfique, la dose attribuée pouvant le faire basculer du côté du poison. Cette dérive du *pharmakon*, cette limite fragile entre remède et poison résidant dans ce terme peut nous renvoyer à la question de l'introduction des techniques dans nos vies.

Le virtuel technoscientifique est rentré dans la vie quotidienne devenant progressivement indispensable. Le but des inventions humaines – techniques et machines

– étant de pallier un manque, il crée une dépendance à la hauteur de l'efficacité proposée. Le gain et la perte qui s'ensuivent sont difficilement perçus d'avance.

Ceci est d'autant plus vrai pour les nouvelles technologies de l'information et de la communication, qui questionnent leur vocation initiale indiquée par leur appellation. J. Derrida (1968) insiste sur l'idée que le terme *pharmakon* contient en lui le paradoxe, le remède et le poison, la vie et la mort. Il existe un moment où « ce qui est censé produire le positif et annuler le négatif ne fait que déplacer et à la fois multiplier les effets du négatif, conduisant à prolifération le manque qui fut sa cause »³.

Autant l'écriture a comme vocation première de se voir confier le « *logos* », autant les nouvelles techniques trouvent des applications qui se déclinent à l'infini. Ce ne sont pas les mondes virtuels, mais l'usage qu'en fait l'humain qui doit attirer la réflexion ; d'ailleurs, ceci est vrai pour l'écriture également.

C'est dans cette perspective alors que nous allons explorer les mondes virtuels dans leur rencontre avec les adolescents. Il s'agit d'un phénomène particulier dans lequel on se trouve sollicité en tant que personne et jusque dans sa pratique.

En se dégageant du poids de la polémique, qui place le virtuel technoscientifique devant un choix manichéen, c'est ainsi que l'on peut penser ces nouvelles pratiques. En s'intéressant au rapport intime entre l'individu et sa rencontre avec le virtuel, qui lui est offerte par l'évolution technologique, une réflexion peut commencer en essayant de considérer ses répercussions dans l'économie psychique des jeunes.

Les moments de métamorphose importants dans le monde ont forcément un impact sur les humains, leurs habitudes, leurs relations et même sur leur développement. Dans cet ouvrage, nous allons essentiellement cibler les adolescents et l'impact du virtuel dans leurs vies et dans leur chemin vers le devenir adulte.

1. P. Lévy, *La machine univers. Création, cognition et culture informatique*, Paris, Éditions la Découverte, 1987, p. 7.
2. J. Derrida, *La pharmacie de Platon. La dissémination*, 1968, pp. 77-213, Paris, Éditions du Seuil, 1972, pp. 119-120.

3. J. Derrida, (1968), *La pharmacie de Platon. La dissémination*, 1968, pp. 77-213, Paris, Éditions du Seuil, 1972, p. 124.

Être adolescent à l'ère du numérique

Adolescence 2.0

Devenir adulte est un parcours, un processus. La puberté sonne souvent le point de départ avec ses modifications corporelles, qui signent la maturation sexuelle. La séparation d'avec les parents (parents du monde extérieur), nécessaire pour devenir adulte et accéder à la subjectivation, est induite par l'impératif auquel l'adolescent est confronté : se détacher de ses imagos parentales (parents du monde intérieur). Mais cette tâche ne s'annonce pas facile, car il faut abandonner des objets d'investissement, les perdre, et donc faire leur deuil avec toute la souffrance que cela implique. Et surtout, comment faire le deuil des personnes qui sont souvent encore vivantes et qui, la plupart du temps, partagent le même espace de vie que le jeune ? L'adolescent va se trouver dans une situation compliquée. Il est partagé entre le désir de grandir/partir et celui de rester enfant.

La (re)mise en œuvre du processus de séparation s'accompagne de sentiments de délaissement. L'adolescence va fonctionner comme un après-coup et révéler des failles existant dans la petite enfance, notamment sur le plan narcissique.

La puberté réactive la problématique œdipienne, qui conduit à la problématique de séparation. Par conséquent, cette période nécessite une grande mobilisation psychique pour traiter ces différentes problématiques. La crise d'adolescence serait l'indice extérieur de la mise en place des remaniements internes. Ces remaniements vont remettre en cause l'organisation antérieure.

Le processus d'adolescence induit un équilibre fragile ; des difficultés, voire des impasses, peuvent se présen-

ter à tout moment. M. et M.-A. Laufer (1989) appellent *break-down*, cassure du développement, les obstacles rencontrés. Parfois, les contraintes sont trop importantes pour être élaborées psychiquement sous le poids de l'après-coup, indice de difficultés antérieures. Les jeunes se trouvent dans une souffrance contre laquelle ils cherchent des solutions.

Sortir du processus adolescent, accomplir le travail de devenir adulte n'est pas déterminé d'avance et la sortie de l'adolescence n'est pas d'ordre chronologique, mais psychique.

Dans cette partie, nous allons nous intéresser à la rencontre entre les adolescents ordinaires et les mondes virtuels. Les différentes problématiques qui sont au cœur du processus adolescent vont être mises en lien avec ce que les mondes virtuels ont à proposer, expliquant à la fois cette rencontre souvent passionnelle, mais aussi laissant deviner la tentation de l'excès et l'addiction.

Corps pubère vs corps virtuel

L'adolescence commence avec l'arrivée des transformations corporelles, parfois si brusques que le jeune peine à maintenir dans son esprit une image de lui constante et assurée, tant l'unité et la cohésion de ce corps lui échappent.

Ce vécu peut nous rappeler la mésaventure de Gregor Samsa, dans le célèbre roman de Fr. Kafka (1915), qui « se réveilla un matin après des rêves agités, il se trouva métamorphosé, dans son lit, en un monstrueux insecte »⁴. Dans la métaphore de cette transformation du protagoniste, nous retrouvons ce vécu d'étrangeté face à un corps à peine reconnaissable, et qui évolue sans se soucier de l'harmonie : « ses nombreuses pattes, pitoyablement minces en comparaison de la taille qu'il avait par ailleurs »⁵. Observateur passif et impuissant de ce corps changeant, l'adolescent doit négocier avec l'idée

4. Fr. Kafka, *La métamorphose, suivi de Un artiste du jeune*, Paris, Belfrage International, 1996 (1^{re} éd. 1915), p. 17.

5. *Ibid.*

de l'irréversible de ce changement et faire ses adieux au corps d'enfant pour céder la place à l'adulte futur.

Face à ce corps méconnaissable, et l'inquiétude que cela peut susciter en lui, qu'est-ce que peut trouver le jeune dans les mondes virtuels ?

Nombreuses sont les possibilités offertes par ces mondes, face à la question centrale de la transformation corporelle, à commencer par l'avatar qui s'y prête pour « jouer » avec l'image de son corps.

Dans de nombreux jeux vidéo, mais aussi dans d'autres espaces de la Toile, l'avatar détient une place centrale. Avant toute autre action dans certains jeux vidéo et applications, la personne doit créer son avatar, qui sera désormais sa représentation pixellisée dans cet univers virtuel.

Les selfies peuvent aussi permettre aux jeunes de se dévoiler, tout en maintenant la possibilité de cacher ce qu'ils souhaitent, se transformer à volonté, montrer une image idéalisée ou désidéalisée d'eux-mêmes. Il n'est pas rare que les jeunes soient aussi tentés par les filtres à la fois pour s'embellir et satisfaire des enjeux narcissiques, mais aussi de se transformer de manière monstrueuse, le négatif de cette idéalisation et aussi une façon de mettre en scène quelque chose du vécu de l'inquiétant de la transformation adolescente.

Jouer avec son apparence, et surtout avoir l'impression de maîtrise de celle-ci, peut alors s'avérer intéressant pour un jeune qui se trouve lui-même transformé, sans possibilité de contrôler ce nouveau corps qui lui est attribué.

Au-delà de l'avatar et de la projection possible du joueur envers son personnage du jeu, les mondes virtuels peuvent offrir également un refuge aux jeunes, qui, mal dans leur peau, souhaitent, d'une certaine façon, se cacher.

Par écran interposé, les boutons d'acné, par exemple, ou d'autres signes ingrats de la puberté peuvent être

dissimulés, oubliés le temps des aventures virtuelles. Un bénéfice secondaire, mais qui peut parfois s'avérer une motivation centrale dans ces communications à distance, réside dans le fait de pouvoir aller vers la rencontre à l'autre, dégagé d'un corps, d'une apparence, qui n'est pas encore suffisamment accepté et assumé par le jeune.

Maxime, 15 ans, illustre bien avec ses propos l'importance du corps dans son investissement des mondes virtuels. Il nous dit à propos de son avatar préféré :

« C'est un Tank, c'est un homme, un archétype qui encaisse tous les dégâts, le plus résistant... et je l'ai fait très très grand, super-musclé et (rires) c'est un peu un ogre par rapport à sa corpulence. C'est un ogre, il fait deux mètres quarante, il est très très musclé... J'adore mes persos, j'ai envie qu'ils soient beaux. Et on m'a dit qu'il était moche. Alors j'ai changé tout son costume pour qu'il soit beau, alors j'ai fait un costume de gentil. Ça veut dire qu'il n'est plus noir, il n'a plus de flammes, un héros masqué comme on voit superman... Donc, il a plein de muscles. Après c'est un homme comme tous les autres. Avec un casque... vous avez déjà vu un casque de pompier quand ils sont refermés, même comme les casques des cosmonautes, quand on regarde de l'extérieur on voit rien, c'est un miroir, mais en fait, de l'intérieur, on voit tout. Ça me permettait de cacher mon identité pour garder un côté mystérieux, parce que moi, dans le jeu, je bavarde beaucoup, donc voilà, c'est un casque comme ça. Il est orange et jaune. Il a une ceinture en médaillon. Il a des grandes bottes renforcées, parce qu'il va être au milieu de la bataille, donc, il faut pas que ça casse. Et le plus important... ça colle avec les pouvoirs, c'est de l'énergie et il a des gros gants énormes. C'est des gants énergiques. C'est pour impressionner. »

Son avatar vient contraster avec l'image d'un jeune homme très mince, avec une voix douce et dont le corps d'enfant est encore bien plus présent que celui d'adulte en apparence.

Image de soi vs image pixellisée

Se construire, bâtir son identité, c'est un travail qui commence dès la naissance et se poursuit tout au long de notre vie. Pour autant, au moment de l'adolescence, façonner sa personnalité devient un enjeu central ; dans ce passage de l'enfance à l'âge adulte, la question de la construction et de la consolidation de son être, en revendiquant son individualité, s'avère fondamentale.

Le narcissisme, « par référence au mythe de Narcisse, amour porté à l'image de soi-même »⁶ va être particulièrement mis à l'épreuve au moment de l'adolescence. Les transformations physiques et psychiques qui caractérisent le processus adolescent vont solliciter les bases narcissiques que le jeune a construites depuis l'enfance et déstabiliser l'équilibre psychique, notamment quand l'adolescent doit s'appuyer sur une image de lui déjà fragile.

Au moment de l'adolescence, les exigences du monde extérieur évoluent aussi. Dans nombreux pays, notamment en Belgique, les jeunes se préparent à un examen de fin d'études et d'entrée dans des écoles, universités ou autres lieux de formation qui vont les préparer à leur futur emploi. La pression peut être forte et les déceptions ne manquent pas, surtout quand les parents investissent les enfants d'une mission de réparation par rapport à leurs propres blessures narcissiques.

Dans les mondes virtuels, les récompenses narcissiques ne manquent pas. Le modèle économique de nombreuses applications et de nombreux jeux est même basé sur ces aspects pour attirer et fidéliser les jeunes (et moins jeunes) consommateurs.

Les réseaux sociaux, par exemple, misent sur le besoin d'être vu, admiré, « *liké* ». Poster une image de soi, attendre de voir les réactions des autres, les commentaires, le nombre de personnes qui ont vu ou qui ont « aimé », cela fait partie du quotidien de nombreux adolescents (et personnes de tout âge) sur les réseaux sociaux.

6. J. Laplanche et J.-B. Pontalis, *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris, PUF, 2002 (1re éd. 1967).

Dans le jeu vidéo, la récompense va dépendre en partie du temps investi (même si cela ne suffit pas en soi, et, selon le type de jeu, des compétences particulières peuvent être sollicitées). Les différences sociales, économiques ou d'âge des joueurs vont avoir un moindre rôle dans le fait de pouvoir réussir et avancer dans un jeu. Un adolescent d'une famille défavorisée peut se trouver chef de guilda et avoir, par exemple, sous ses ordres des jeunes cadres. Le statut que l'on peut avoir dans le jeu en ligne, le nombre d'abonnés ou de vues pour ceux qui mettent sur YouTube leurs prouesses aux jeux et bien d'autres pratiques peuvent être investis comme des tentatives de colmater des failles narcissiques réactivées par le processus adolescent.

De plus, les adolescents ont une certaine aisance plus ou moins naturelle avec l'utilisation des nouvelles technologies, ce qui les met parfois dans une position de pouvoir vis-à-vis de leurs parents, souvent moins à l'aise avec ces technologies.

Baptiste, 17 ans, nous donne, d'emblée, de par son attitude et son discours lors de nos échanges, une impression d'un besoin d'attirer l'attention et d'être en quête de valorisation. Cette dimension semble assez présente dans sa pratique du jeu où, en parlant de son avatar, il nous dit :

« On peut, par le personnage qu'on joue, montrer l'aspect qu'on préfère mettre en avant. Moi, en l'occurrence, j'aime bien me faire remarquer, donc, en l'occurrence, je joue un personnage qui est au centre de l'attention [...] qui va prendre les coups pour que les autres puissent passer derrière... mais l'attention est centrée sur mon personnage ».

Au même titre que dans la vie hors du jeu, où ses vêtements extravagants aguichent le regard, comme nous dit Baptiste :

« J'attire un tout petit peu l'attention parce que je porte des symboles particuliers et ça me fait plaisir qu'on les reconnaît, en tant que superhéros dans le jeu... J'aurais envie d'être reconnu, ça [ne] me dérangerait pas d'être

une star du rock ou de la télé... mais pas au point de tout faire pour ça. Donc c'est vrai que le jeu par rapport à ça, il me permet de mettre ça en avant. J[e]'[n]'irais pas jusqu'à faire des reality shows pour être vu du monde entier... voilà... Je m'accepte comme je suis. Je suis... c'est moi quoi. Le héros, c'est moi... si je dois faire le héros parfait, c'est moi [...] donc j[e]'[n]'ai pas d'idéal ».

On est bien ensemble !

Dans la plupart des lieux numériques, on commence par créer son espace personnel, choisir son identifiant, son mot de passe, son nom, prénom, l'image qui va nous représenter et parfois même l'avatar qu'on va incarner. L'adolescent en quête d'identité peut en choisir une nouvelle, celle de son personnage. Le choix du nom ou du prénom du personnage comporte un aspect important, car le jeune peut choisir quelque chose de son identité et ne pas se soumettre passivement au désir des parents.

Dans les mondes virtuels, tout est possible ! On peut créer une identité du même sexe ou du sexe opposé. Dans le cadre des créations d'avatar dans les jeux, souvent on offre au joueur un grand éventail de choix concernant le corps (taille, corpulence), le visage (cheveux, yeux), la race (nains, trolls), les talents (pouvoirs, habiletés) et le caractère (protecteur, espion), du personnage, des éléments tant corporels que de la personnalité renvoyant à des choix identificatoires non sans lien avec la construction de l'identité.

Ces éléments, dans la création d'un personnage ou de son identité numérique en général, peuvent être considérés, dans le cadre d'une quête identitaire, comme des tentatives de maîtrise d'éléments indispensables pour la construction de l'identité, mais sur lesquels normalement nous n'avons pas de possibilité de contrôle.

Le jeune construit son identité numérique sur les réseaux sociaux ou dans un jeu vidéo par identification aux autres. La rencontre avec un membre ou joueur expé-

rimenté, qui l'initie dans ce monde virtuel, peut être comparée à la relation des enfants avec leurs parents. Par identification, le nouveau va apprendre les règles implicites, intégrer et s'approprier les codes et arriver, lui aussi, à une position d'adulte.

Le fait de s'identifier aux autres internautes peut, comme le souligne E. Kestenberg (1962)⁷, être la traduction du fait que l'adolescent a besoin à la fois de s'identifier à ses parents ou leurs substituts, pour se sentir exister positivement et en même temps se construire comme individu autonome. Pour faire face à ce paradoxe, le jeune peut trouver une solution avec le recours à des images idéales empruntées par un groupe de pairs idéalisé, lui permettant d'intégrer, ainsi, des valeurs structurantes externes.

Sacha, 14 ans, donne tout de suite l'impression d'un investissement important de son avatar :

« Quand on crée un perso, on y réfléchit beaucoup, on lui donne un nom, c[e] [n]'est pas n'importe qui, j'y tiens. [...] Il est invulnérable, c'est un des pouvoirs qui se voit pas beaucoup, donc il reste un peu humain, il se transforme pas. J'ai gardé ça par rapport à la culture comics, le superhéros a toujours un côté humain et un côté héro, ils sont tirillés entre les deux, ils ne veulent pas se démasquer et parfois ils se transforment... comme Lois et Clark je ne sais pas si vous avez regardé... Clark, c'étaient ses lunettes qui cachaient toute son identité. Et moi, c'est pareil, je voulais qu'on voie que je suis un superhéros, sans qu'on le sache... sinon l'attaque, c'est mêlé d'énergie, ça fait des boules rouges autour de mes mains... c'est joli... dans ces jeux, il y a des archétypes qui sont plus forts que d'autres sur le papier et dans le jeu aussi et moi, sans faire exprès, je l'ai fait ce perso, il est très très fort... en fait, au fil du temps, on m'a dit qu'il est très très fort. Ça fait plaisir... ».

7. E. Kestenberg, « L'identité et l'identification chez les adolescents : problèmes théoriques et techniques », *Psychiatrie de l'enfant*, n° 5 (2), 1962, pp. 441-522.

Dans son discours, il exprime une quête relationnelle forte :

« J'ai été sur des sites et là j'ai découvert plein de monde [...] je [ne] savais pas qu'on pouvait jouer avec d'autres gens, parler, se faire des amis... donc, après j'ai été sur des forums, j'ai connu des gens, on a fait des rencontres IRL (*In Real Life* = Dans la vraie vie)... Je les connais [...] parce qu'on parle comme si on était en face, c[e] [n]'est pas parce qu'il y a l'ordi ».

En effet, même s'il exprime une petite hésitation à qualifier les compagnons de jeu comme étant des « vrais amis », Sacha montre que cette barrière entre le monde virtuel et celui hors du jeu n'est pas finalement si indéfectible que cela.

Partir vs rester connecté

Au moment de l'adolescence, la question de la séparation est centrale. Grandir, se construire en tant qu'individu autonome, devenir adulte, cela suppose de pouvoir prendre de la distance avec ses investissements d'enfant, faire ses choix, prendre du recul d'avec ce qui jusqu'à présent était accepté sans être questionné. Les parents se trouvent ainsi confrontés à des mouvements de rejet, de colère, de remise en question de leurs valeurs et sont détrônés de leur piédestal.

Le jeune cherche à se faire sa propre opinion et parfois prend un chemin à contre-courant de ce que les parents essayaient de lui transmettre. C'est un mouvement précieux à soutenir, mais qui confronte les parents à leurs propres échecs et les oblige à s'adapter et à accepter l'individu nouveau qui se présente à eux.

Cette séparation symbolique s'accompagne souvent d'une prise de distance réelle, physique. Les adolescents évitent les bisous et les câlins, ils n'acceptent pas autant qu'avant les mots doux et les petits noms, surtout en présence de leurs amis. La relation avec les parents évolue et tous les protagonistes se trouvent confrontés à une tristesse plus ou moins consciente

de la perte de la relation qu'ils avaient jusqu'à présent.

La séparation progressive va permettre aux adolescents d'investir de plus en plus les autres jeunes et d'envisager leur vie d'adulte, et même leur autonomie à venir dans un nouveau foyer qui va se construire autour d'eux.

Les résistances parentales peuvent être fortes, car cette séparation symbolise également le basculement générationnel. Les enfants devenant adultes, ils deviennent des grands-parents potentiels et s'approchent aussi symboliquement de la mort.

Les angoisses de séparation peuvent être fortes et induire des comportements d'évitement, voire des régressions avec des comportements infantiles qui resurgissent. Il n'est pas rare, et le contexte socio-économique actuel n'aide pas, de trouver des impasses de ce processus de séparation et des enfants qui vont devenir des adultes (une contraction des mots adulte et adolescent), c'est-à-dire continuer à vivre chez leurs parents à un âge avancé et dans une sorte de prolongement de la vie adolescente qui devient interminable.

Les mondes virtuels dans lesquels se plongent les jeunes sont des mondes persistants, continuant à exister et à évoluer même quand le jeune n'est pas connecté. La séparation ne survient que par le biais d'un tiers extérieur (souvent les parents), et non pas de l'objet lui-même, car *a priori* on peut rester connecté autant qu'on le souhaite, notamment avec les smartphones et les forfaits internet illimités. De plus, il est facile de contourner la séparation imposée par les parents, les jeunes ayant souvent de plus grandes habilités informatiques que leurs aînés, surtout quand ils y trouvent un intérêt personnel ; l'objet reste alors disponible et la séparation peut ainsi être évitée. Ceci renvoie à la problématique de la séparation : le jeune veut se séparer des objets parentaux, mais en même temps il entre dans une relation de dépendance à un objet extérieur qu'il peut avoir l'illusion de maîtriser. Dans les jeux vidéo, le sentiment de contrôler l'objet est très fort. L'implication des mains et de la motricité

renforce ce sentiment de maîtrise de l'objet. Il en est de même avec les réseaux sociaux où la personne peut façonner l'objet et maîtriser l'image qu'il veut renvoyer, son profil, son identité numérique.

Dans les jeux vidéo en ligne, on peut jouer sans fin. Le « game over » des jeux hors-ligne n'a pas lieu dans ce type de jeu ; ainsi, le joueur évite de se confronter à la séparation d'avec le jeu et les autres joueurs. Il peut jouer à l'infini, et même la mort de son avatar n'arrête pas le jeu ; elle a une place banale dans la plupart des jeux et le fait de ressusciter est quelque chose de très simple dans la majorité des jeux en ligne, donnant une sensation de toute-puissance, de triomphe face à la mort.

Il en est de même concernant les réseaux sociaux. Les mises à jour des informations de ses contacts ou abonnements est si régulière que cela donne l'impression qu'on peut « scroller » à l'infini, se trouvant comme hypnotisé devant son écran et toujours captivé, pris même par la peur numérique FOMO (*Fear Of Missing Of*), peur de louper quelque chose, trahissant encore la place du sentiment de maîtrise et de contrôle dans ces pratiques.

Antoine, 15 ans, ayant vécu un deuil familial douloureux, illustre de manière paradigmatique ce type de craintes : la question de la mort est un thème récurrent qui apparaît tant de manière directe, par l'évocation de la mort dans sa famille, que par de nombreuses mentions indirectes, notamment lorsqu'il parle du jeu. En parlant de son personnage par exemple, il nous dit :

« Il se met en danger pour les autres. Les autres sont derrière pour soigner. Et même si on meurt, on s'en fout, c'est qu'un jeu. »

Le jeu pourrait dans ce contexte être un espace rassurant, la mort n'ayant plus cette dimension irrévocable, et surtout les autres sont là, offrant un étayage et un soutien, comme il dit « pour soigner ». Mais, même dans sa pratique du jeu, l'angoisse de mort apparaît. Par exemple, à un moment, en évoquant l'importance d'avoir un matériel évolué, il nous dit :

« Comme c'est du temps réel, on ne peut pas faire "pause", si on doit les soigner et l'écran se bloque pendant quelques secondes, que ça revient et qu'ils sont tous morts, ils vont nous en vouloir un p'tit peu quand même. »

Puis il se met à rire en montrant un besoin de lutter contre un vécu de tristesse. Cet étayage et cette perpétuelle présence qu'offrent les mondes virtuels semblent être très investis : « quand on est ensemble, on [n']arrive plus à décrocher ». Le temps semble alors suspendu dans cet univers : « ça passe trop vite quand on est là-dedans ». La contenance de cet espace et la présence des autres joueurs sont centrales, car le vécu de solitude est vite présent : « Si je sais que je vais les voir, j'ai plus envie de me connecter que si je sais que je vais être tout seul dans le jeu... Oui, ça me préoccupe dans le sens où je sais que je vais rencontrer des gens que j'aime bien... comme dans un café, je vais éviter d'aller le jour où je sais qu'il y a personne. C'est un lieu de rencontre et quand on est ensemble on [n']arrive plus à décrocher. »

Adolescence et le côté obscur du Net

Sexualité et pornographie

À l'adolescence, la question de la sexualité est centrale ; même si elle n'est pas toujours évoquée spontanément par les adolescents, on se rend compte qu'elle occupe leur esprit, poussés par les hormones et l'excitation de la rencontre à l'autre, mais aussi par les fantasmes plus ou moins conscients qui émergent durant cette période.

L'évolution des mœurs des dernières années en Occident, notamment dans l'esprit post-1968 ont libéré les adolescents de l'interdit du sexuel qui était très présent avant la révolution sexuelle, en particulier sous le poids du religieux. Cette apparente liberté amène les jeunes vers d'autres enjeux plus profonds et intimes d'ambivalence face à cette question. La rencontre à l'autre est tout de suite chargée de cet enjeu qui, en se dégageant du poids de l'interdit, se trouve saturé par la pression de la performance. Comment se rassurer sur ses capacités sexuelles et son apparence et franchir le pas d'un rapproché corporel quand rien d'autre ne l'interdit ? Et surtout quand on ne peut pas justifier ses réticences par un interdit extérieur comme avant où il fallait rester vierge avant le mariage et qu'il pouvait être une sorte de déshonneur de ne pas respecter cela. Nombreux jeunes semblent se précipiter vers une sexualité sans se sentir suffisamment prêts, en grande partie parce qu'ils ont peur du jugement et du regard de l'autre sur le fait de ne pas être mûrs sexuellement.

Parfois, les jeunes vont se saisir des mondes virtuels pour pouvoir réintroduire une temporalité différente et ainsi mettre à distance le corps de l'autre et avancer plus délicatement vers la découverte de l'autre avant que le rapprocher corporel ne s'impose. Dans la multitude des moyens de communication utilisés, on retrouve tout un

panel de degrés de distance/présence qui vont permettre de jouer avec ce besoin de se rapprocher, tout en se sentant en sécurité derrière l'aspect non charnel de ces échanges. Du plus engageant corporellement qui serait la rencontre en présence physique des corps, à la téléconférence, à l'appel téléphonique, aux MMS, SMS et divers chats écrits, jusqu'au courriel et pourquoi pas le courrier, les jeunes vont choisir les médias par convenance pratique, mais souvent aussi en lien avec ce besoin de mise à distance. Il n'est pas rare que les choses les plus intimes soient exprimées en textuel et même en textuel différé et parfois même dans une autre langue (utilisation de l'anglais p. ex.), comme pour prendre le plus de précautions possible de mise à distance et de protection de soi. « J'ai un crush sur toi » ou « I love you » de loin contrastent parfois avec un évitement de cette même personne lorsqu'ils se retrouvent dans la même pièce.

Les images et SMS à contenu sexuel sont aussi de plus en plus répandus auprès des jeunes, peut-être aussi dans ce même mouvement de montrer l'intime de loin pour gagner du temps avant de pouvoir négocier avec l'intime de près. Il s'agit également d'une façon de s'assurer que l'autre nous désire tel qu'on est ou du moins tel qu'on se montre et ainsi se sentir moins angoissé par la rencontre physique, comme finalement l'un et l'autre sont familiarisés avec le corps de l'autre à travers les échanges virtuels. Bien sûr, ce contenu peut échapper par la suite à sa fonction initiale et devenir une arme aux mains de celui qui se trouve blessé narcissiquement ou qui, pour d'autres raisons qui correspondent à sa psychopathologie et/ou à son histoire personnelle, va vouloir les sortir de l'intimité pour les exposer publiquement sur le Net. Le *revenge porn* est en pleine expansion et affole la Toile et les professionnels qui s'occupent d'adolescents, pouvant amener les victimes de ce type de cyberharcèlement et de viol d'intimité jusqu'à une très grande détresse et un très grand désespoir. Pour autant, la pratique elle-même d'envoi de sextos ou d'images érotiques ne doit pas être jugée négativement par les professionnels. Les adolescents qui ressentent le besoin de le faire ne sont pas coupables de quelque chose et la

prévention ne doit pas être culpabilisante mais cibler efficacement les auteurs de ce type de cyberharcèlement.

Un autre aspect de la sexualité adolescente est mis à l'épreuve d'une certaine façon à l'ère du numérique, la question du fantasme et des interférences avec la pornographie. En effet, on est bien loin de la période où il fallait se procurer honteusement un magazine à caractère pornographique dans un kiosque de presse ou louer une cassette de la sélection adulte dans un vidéoclub mal fréquenté. La pornographie en ligne est venue révolutionner et démocratiser le visionnage de matériel pornographique ou érotique, dans la mesure où de milliers de sites proposent du contenu gratuit et sans devoir faire autre chose que de cliquer sur un bouton pour certifier être majeur pour y accéder.

Cette expansion de la sexualité en ligne questionne et inquiète, même si, encore une fois, les inquiétudes ne sont pas toujours situées au bon endroit. De manière caricaturale, évoquer la pornographie est quasiment toujours associé avec des propos sur la dégradation de l'image de la femme, sur les corps plastiques qui impressionnent et inhibent les jeunes, sur des fantasmes violents qui vont influencer en quelque sorte les adolescents et les transformer en quelque chose qui ne leur ressemble pas. Des idées reçues qui ne sont pas tout à fait en adéquation avec le vécu des adolescents par rapport à la pornographie, sauf la plupart du temps pour ceux qui font leur le discours ambiant des adultes qui les entourent.

La démocratisation et la prolifération des vidéos pornographiques ont transformé aussi leur public et leur contenu. Les filles revendiquent à la fois le droit à la masturbation et à une sexualité libre et décomplexée et s'autorisent aussi à consommer du matériel pornographique et même à assumer, voire, pour certaines, à revendiquer cette pratique.

Le public ayant évolué, le contenu ne peut rester identique et, finalement, les sites pornographiques sont devenus des sortes de catalogues, reflétant toutes sortes de

pratiques et intégrant des corps diversifiés et représentatifs de la réalité, loin des bimbos et des hommes avec des pénis surdimensionnés. Finalement, chacun y trouve ce qu'il souhaite et qui correspond à ses fantasmes et pas forcément l'inverse comme il est courant de le penser. La pratique en ligne permet en effet d'être actif et de pouvoir mettre ses choix en avant sans se laisser imposer un modèle de sexualité prescrit par un diktat de l'industrie du porno, surtout que les sites sont aussi alimentés par des amateurs qui, n'étant pas des professionnels du milieu, vont avoir toute liberté pour exprimer ce qu'ils souhaitent de leur sexualité à travers leurs vidéos.

Restent deux questions qui nous semblent centrales à prendre en compte dans la prise en charge des adolescents, celle de la paresse fantasmatique et celle de l'effraction par l'image à caractère sexuel.

Mettre des adolescents face à des catalogues infinis de pratiques sexuelles et de mises en scène et scénarios peut s'avérer d'une grande aide dans le début de la découverte de sa propre sexualité. Des adolescents en parlent souvent avec soulagement, notamment lorsqu'ils réalisent que certains fantasmes qui les mettent mal à l'aise et leur provoquent de la honte sont finalement très répandus et qu'il y a même des catégories dédiées sur les sites internet. Les sites peuvent alimenter aussi, voire créer des fantasmes sexuels chez les jeunes à partir du contenu visionné. Là où cela est plus questionnant, c'est quand l'adolescent devient en quelque sorte dépendant de l'image et de ce support visuel pour fantasmer, décrit comme une sorte de paresse fantasmatique par certains ; ce qui montre l'importance que prend l'image dans la vie de certains jeunes et des difficultés de fantasmatisation et de rêverie, si celle-ci n'est pas assistée.

L'effraction par l'image est aussi un aspect à ne pas négliger et peut constituer une forme de violence, car, parfois, des visionnages accidentels (pop-ups qui s'ouvrent soudainement ou téléchargements avec titre induisant en erreur) amènent vers du contenu trop excitant et en même temps effrayant pour des jeunes qui ne sont pas encore prêts psychiquement à l'accueillir.

Violence de l'image

Les mondes virtuels pullulent de contenus où la violence et la sexualité sont mises en scène (sites pornographiques, jeux vidéo de combat et bien d'autres). Ce contexte semble d'emblée, alors, s'y prêter pour accueillir l'expression de la violence pulsionnelle qui travaille le jeune de l'intérieur et qui cherche souvent à s'exprimer durant cette période dans le versant de l'agressivité et de la destruction.

La question de la violence, centrale quand nous envisageons l'adolescence, mais aussi en ce qui concerne les mondes virtuels et en particulier les jeux vidéo, semble être un élément pouvant s'avérer fondamental dans la rencontre de ces deux univers.

Or il est important d'amener quelques précisions pour éviter un raccourci réducteur entre la question de la violence et les mondes virtuels.

Souvent, un malentendu générationnel conditionne la perception de ces espaces, envisagés, alors, comme des lieux d'assouissements pulsionnels massifs, pouvant même éveiller en quelque sorte des instincts réprimés.

Dans les médias, nombreux passages à l'acte sont même d'emblée mis en lien avec une pratique de ces nouvelles techniques, et notamment des jeux vidéo qualifiés de « violents ». Or, au-delà du fait que le problème semble envisagé à l'envers, et que l'attrait, voire la fascination, pour la violence rencontre plutôt un objet venant correspondre à ces besoins, il nous paraît indispensable de clarifier la dimension de « violence » concernant ces supports.

Une étude approfondie des jeux vidéo nous amène à constater que, d'une part, tous les jeux ne proposent pas des mises en scène de combats et, d'autre part, que la « violence » n'est pas forcément là où nous l'attendons.

À titre d'exemple, les jeux d'aventure proposent le plus souvent des résolutions d'énigmes, les jeux de gestion,

de mener à bien divers projets et les jeux de simulation sportive, de pratiquer « virtuellement » un sport. Les jeux finalement, où une mise en scène de batailles est proposée, sont plutôt les jeux d'action, les jeux de stratégie et les jeux de rôle.

Cependant, le degré de réalisme, notamment dans la mise en scène de la mort, est très différent selon les catégories, et sera même spécifique à chaque jeu particulier. C'est cet aspect qui semble intéressant à avoir à l'esprit concernant la question de la violence.

Les jeux proposant un réalisme poussé au niveau des combats semblent, alors, s'avérer parfois trop excitants, voire effractants, pour des jeunes n'ayant pas encore la possibilité de faire face à des images crues, rejoignant, ainsi, le principe des conseils d'interdiction de visionnage de certains films aux enfants.

Il faut tout de même savoir que, dans la majorité des jeux, la mise en scène des combats manque de vraisemblance : ainsi, le fait d'incarner, la plupart du temps, des avatars d'une apparence de créatures hybrides peu réalistes et d'évoluer dans des mondes fantastiques d'*heroic fantasy* ou inspirés de la science-fiction ne propose pas un réalisme poussé et, ainsi, l'impact de ces images ne semble pas possiblement être effractant.

Finalement, dans ces pratiques, on a la possibilité de mettre en scène ses pulsions agressives dans ces espaces virtuels, garantissant même une certaine protection de leur expression « IRL » (*In Real Life*), comme disent les joueurs, dans la « vraie vie ». Les mondes s'y prêtent pour une mise en scène de la pression pulsionnelle, pouvant s'avérer même libératrice, en offrant une décharge possible par des actions qui demeurent, pourtant, virtuelles.

Éric, un jeune patient de 20 ans, nous a amené assez promptement des éléments autour de la question de la gestion des conflits et notamment sur ce que les mondes virtuels lui offrent à ce niveau. Il évoque authentiquement une dimension de « protection » que le jeu vidéo lui offre, il semble finalement retrouver dans

cet espace une manière d'empêcher l'expression de sa propre violence :

« Ça évite de se déplacer, on est protégé... ça doit être un des aspects les plus importants... Protégé, parce qu'on est derrière son écran, on [n']a pas les gens physiquement devant soi. Si on s'énerve, on éteint son écran et voilà on [n']en parle plus. On est dans son environnement familial... enfin, on est chez soi, on est tranquille, on éteint, on va dormir et voilà. »

Pour nuancer tout de même les aspects libérateurs de cette expression pulsionnelle numérique et pour ne pas cliver le virtuel et le réel, nous constatons aussi des glissements et des débordements violents dans les espaces numériques.

Un exemple typique est celui du déferlement de propos haineux sur les réseaux sociaux. L'illusion d'anonymat derrière son pseudonyme peut avoir un effet de désinhibition et les propos tenus par certains internautes dépassent même le cadre légal et sont passibles de poursuites pénales (menaces de mort, de viol, etc.). Des phénomènes de foule virtuels harcelant et commettant des infractions dans une sorte de déresponsabilisation collective sont aussi observés, impliquant souvent des adolescents.

Cyberharcèlement

Le harcèlement est une forme de violence-maltraitance punissable par la loi dans ses diverses manifestations : morale, physique, etc., et est souvent caractérisé par le lieu dans lequel il est advenu, par exemple, le harcèlement au travail ou à l'école.

Quand cela se passe sur le cyberspace, il est qualifié de cyberharcèlement. Mais, à la différence des autres lieux, ce type de harcèlement se propage facilement, laissant trace et poursuivant la victime de façon beaucoup plus tenace. Ses conséquences seraient plus graves que celles du harcèlement traditionnel en raison des caractéristiques particulières de ce type de violence, notam-

ment en termes de diffusion à un public beaucoup plus large et de la difficulté d'y effacer complètement la trace.

Souvent, des faits divers rapportés dans les médias témoignent de cette spirale infernale d'un harcèlement persistant.

Émilie, 16 ans, est hospitalisée en psychiatrie après avoir effectué une tentative de suicide médicamenteuse.

« C'est un cauchemar, un cauchemar même si je suis réveillée... J'ai envie de dormir et de me réveiller et qu'on me dise que c'était un mauvais rêve et que tout ça, c'est fini ! J'ai pris un somnifère, puis deux, puis j'ai arrêté de compter... je voulais juste dormir et qu'on m'oublie ! Je ne sais pas si un jour je pourrai regarder mon téléphone sans avoir peur qu'on parle encore de moi, qu'on me traite de prostituée, de fille facile... Je voudrais partir, mais il n'y a pas d'endroit où je peux laisser tout ça de côté, ça me poursuit, ça me colle à la peau. Mes parents m'ont changée de lycée, mais, malheureusement, quelqu'un a su, et c'est reparti comme avant. »

Sa grande fragilité narcissique, renforcée par une adolescence compliquée, est au centre de sa problématique. Pour autant, le contexte extérieur a été un déclencheur puissant de sa tentative de suicide qui a suivi une diffusion d'images intimes et d'insultes à son encontre, poursuivie même après un changement d'établissement scolaire.

Ces cas extrêmes ne doivent pas masquer la montée en puissance et la menace d'une banalisation d'un cyberharcèlement moins spectaculaire sur les réseaux sociaux, mais dont l'issue, néanmoins dramatique, est conditionnée par de nombreux facteurs, notamment les ressources de la victime. Dans tous les cas, la sensation d'impasse est renforcée par le fait que les réseaux sociaux sur Internet favorisent une diffusion publique « virale » des échanges, laissant peu de place à l'oubli et en décuplent la violence adressée à la victime.

Addiction : la rencontre passionnelle

Un autre aspect très médiatisé de la psychopathologie du virtuel est celui de l'addiction. Le recours gourmand, passionnel, excessif inquiète et la figure des hikikomoris, vivant en quelque sorte reclus chez eux, fascine et interroge sur le potentiel dangereux des mondes virtuels pouvant être investis comme des refuges ou comme des pièges dans lesquels peuvent se renfermer des jeunes.

« Je suis toujours frustré devant un livre ou devant un film, ça [ne] va jamais assez loin ou comme je voudrais, donc, je prends d'autant plus de plaisir à créer moi-même mes scénarios. J'aime beaucoup le cinéma et les livres, mais je préfère encore le jeu de rôle ou la création pure, car, là, il y [n']a aucune limite... Ça va paraître ridicule, tant pis je serais définitivement ridicule, quand je m'endors la nuit, plutôt que de penser à ma journée, je tire l'arc, j'attaque un château, je lance des sorts. J'aime bien m'imaginer. Je sais que c[e] [n]'est pas vrai, mais ça m'aide moi. Je me fous dans mon lit, je ferme les yeux et voilà, je suis loin, et je suis bien et j'[e] [n]'ai pas besoin de sauter dans mon lit avec une épée, je suis juste bien, je suis ailleurs, je suis quelqu'un d'autre. Je suis moi » (extrait d'un entretien avec Maxime, 20 ans.)

La confrontation initiale des mondes virtuels avec l'adolescence et ses problématiques centrales met en lumière des éléments annonçant l'attractivité suscitée par ces premiers. Les pratiques gourmandes, passionnelles ou excessives, voire même l'addiction, peuvent être retrouvées. Pourtant, utiliser le terme d'addiction concernant l'utilisation problématique des mondes virtuels ne fait pas l'unanimité dans la communauté scientifique. Nous allons donner des précisions pour comprendre les contours de cette notion quand il s'agit de qualifier des pratiques virtuelles.

« Qui parle de jeux vidéo pense souvent "addiction". Pourtant, la légitimité de ce mot est loin d'être établie. D'ailleurs, pour qu'elle le soit, encore faudrait-il qu'il y

ait un accord sur la signification à lui accorder »⁸. Les arguments avancés sont tout à fait pertinents, car ils rappellent que l'adolescent est un être en développement et que toute étiquette diagnostique, mis à part la difficulté de l'établir scientifiquement par la multitude de facteurs impliqués à cette période, dessert le sujet. Un autre risque, qui est mis en avant par les professionnels, est celui d'alimenter les peurs autour de l'usage en expansion des écrans en utilisant un terme si chargé dans l'esprit collectif.

La confusion vient en grande partie de l'utilisation même du terme addiction, car il peut avoir des acceptions très différentes selon l'approche théorique sous-jacente au discours de celui qui l'emploie. Une difficulté première, mais certainement pas nouvelle, réside dans le fait de pouvoir concilier une démarche descriptive aboutissant à une classification nosographique aussi objective que possible, se disant même a-théorique, et une conception qui propose une réflexion au-delà du niveau phénoménologique et qui vise à apporter une analyse de ce qui est observé.

Souvent, un langage technique bien différencié permet de se dégager de la confusion qu'amène cette démarche diagnostique, surtout lorsque le professionnel de santé chargé de l'effectuer se base sur une approche du fonctionnement psychique. Le terme « addiction », avec sa double appartenance, remet à l'ordre du jour le paradoxe quotidien du diagnostic a-théorique, descriptif, et celui appuyé sur une théorie sous-jacente, explicative. Il est à souligner qu'une complexité supplémentaire vient s'ajouter : au sein des approches descriptives, mais aussi des approches psychodynamiques-psychanalytiques, le terme d'addiction ne fait pas l'unanimité.

L'Organisation mondiale de la santé (OMS), à l'origine de la Classification internationale des maladies (CIM), renonçant progressivement à l'usage du terme « toxicomanie », le remplace par celui de « dépendance ».

8. S. Tisseron et Ph. Gutton (2009), « Débat : jeunes joueurs excessifs », in S. Tisseron et Ph. Gutton (dir.), *Adolescence*, n° 69, pp. 587-590 (spéc. p. 587).

Dans une tentative d'objectivation de la description du phénomène, tout en se dégageant d'un terme assez chargé historiquement, une définition qui met en avant le processus physiologique est finalement retenue dans la CIM-10. Très récemment (pour la version 11), le trouble est reconnu (*gaming disorder*), mais mal traduit par « trouble du jeu vidéo », et non pas par trouble de la façon de jouer, mettant l'accent sur l'objet lui-même, et non pas sa pratique excessive.

Le Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, dans sa cinquième version (DSM-V), publié par l'Association américaine de psychiatrie (American Psychiatric Association, en abrégé « APA »), mentionne le trouble « jeu pathologique sur Internet » comme nécessitant des recherches supplémentaires. Il souligne ainsi le manque de consensus dans la communauté scientifique à ce propos.

Le terme addiction, issu du latin *ad-dicere*, a été utilisé en ancien français pour désigner la dette à payer par des travaux d'intérêt général. Sa sonorité anglo-saxonne témoigne d'un voyage du français vers l'anglais et d'un retour aux sources, mais pas sans avoir subi quelques modifications au passage. J. Yvrol (1991), retraçant ce périple du terme, souligne également le passage entre différents champs, du juridique au médical, en aliénant son sens au point de questionner sa pertinence.

Historiquement, le terme utilisé par les psychanalystes francophones pour désigner la dépendance était le terme toxicomanie. La racine *toxikoV* (toxique) et *mania* (manie) désignait cet état comparable à la manie induit par une substance toxique. Ce terme impliquait le fait de s'empoisonner par l'objet de l'addiction et était élaboré à partir du modèle des dépendances à une substance. J. McDougall (1978) a réintroduit le terme d'addiction dans le milieu psychanalytique français. Étant anglophone, elle a voulu trouver l'équivalent du terme anglais « addiction », et le terme « toxicomanie » qui lui était proposé ne lui semblait pas refléter la réalité clinique qu'elle s'appropriait à décrire. Selon elle, « pour l'“addicté”, son objet n'est pas vécu comme mauvais ;

au contraire, il est recherché comme recelant tout ce qui est “bon”, tout ce qui, dans des cas extrêmes, donne sens à la vie. La dimension de mauveté ou de dangerosité, qui peut s'y ajouter, fait fonction peut-être d'un “bénéfice secondaire”. Le désir de se faire du mal, de s'intoxiquer, que comporte le terme de toxicomanie, n'est pas retrouvé dans le terme addiction où il s'agit d'une dépendance extrême, un état d'esclavage envers un objet ».

Concernant les mondes virtuels, cette approche clinique de l'addiction nous semble tout à fait pertinente. La quête du « briseur de soucis »⁹, d'un abri face à la souffrance psychique et qui se trouve finalement piégé dans cette démarche est une réalité clinique et un point d'entrée pour certains adolescents dans une demande d'aide psychologique. Reconnaître cette dimension, sans se focaliser sur l'objet en le désignant comme problématique, mais en s'intéressant au lien de dépendance et à ce qu'il révèle de la souffrance de l'adolescent, nous semble important. À cela doit aussi s'ajouter une réflexion sur l'implication corporelle particulière de cette pratique, car on ne choisit pas un objet d'addiction par hasard. Pour les mondes virtuels, il s'agit d'abandonner en quelque sorte son corps, de se trouver à corps perdu dans le virtuel. C'est ainsi que la clinique de l'exocès nous rappelle les propos de Ph. Quéau (1993), issus de sa réflexion philosophique sur ces mondes : « les mondes virtuels sont des non-lieux. Mais nos corps ne peuvent jamais être des non-corps. Cette confrontation entre non-lieux et vrais corps est le nœud du problème du virtuel »¹⁰.

Peut-être qu'en s'éloignant des contraintes de ce corps, le piège réside dans l'illimité de ces mondes virtuels, où l'information et la communication, n'ayant pas de frontières, n'ont pas de limite non plus.

Mourad, 18 ans, évoque de lui-même la question de la dépendance.

9. S. Freud, *Malaise dans la culture*, Paris, PUF, 1995 (1re éd. 1930), p. 21.
10. Ph. Quéau, *Le virtuel, vertus et vertiges*, Ceyzérieu, Éditions Champ Val-lon, 1997 (1re éd. 1993), p. 85.

« On va parler de la dépendance ? C'est vrai que le problème s'est posé, je l'ai dit moi-même aux autres... comme on dit "no life", c'est-à-dire pas de vie à côté... en même temps, quand on joue à ça, c'est pas comme la vie, tout est facile... il y a aucun problème, c'est beau... et moi, à mon âge, un peu influençable, c'est le rêve. Et je me suis posé la question par rapport aux études... parce que dès que je l'ai eu, mes notes ont chuté, ça a tout de suite eu une influence sur le reste... on a discuté ensemble, pas avec mes parents, avec le groupe. Parce qu'en fait, quand on a discuté avec mes parents, ils voient ça tellement comme le mal... donc chaque fois qu'on discute avec ma mère, c'est "on coupe Internet". Donc, ça sert à rien parce qu'on me coupe le jeu, mais on coupe aussi autre chose, c'est peut-être un peu fort... En fait, mon père mettait un contrôle parental à 22 heures. Et moi je quittais à 22 heures, mais, en fait, j'ai découvert que, même avec le contrôle parental, en fait le contrôle parental il était sur mon FAI, mon Fournisseur d'accès internet et il coupait le fournisseur, mais il coupait pas le jeu, donc, je jouais tard le soir jusqu'à ce que le groupe parte. Parce que, avant que je découvre ça, j'étais un peu frustré... mais bon. J'ai acheté le jeu pendant les vacances de février, ça fait un an et demi. Je l'ai acheté dans l'après-midi et j'ai joué jusqu'à 4-5 heures du matin. On voit pas le temps passer... Je dépense mon argent de poche dans mon abonnement. Donc, je suis indépendant, c'est moi qui paye l'abonnement. Ça, je l'ai voulu tout de suite pour pas qu'ils me posent des problèmes. Par exemple quand ils disaient qu'ils allaient me le couper, je leur répondais vous n'avez pas le choix, c'est moi qui paye. C'est le jeu qui perd plus d'argent que moi (rires). La dépendance que j'ai, c'est par rapport aux amis... »

Mourad semble en grande difficulté pour envisager et élaborer la perte ; comme il nous dit, son rêve : « ça serait un peu vaincre l'idée de la mort et du temps carrément [...] comme ça, ça me permettrait ce que j'ai loupé de le faire... comme certains disent de pas vivre dans le regret ».

Dans le jeu, en incarnant un archétype « tank » parce qu'« il a le plus de vies. J'ai pris ça parce que je voulais être protecteur, le plus résistant », tout en lui attribuant un nom qui renvoie à la mort, il montre l'importance que prend cette préoccupation et la lutte contre elle mise en scène dans le jeu.

Ne pouvant pas envisager de se séparer de son avatar, « il n'est pas question », comme il nous dit, il laisse transparaître des angoisses de mort : « si on prête le personnage et il se passe quelque chose... oui j'y tiens ».

Toujours dans cette même perspective, il est intéressant de noter que Mourad n'attribue pas d'âge à son personnage, alors que cette option est possible dans le jeu. De plus, lorsqu'il parle de l'évolution de son personnage dans le temps, il dit : « petit, puis grandir, jusqu'à évoluer et devenir un... » et arrête sa phrase, puis poursuit : « à la fin de sa vie » comme si grandir était associé au fait de mourir et que, pour lui, devenir adulte était inenvisageable, même indicible. S'enfermer dans les mondes virtuels, dans un éternel présent qui empêche d'avancer.

Les rencontres avec des personnes privilégiant les relations médiatisées par écran durant le processus adolescent nous ont montré qu'il est complexe, voire réducteur, de donner un sens univoque au recours excessif aux mondes virtuels. Pourtant, et malgré la diversité des problématiques sous-jacentes et l'empreinte de leur histoire singulière, une tentative de suspendre le temps et de retarder le devenir adulte semble conditionner le recours massif au virtuel technoscientifique des adolescents. Rester ainsi plongé dans ces mondes virtuels persistants pourrait être une réponse possible face à la dimension processuelle de l'adolescence. En proposant un espace où la relation aux autres se fait à l'abri du toucher et du rapproché corporel avec les autres, les mondes virtuels attirent aussi les jeunes qui peinent à maîtriser leur corps pulsionnel.

En quête du remède, le poison guette, mais s'agit-il vraiment d'un poison ? L'équilibre entre remède et poison n'est jamais acquis *a priori* et se jouera pour chacun

dans son histoire. Le paradoxe du *pharmakon* garde toute sa valeur dans la clinique aussi.

Cependant, cette voie n'est heureusement pas la seule possible, ni la plus fréquente. Comme nous avons vu précédemment, certaines caractéristiques des mondes virtuels font écho à différentes problématiques de l'adolescence. L'investissement du virtuel pourrait alors, dans certains cas, s'avérer bénéfique et servir le processus de subjectivation (devenir adulte), en offrant un accompagnement au jeune aux prises avec le processus adolescent.

Culture adolescente et processus créatif

Objet culturel partagé

Le virtuel peut s'avérer un précieux allié dans le travail auprès d'adolescents. Le fait d'aborder la question des mondes virtuels lors des entretiens nous aide à établir un contact de bonne qualité avec les jeunes en montrant qu'on prend en compte cette partie importante de leur réalité psychique. Par la même occasion, on apprend beaucoup de choses sur la personne : dis-moi à quoi tu joues, je te dirai qui tu es.

Pour bénéficier pleinement de ce que ce partage culturel peut nous apporter dans le travail avec les adolescents, il faut aussi prendre en compte certains aspects qui s'avèrent être aussi parfois des freins relationnels.

Bien sûr, il est évident que, pour favoriser un échange autour des mondes virtuels, on doit se montrer suffisamment ouvert pour que le jeune puisse s'exprimer en confiance, sans se sentir jugé ou méprisé par rapport à ses pratiques. La neutralité bienveillante doit pouvoir être sollicitée afin de libérer son écoute d'un bruitage de fond de son propre jugement de valeurs concernant le virtuel. Et ceci n'est pas toujours simple quand le décalage générationnel amène des malentendus et des perceptions réductrices par rapport à tout ce qui suit le septième art. Au classement historique d'Hegel distinguant les arts selon les critères de matérialité et d'expressivité, on retrouve l'architecture, la sculpture, la peinture, la musique et la poésie. Puis, progressivement, ce classement a été enrichi par les arts de scène et le cinéma. On retrouve, comme huitième art, les arts médiatiques regroupant radio, télévision et photographie, le neuvième, la bande dessinée, puis le dixième, les jeux vidéo et le multimédia. En effet, nombreux y voient une forme de sous-culture et peinent à reconnaître la dimension

artistique de la télévision, des comics et des jeux vidéo. Ceci se ressent dans le discours et notamment quand l'approche psychopathologique du virtuel se fait sentir dans les questions des professionnels là où la dimension culturelle pourrait être plus adaptée. « Combien de temps tu joues » nous apporte certes des informations importantes sur l'investissement plus ou moins excessif du jeune, mais nous prive de la richesse du « Raconte-moi la dernière story qui t'a marqué sur les réseaux sociaux ou les YouTubeurs que tu suis actuellement et le jeu que tu joues en ce moment ».

Il est tout de même important de ne pas tomber dans l'autre extrême, notamment quand on est soi-même geek ou, du moins, bien intéressé par les mondes virtuels. On garde nos repères professionnels qui empêchent d'être dans un partage culturel tel qu'il se fait avec nos proches pour pouvoir être dans un partage dans une certaine mesure et surtout avec une distance qui empêche des effets de séduction trop importants et qui peuvent s'avérer contre-productifs avec des jeunes qui vont nous percevoir comme étant trop proches d'eux.

Garder une certaine pointe de ringardise, marquant symboliquement l'écart générationnel et nous plaçant du côté des adultes, est essentiel. Se montrer volontairement naïf pour permettre en creux qu'un espace de parole se crée où le jeune nous explique un jeu ou une pratique qu'on connaît bien soi-même est aussi intéressant pour qu'on puisse percevoir l'appropriation subjective de cet objet culturel spécifique, support de projections et d'identifications.

Nathan, 13 ans, me parle des Pokémon et en particulier de Pokémon Go. Ma connaissance de cet univers me permet à la fois d'entendre son investissement et son implication dans ce monde et en même temps de voir le travail d'appropriation et les projections qui lui sont propres, en étant attentive au décalage entre ce que je sais et ce qu'il exprime concernant cet univers. Il nous mentionne souvent des exploits, des Pokémon rares attrapés ou des combats en raids gagnés et dans sa soif de reconnaissance narcissique, il exagère

souvent certains aspects pour se mettre en valeur. Par exemple, quand je lui avais demandé quel niveau il avait atteint avec son personnage, il m'avait dit 45 alors qu'à l'époque le maximum qu'un joueur pouvait atteindre était le niveau 40. D'autres aspects plus intéressants sur le plan projectif apparaissaient comme, par exemple, sa conviction que les Pokémon féminins étaient plus puissants que leur équivalent masculin, ce qui nous apportait un éclairage supplémentaire sur sa problématique.

Médiations numériques

« L'entremise pour concilier Dieu et l'homme »¹¹ est une des définitions pour le terme médiation. Le mot concilier est intéressant, car il introduit l'idée que le média utilisé va permettre d'unir, de rapprocher des parties qui s'opposent et que cela peut amener vers une relation, un point de jonction entre ceux qui l'utilisent.

Dans le domaine de la souffrance psychique et de la maladie mentale, l'idée de la médiation a été présente depuis bien longtemps et a connu divers destins en s'appuyant sur des objets médiateurs variés. « On trouve déjà trace dans la Bible de l'utilisation de l'art à des fins thérapeutiques ; en témoigne le récit de l'apaisement des terreurs du roi Saül par la cithare de David : "Quand un mauvais esprit t'assaillira, il en jouera et tu iras mieux" (La Bible) »¹².

Dans le contexte asilaire du XIX^e siècle, proposer des activités médiatrices aux patients hospitalisés fut un élément central dans la prise en charge, à la fois dans une approche occupationnelle, mais aussi avec l'idée de permettre l'expression qui adoucit la souffrance et qui permet aussi d'en donner une lecture à travers l'analyse de l'utilisation du média par le patient.

Face à des personnes présentant des troubles psychiques graves et pour qui la relation duelle n'est pas toujours possible, car vécue avec méfiance et inquiétude, le fait d'avoir l'appui d'un objet extérieur permet de détourner l'attention de la relation elle-même pour

se focaliser sur le médium et ses qualités. De plus, les médiations étant la plupart du temps utilisées dans un contexte groupal, cela mène vers une diffraction du lien, le rendant moins engageant en quelque sorte et plus facile pour des personnes qui sont mal à l'aise dans une relation à deux.

L'objet de médiation peut prendre différentes formes, le travail fut une des premières préconisées par Pinel (1801, *Traité sur la manie*), mais on trouve aussi l'idée des activités occupationnelles de manière générale, par exemple en s'occupant des différentes affaires courantes de la vie asilaire (cuisine, jardinage, etc.). Cependant, l'art a vite eu une place centrale, qui ne s'est jamais démentie depuis, car elle s'est vue renforcée au fil du temps, notamment parce que la dimension occupationnelle des autres médiations a été jugée moins intéressante et peut-être aussi moins glorieuse.

L'art et ses différentes formes sont devenus la référence en termes de médiation avec une déclinaison variée et de nombreuses théorisations autour de leur pratique. Les professionnels qui s'occupent de l'humain en ont recours, tout en adaptant ces dispositifs aux contraintes matérielles, à la population à qui c'est proposé et, dans le meilleur des cas, par rapport à leurs propres sensibilités.

Dans le travail auprès d'adolescents, leur culture est prise en compte et, bien sûr, les arts numériques ont progressivement gagné de la place pour devenir des médiations assez répandues. Même si, au départ, les réticences étaient présentes et des craintes se manifestaient autour du potentiel addictif ou de la violence de ces supports, les médiations numériques ont pu faire leurs preuves et sont maintenant courantes dans différents lieux d'accueil pour adolescents.

Les médiations numériques ont une particularité qui les distingue assez clairement par rapport aux autres médiations artistiques, le fait qu'elles peuvent s'exercer dans une perspective créative, mais, la plupart du temps, on est plus du côté de l'utilisation que de la

11. Étymol. et Hist. 1. xiii^e s. « division par deux » (*A Thirteenth century algorism*, éd. E. G. R. Waters, 89 dans *Isis*, vol. XI, p. 58) ; 2. fin xiv^e s. *mediacion* (*Arch. Nord*, B 858, n° 23869) ; ca 1480 « intermédiaire entre Dieu et l'homme » (*Mistère du Viel Testament*, éd. J. de Rothschild, 1519) ; 1541 « entremise pour concilier Dieu et l'homme » (*Calvin, Institution*, éd. J. D. Benoit, liv. III, chap. XX, p. 356) ; 3. 1691 « moment de la culmination d'un astre » (*Ozanam*, p. 196) ; 4. 1701 « pause faite au milieu des versets d'un psaume » (*Fur.*). Empr. au lat. *mediatio* « médiation, entremise ». (https://www.lexilogos.com/francais_dictionnaire.htm).

12. A. Brun, *Manuel des médiations thérapeutiques*, Paris, Dunod, 2019, p. 12.

création. Dans la continuité de ce qui se pratique dans les autres formes de médiations artistiques, on peut retrouver par exemple du dessin en 3D, création de bandes dessinées numériques, ateliers écriture – blog qui rencontrent un certain succès auprès des professionnels qui s'occupent d'adolescents et qui permettent de s'appuyer sur des repères de médiation classiques ayant fait leurs preuves.

Les médiations numériques peuvent également prendre appui sur des objets culturels existants et ainsi être détournés en quelque sorte de leur usage à vocation exclusivement ludique pour en devenir des « jeux à utilisation sérieuse » et ainsi pratiquer ce qu'on appelle le *serious gaming*. Il existe aussi des « jeux sérieux », pour traduire littéralement leur appellation anglo-saxonne plus connue : *serious games*, qui ont directement été conçus pour les apprentissages, l'éducation, le soin et bien d'autres usages.

L'appellation « jeux sérieux » ou « jeux à utilisation sérieuse » d'apparence contradictoire est au cœur de ces dispositifs numériques, car il n'y a rien de plus sérieux et important pour un être en développement que de pouvoir jouer. Winnicott met à l'honneur le jeu, précieux dans le développement psychique de la personne et responsable d'une grande partie des souffrances adultes. Jouer ensemble, partager cette expérience et développer sa capacité de jouer peuvent aussi constituer des objectifs de ces médiations si particulières que sont les médiations numériques.

Évidemment, il est bien trop réducteur de parler de médiations numériques comme s'il s'agissait d'un tout homogène. Chaque dispositif est basé sur un objet spécifique, médiatisé lui-même par un appareillage (ordinateur, tablette, console) qui nous permet d'y avoir accès. Chaque choix est intéressant à penser pour adapter sa médiation en prenant à la fois en compte des aspects pratiques (quel équipement est moins cher tout en restant performant, quoi choisir pour un groupe de quatre ou de dix jeunes, etc.). Les jeux eux-mêmes ont des caractéristiques très différentes, selon leur catégorie

d'appartenance (jeux de rôle, jeux d'aventure, jeux de tir à la première personne, etc.), mais aussi de leur jouabilité, l'avatar ou les avatars incarnés, le fait de pouvoir jouer à plusieurs en collaboration ou en confrontation, et bien d'autres facteurs.

C'est important dans le choix de l'objet de médiation d'inclure aussi une dimension personnelle des animateurs de l'atelier. Comme pour les médiations artistiques, pour que cela puisse fonctionner, il faut qu'on puisse trouver un intérêt et pourquoi pas même du plaisir avec cet objet pour l'investir positivement et que les adolescents puissent aussi intégrer, intérioriser notre propre investissement et qu'ils puissent à leur tour s'en saisir.

Pour donner un exemple d'usage, les infirmiers et aides-soignants d'une clinique psychiatrique pour adolescents ont pensé un dispositif de temps numérique partagé et convivial, sans vocation thérapeutique, et proposé aux adolescents qui étaient présents le dimanche dans l'établissement et qui le souhaitaient de pouvoir se réunir au salon devant la télévision sur laquelle est branchée une console et pratiquer ensemble des jeux de sport (Wii sport) ou de danse (Just Dance).

Cette activité a assez vite rencontré un grand succès auprès des adolescents, notamment pour un aspect particulier, celui de la sensation de liberté de mouvement, contrastant et contrebalançant ainsi la sensation d'enfermement qu'induit une hospitalisation dans un lieu clos. Jouer ainsi au bowling ou au tennis, voire danser comme sur une piste de danse était un temps de respiration et de légèreté, apaisant les angoisses claustrophobes que ce lieu pouvait leur créer. Partager cette activité ludique et familière, comme la plupart des jeunes et des soignants ont déjà pratiqué les jeux de sport et de danse sur la Wii, avait souvent aussi des effets de meilleure alliance avec ces adolescents, parfois réticents à accepter les propositions venant de l'adulte.

Les médiations thérapeutiques vont prendre appui sur un objet intermédiaire pour rendre un travail thérapeutique possible, notamment lorsque celui-ci n'est pas

envisagé dans d'autres modalités ou en tout cas pas seulement, en lien avec la problématique du patient.

Dans les médiations classiques, c'est-à-dire les médiations artistiques, nous retrouvons deux types d'utilisation : les dispositifs de médiations à création et les dispositifs de médiation thérapeutique.

Les dispositifs de médiations à création sont centrés sur la création et le dispositif permet d'accompagner les participants dans ce travail, sans exploiter la dimension transférentielle ou interpréter les processus à l'œuvre et sans chercher à comprendre le sens latent de ces créations.

Les dispositifs thérapeutiques à médiation se situent dans un registre différent. Ils s'appuient essentiellement sur le transfert et le contre-transfert et du processus thérapeutique qui est soutenu par l'objet médiateur (Brun, 2011).

L'utilisation des médiations numériques reste essentiellement inscrite dans le deuxième cas de figure, mais le premier n'est pas exclu. Nous allons explorer plus en détail ces dispositifs thérapeutiques à médiation numérique et réfléchir sur leurs caractéristiques singulières.

Soigner par le virtuel

De nombreux autres aspects importants au niveau des médiations et avec des particularités concernant les médiations numériques peuvent être évoqués. Sans prétendre être exhaustive, nous proposons de mentionner directement quelques caractéristiques singulières des outils numériques qui rendent cette médiation particulièrement intéressante pour les adolescents.

Comme évoqué dans la partie Adolescence et mondes virtuels, les caractéristiques des outils numériques peuvent trouver des points de jonction avec le processus adolescent et les problématiques qui sont exacerbées durant cette période de la vie. Sans les développer à nouveau, nous tenons à rappeler l'importance de la

possibilité de s'identifier à un personnage virtuel et de mettre à distance le corps pulsionnel, de prendre appui sur la valorisation que procure une réussite dans ces mondes en lien avec les enjeux narcissiques de l'adolescent, mais également la possibilité de se représenter l'absence dans un contexte où l'enjeu de séparation symbolique est central.

La question du transfert et du contre-transfert n'est pas toujours simple à doser et à équilibrer dans la prise en charge des adolescents. Elle peut trouver dans ces espaces numériques une possibilité de mise à distance et de diffraction, salvatrice pour des jeunes qui se sentent en difficulté dans un lien à deux sans la présence d'un tiers qui médiate, comme le font dans ce cas les médiations numériques.

Certaines autres caractéristiques spécifiques cette fois aux médiations thérapeutiques vont être abordées sous l'angle de la médiation numérique auprès d'adolescents : la question de la malléabilité et la sensori-motricité.

Les dispositifs thérapeutiques à médiation sont basés sur un dispositif-cadre qui permet de créer des conditions favorables pour que les patients puissent mettre en scène quelque chose de leur histoire, et en particulier des aspects traumatiques précoces qui n'ont pas pu bénéficier de la secondarisation du langage pour être pensés et élaborés.

Pour permettre que des vécus du patient puissent s'exprimer à travers une médiation, il faut que celle-ci soit suffisamment malléable¹³, c'est-à-dire qu'elle puisse s'y prêter à la transformation que le patient va en faire pour figurer quelque chose qui lui appartient. « Les médiations utilisées sont, pour la plus grande partie d'entre elles, dérivées de dispositifs artistiques et de médiums issus des pratiques artistiques ou artisanes, elles possèdent toutes au moins une propriété générale commune : la malléabilité ou la plasticité. Elles supposent en effet l'utilisation d'un médium transformable susceptible de

13. Terme de M. Milner que R. Roussillon met en avant concernant l'apport des médiations thérapeutiques.

prendre différentes formes à l'avenant des besoins de la création, pour le domaine artistique, de l'expression de soi, pour le domaine de la pratique clinique. C'est cette aptitude à la transformation et le mode et le type de transformation rendu[e] possible qui défini[ssent]t le mode et le type de "malléabilité" ou de "plasticité" du médium »¹⁴. L'image de la pâte à modeler, prête à se laisser moduler, à prendre des formes variées, sans pour autant craindre la destruction et perdre ses caractéristiques de départ, est l'exemple typique pour illustrer cette qualité précieuse pour les médiations qu'est la malléabilité.

Les images pixellisées, même si elles ne sont pas aussi modulables que la pâte à modeler, comportent une certaine malléabilité, notamment concernant la création de l'avatar, mais aussi dans la multitude de possibilités qu'elles offrent au niveau de la mise en scène de ce qui anime inconsciemment le sujet.

Les adolescents ont un rapport particulier à l'image, ayant baigné dans les mondes virtuels depuis leur plus jeune âge, ils vont avoir un rapport d'emblée actif, s'appropriant facilement les images, les façonnant et les transformant à la fois au niveau de l'écran mais aussi au niveau fantasmatique. Ils se servent souvent des images numériques comme support de fantasmatisation, des sortes de rêveries assistées par écran. Les images de l'écran deviennent facilement des images psychiques, malléables et transformables, matériel pouvant ainsi témoigner de leur réalité psychique.

Au niveau des médiations thérapeutiques, l'engagement corporel est un élément central et qui participe à l'efficacité de ce type de prise en charge. En effet, les médiations thérapeutiques sont proposées à des patients qui sont en difficulté pour exprimer verbalement et élaborer leurs difficultés, notamment quand il s'agit de problématiques et de traumatismes se situant dans un registre préfiguratif et dont l'accès par l'association libre verbale est entravé.

Sans pour autant négliger le matériel verbal qui va émerger lors de ces dispositifs thérapeutiques, certains cliniciens insistent sur l'importance de l'implication corporelle et de la sensori-motricité. Les jeux vidéo s'y prêtent particulièrement pour une expression sensori-motrice passionnelle. À y observer un joueur de jeux vidéo en pleine partie, notamment quand il y a un enjeu important, on y voit l'engagement corporel parfois extrême avec le clavier ou la manette qui reçoit des véritables assauts, le corps exalté, rouge de passion. Dans les ateliers numériques, à moindre mesure, on peut assister également à des moments où l'expression sensori-motrice l'emporte sur le reste, le corps parle et est vu et écouté par les autres.

Ce qui est aussi intéressant, c'est que le corps charnel s'exprime, mais les dispositifs sont la plupart du temps pensés pour que le corps laisse place à l'avatar et ce qui est surtout regardé au niveau groupal est le corps virtuel de l'adolescent dans la figure de son avatar. Ceci n'est pas anecdotique, car, pour les adolescents, se dégager du regard de l'autre, et plus particulièrement du regard sur leur corps pulsionnel, provoque un soulagement et peut désinhiber les jeunes mal à l'aise dans leurs corps adolescents. Se trouver à plusieurs face à un (ou plusieurs) écran(s) qui capte(nt) le regard permet souvent de mieux supporter cette groupalité et la proximité physique du cadre (habituellement, pour participer à un atelier jeu vidéo, on se trouve dans un espace restreint pour être suffisamment proche de l'écran).

Pratique des médiations numériques : quelques illustrations

La pratique des médiations numériques thérapeutiques peut paraître, après la présentation des éléments qui précèdent, une bonne opportunité pour entrer en lien avec les adolescents et leur proposer un espace stimulant avec un important potentiel thérapeutique. Pourtant, il faut garder à l'esprit que les outils numériques ne permettent pas toujours d'avoir des résultats intéressants

14. R. Roussillon, « Une métapsychologie de la médiation et du médium malléable », in A. Brun (dir.), *Médiations numériques et psychothérapie*, Paris, Dunod, 2019, pp. 42-40 (spéc. p. 43).

auprès des patients et qu'ils ne sont pas une panacée pour la prise en charge des adolescents.

Après un temps où les réticences à utiliser ce type de médiations étaient de mise, nous arrivons progressivement vers des situations contraires, qui sont tout aussi questionnantes : le virtuel comme espoir de soin avec, par exemple, des tentatives de mettre en place des médiations numériques clés en main et du virtuel à tout-va.

Ceci pose problème car, d'une part, cela ne prend pas toujours en compte le désir des personnes qui vont mettre en place la médiation et parfois cela devient une sorte de cache-misère d'institutions en souffrance et en panne de créativité. Convoyer, et même parfois imposer à des équipes, la thérapie à la mode amène parfois des personnes peu intéressées par le virtuel à devoir porter une médiation qui ne les satisfait pas personnellement, ce qui impacte à la fois l'engagement des professionnelles et à la fois la compliance des patients, aboutissant par exemple à des médiations occupationnelles dans le mauvais sens du terme.

Parfois, il est tentant de se laisser guider pour mettre en place une médiation numérique. On peut suivre à la lettre une sorte de guide pour la mise en place d'une médiation et forcément se trouver déçu par les effets peu satisfaisants de son application dans un contexte différent de celui pour lequel elle a été pensée. C'est notamment le cas quand on investit un *serious game* créé par des professionnels impliqués dans une structure de soin, mais dont la création ne va pas forcément avoir les effets escomptés quand elle est utilisée par d'autres professionnels dans un contexte différent. Il est important dans le cadre des *serious games* d'être ouvert aux possibilités de transformation et d'adaptation de son dispositif et de ne pas se renfermer dans un usage qui ne concède pas assez de souplesse et de malléabilité.

Nous avons nous-même eu une expérience d'échec thérapeutique avec une médiation numérique basée sur un *serious game*, très intéressant par ailleurs et pensé

pour des adolescents en souffrance. Ce jeu, *clash back*, mettant en scène une adolescente boulimique qui se fait vomir, qui se scarifie et qui a des difficultés relationnelles diverses, se trouve embarquée dans un dialogue avec son père autour de son désir de se faire un tatouage et essaye d'obtenir son autorisation pour le faire en étant mineure. Le jeu se déroule dans la cuisine de l'appartement familial et le joueur qui incarne Cloé, cette adolescente en souffrance, va avoir le choix parmi plusieurs propositions de dialogues afin de convaincre le père et d'aller se faire tatouer. Le côté réaliste, graphiquement, mais aussi au niveau des dialogues, donne l'impression d'entrer dans un univers adolescent et confronte les jeunes à des questions intimes, notamment par la mise en scène du conflit avec les parents qui est proposé dans le jeu. Les ingrédients semblaient réunis pour une médiation qui fonctionne bien avec des adolescents hospitalisés en psychiatrie et surtout avec des troubles du comportement alimentaire. Mais c'était sans compter sur les adolescents qui nous ont assez rapidement fait savoir que ce jeu, peut-être trop proche de leurs problématiques et sans le décalage nécessaire pour en parler et travailler sur cela, les mettait en difficulté et surtout ils n'en voulaient pas. Finalement, c'est en détournant la consigne et en ajoutant du second degré et de l'humour qu'on a pu enclencher une dynamique différente avec les adolescents et tirer quelque chose de positif de ce travail de médiation thérapeutique.

Minecraft est un jeu qui connaît un grand succès auprès des personnes qui proposent des médiations thérapeutiques. Ce jeu est à l'opposé de ce qu'on vient de décrire par rapport aux *serious games*. Il est d'une extrême malléabilité et pourrait être comparé à des sortes de Lego, mais se pratiquant dans un monde virtuel. Une proposition d'atelier numérique autour de cette médiation peut s'avérer intéressante à la fois par la dimension thérapeutique si cela s'applique dans un dispositif-cadre adéquat, mais également par la possibilité de l'observation directe des créations des adolescents, très riches en enseignements à la fois sur ce qui se joue au niveau groupal, mais aussi au niveau individuel.

Adolescence en temps de pandémie #on reste à la maison

Nous avons proposé une médiation thérapeutique numérique basée sur Minecraft à des adolescents hospitalisés en psychiatrie. Cet espace a été investi par les adolescents de manière singulière, car ils ont nommé d'emblée la partie « nous » et ont voulu peupler cet espace vaste avec des créations d'habitations personnelles. Chacun a pu créer quelque chose pour représenter son espace personnel dans ce vaste espace collectif. De la maison en verre d'une patiente anorexique, à la caverne et la maison sans porte ni fenêtres pour des adolescents aux prises avec des angoisses psychotiques et même des tombes et un cimetière entier construit collectivement (dans une structure qui s'occupe d'adolescents suicidaires), les expressions directes de la problématique de chacun ont été nombreuses. Les adolescents ont même exploré les élevages d'animaux et ont aussi créé des œuvres collectives comme un géant dinosaure ou des figures de manga. Petit bémol, la jouabilité et la prise en main du jeu ne sont pas évidentes, notamment sur Xbox, ce qui a été compliqué pour certains ados qui se sont montrés réticents à jouer devant les autres sans pouvoir suffisamment bien maîtriser le jeu, et ce n'était pas évident non plus pour les adultes animateurs de l'atelier, sauf pour ceux qui en avaient une expérience personnelle au préalable. Faire trace, figurer, laisser quelque chose de soi dans un monde persistant, a eu une valeur particulière pour des adolescents de passage en unité d'hospitalisation (durée moyenne d'un mois).

On pourrait décliner en nombre les exemples de médiations thérapeutiques et leurs spécificités en lien à la fois avec les caractéristiques de l'objet singulier de médiation, de son dispositif matériel, de la population à laquelle il est adressé et tous les détails du cadre-dispositif qui en font un dispositif particulier et unique. De nombreux témoignages de cliniciens et chercheurs sur ces pratiques démontrent l'efficacité de ces pratiques et leur attractivité pour les adolescents.

Confinement (seul ensemble)

La crise sanitaire dans laquelle la pandémie de Covid-19 nous a plongés a bousculé de nombreux repères, jusque-là vécus comme immuables et organisateurs de notre vie en société. Dans le quotidien de chacun, se lever le matin, se préparer et sortir pour aller à l'école, à sa formation, au travail, retrouver son cercle social, se divertir ensemble, partager des repas, des spectacles, des concerts, des matchs de foot..., la liste est longue de tout ce qui n'a plus été possible pendant cette période de crise. Sans compter les grands événements qui ont été aussi chamboulés, les épreuves de fin d'études des élèves et étudiants, les mariages et même les enterrements ont été aménagés pour le contexte. Quasiment aucun de nos repères n'a résisté à ce bouleversement. Bien sûr, la mort et sa menace qui planait font relativiser ces pertes et on a même pu se sentir coupable d'en parler alors que des personnes étaient en train de se battre pour leur survie ou pleuraient la perte d'un proche. Pourtant, dans les images-choc qui ont marqué cette période, on retrouve les photos de rues vides, désertes, telles des villes fantômes, sans vie, comme si elles étaient tirées d'un film post-apocalyptique.

Le besoin humain de se retrouver avec d'autres personnes, d'échanger et de partager n'a pas disparu avec la crise sanitaire. On pourrait même dire qu'il s'en est trouvé renforcé par le manque créé par les interdictions de se voir et de se toucher, mais aussi par la peur et l'angoisse que cette situation a pu engendrer chez tout un chacun.

Le virtuel, pourtant si mal réputé jusqu'alors concernant la possibilité de mise en lien avec l'autre, est soudainement devenu un des seuls espaces sociaux possibles. L'OMS a même recommandé les jeux en ligne pour les adolescents.

Avant d'envisager les relations à distance et l'adaptation des dispositifs classiques dans un contexte numérique, nous proposons un retour en arrière, en s'intéressant à la dimension groupale déjà bien ancrée des mondes virtuels dès leur création.

Jamais seul dans le virtuel

Il est difficile de penser les espaces virtuels sans avoir en tête la dimension groupale. Dans les mondes virtuels, on peut naviguer seul, mais on se trouve plongé dans des univers habités et pensés – créés par d'autres, dans lesquels il est plutôt aisé d'entrer en contact avec les autres internautes, souvent bien plus facilement que dans la vie hors numérique. Un jeune joueur racontait sa difficulté à rencontrer des personnes depuis qu'il a déménagé dans une grande ville et, comme il dit : « si je rentre dans le métro et que je commence à dire bonjour, c'est pas sûr que je vais me faire beaucoup d'amis, alors que, dans le jeu, c'est normal de se saluer et de se parler ».

Dans les mondes virtuels, la question du sentiment de présence est très importante et correspond à la fois à des aspects objectifs et à la fois subjectifs et fantasmatiques.

Geneviève Lombart (2001) s'est intéressée aux mondes virtuels assez précocement et a pris en compte la présence fantasmatique de l'autre dans le virtuel. Ainsi, elle soulève la question de la place du tiers dans ces espaces. Elle trouve que, dans les interactions virtuelles groupales, il est souvent difficile d'avoir une position de chef, de tiers efficace. Elle indique que peut-être cette tâche est rendue impossible par le fait que sa place se trouve déjà en quelque sorte occupée au niveau fantasmatique.

Les mondes virtuels, comme évoqué, sont des espaces qui pour être visibles et accessibles à tout un chacun, de multiples professionnels de différents champs sont impliqués et mis à contribution. Tout ce qu'on a l'impression de découvrir dans les mondes numériques a été déposé là par quelqu'un, et nous, on procède juste à son actualisation en touchant, cliquant, tapant, dictant.

Parfois des rencontres intéressantes s'opèrent et des moments de surgissement cybernétique¹⁵ viennent marquer des points d'achoppement entre nous et les mondes virtuels. Un exemple typique du surgissement cybernétique est le moment où on est face à la page blanche de Google et on commence à taper sur notre clavier une requête bien précise. Mais, avant d'avoir le temps de terminer de taper notre phrase, Google nous propose un certain nombre de suggestions plus ou moins farfelues correspondant à des calculs sophistiqués de ses algorithmes. En commençant à taper par exemple « je veux », vous verrez comment on peut être happé, interloqué, surpris par des suggestions telles que : « je veux manger ton pancréas », « je veux juste en finir », « je veux ma dose », je veux du soleil », « je veux aider », je veux savoir à qui appartient ce numéro ». Notre demande initiale (consciente) peut passer au second plan et, parfois, on se demande même ce qu'on pouvait bien chercher à la base, et, guidé par des motivations plus ou moins inconscientes, on peut cliquer sur ce qui surgit et qui touche des zones plus obscures de nos envies et nos désirs. YouTube et autres plates-formes où l'image est centrale vont avoir un effet démultiplié de cette attraction par le surgissement, les images venant nous toucher directement, on se trouve comme hypnotisé et on visionne finalement des contenus qui s'éloignent de notre idée de départ, mais qui semblent bien plus proches de ce qui nous travaille inconsciemment, pouvant se rapprocher même de la technique des associations libres si précieuses dans un travail analytique.

15. G. Willo et S. Missonnier, « Le "surgissement" cybernétique, un opérateur du transfert dans la psychose ? », *Adolescence*, n° 1(1), 2012, pp. 179-189.

Pour reprendre notre fil des mondes virtuels, groupaux par essence, les mondes pixellisés sont investis fantasmatiquement aussi comme des espaces habités, en lien avec le fait qu'ils sont des outils technologiques créés par l'humain, mais peut-être aussi au-delà. Le divin n'est jamais loin dans les fantasmes autour des nouvelles technologies et les traces sont nombreuses dans la terminologie qui les entoure. À commencer par l'avatar, qui est un terme désignant les incarnations du dieu Vishnou, jusqu'à l'ordinateur (adjectif désignant Dieu qui met de l'ordre dans le monde), les références ne manquent pas et peuvent donner des indices d'un investissement fantasmatique des mondes virtuels.. Le transhumanisme et ses tranches radicales mettent en avant cet idéal d'un monde où le corps, vécu comme désuet, laisse progressivement place à un corps hybride dans une lutte contre les défaillances de ce dernier, et surtout contre la mort.

Classes virtuelles

Depuis de nombreuses années, l'enseignement à distance existe, il est théorisé, pensé, encadré et soutenu par des outils pédagogiques particuliers pour pallier les difficultés que posent le distanciel et les perspectives de dispositifs hybrides¹⁶.

En mars 2020, la fermeture soudaine des établissements scolaires et universitaires a pris de court les enseignants et leur hiérarchie qui, dans un laps de temps très bref, ont dû s'adapter à un contexte particulier et proposer un enseignement à distance quasiment exclusif. Le caractère exceptionnel et urgent de la situation a nécessité une grande souplesse et créativité de la part des enseignants qui, la plupart du temps, ont dû à la fois gérer leur confinement en famille, notamment avec des enfants en bas âge, et à la fois se montrer soutenant, contenant et surtout présents pour des élèves dont la seule fenêtre au monde fut celle de l'école.

Bien sûr, l'équipement fut une des premières exigences, car de nombreuses familles comme les enseignants n'étaient pas en mesure d'avoir des conditions optimales de matériel, mais aussi de connexion. Malgré les efforts importants de l'État, les problèmes de connexion et de pannes diverses ont rythmé les cours, et surtout les inégalités d'équipement se font sentir avec de nombreux élèves obligés d'assister sans caméra et sans microphone, faute de matériel ou manquant d'un espace d'intimité suffisante pour le faire.

Malgré les obstacles, la créativité a trouvé sa place et a permis que la vitalité adolescente s'exprime aussi dans ces espaces.

Sébastien nous évoque des moments d'échanges de ragots pendant le cours de maths, des flirts ou (plutôt des crushs, comme disent les adolescents) pendant la visioconférence de la professeure de français et même des disputes en ligne. La vie de l'école, lien social vital pour les adolescents, continue son cours et s'adapte au contexte.

Les allers et retours entre moments de confinement et reprise des cours en présence respectent malgré tout les recommandations de base de l'enseignement à distance qui ne peut fonctionner que si nous ne sommes pas dans un tout distanciel où les relations ne peuvent s'ancrer et s'incarner. Se connaître d'avance et avoir la promesse des retrouvailles de l'autre, cela fait que les classes virtuelles ont malgré tout, dans l'ensemble, fonctionné *a minima* et contenu suffisamment les jeunes pour éviter des ruptures massives.

Malheureusement, le décrochage est renforcé dans ces moments de crise et pour des adolescents fragiles ou qui se trouvent dans des situations précaires, ces dispositifs ne sont pas une panacée. On retrouve de nombreuses ruptures, notamment lorsque la condition de l'hybridation ne peut être respectée et que certains jeunes doivent s'accrocher au distanciel, et surtout au distanciel différé (cours enregistrés, devoirs à faire en autonomie et à rendre à l'enseignant), notamment quand il n'y a pas eu

16. J.-L. Rinaudo, « Fin de l'école ! Fin des enseignants ! Au-delà des distanciel », Éducation & Formation, n° 309, 2018, pp. 11-16.

suffisamment de présentiel avant pour s'appuyer sur ces liens de transmission et d'investissement de l'enseignant et de ses camarades. Ceci fut le cas, par exemple, pour les étudiants en première année d'études supérieures qui n'ont pas eu le temps de se rencontrer en amont et qui ont entamé une découverte de l'université par le biais des cours en ligne. Le décrochage et la souffrance psychique manifestée peuvent en partie s'expliquer par ce contexte de précarité relationnelle et de frustration de ne pas pouvoir vivre les expériences initiatiques de l'entrée dans la vie étudiante.

Le besoin de se trouver entre pairs s'est souvent exprimé par des groupes virtuels, notamment des groupes WhatsApp pour malgré tout faire groupe avec ses pairs et retrouver le lien social si précieux au moment de l'adolescence avec ses camarades de classe ou d'études. De très nombreuses initiatives solidaires ont vu le jour et le tissu associatif a pu aussi favoriser un sentiment de contenance face à un ressenti triste et angoissant de se trouver « lâché » par le système scolaire et universitaire qui a fonctionné jusqu'à présent comme une base de socialisation.

Pour les apprentissages à proprement parler, le distanciel nécessite un travail beaucoup plus important et surtout dans une certaine autonomie ou un soutien de la famille, ce qui crée des inégalités individuelles qui sont importantes à garder à l'esprit et à pallier d'éventuelles lacunes, voire des trous noirs dans les contenus censés être acquis au niveau du programme effectué pendant ces périodes.

Éducateurs de rue 2.0 et psys en ligne

Le travail des éducateurs et travailleurs du social est de pouvoir rencontrer et intervenir auprès des jeunes là où ils se trouvent, car, souvent, la rencontre est impossible ailleurs et la démarche personnelle d'aller vers l'autre et de demander de l'aide n'est pas simple pour des jeunes en difficulté.

Même avant le confinement, les éducateurs de rue et autres professionnels, du social, du soin et de la culture ou de la prévention ont bien pris conscience que les mondes virtuels sont des terrains investis par les jeunes et qui peuvent permettre de les aborder et d'entrer en lien avec eux sur le Net (des forums, chats et autres possibilités de communication). Avec souvent l'idée d'amener vers des rencontres en présentiel, les professionnels se saisissent de ces moyens de communication à distance pour limiter les effets de résistance observés chez les jeunes qui peuvent avoir du mal à s'engager directement dans une démarche d'aide et qui vont profiter du pseudonymat des médias numériques pour confier leurs peines ou demander conseil.

La pandémie de Covid-19 a encore une fois accéléré un mouvement déjà là en étendant l'usage de ces médias plus largement et en rendant leur pratique quasi exclusive, notamment lors du premier confinement.

Les observations de ces pratiques dans un léger après-coup sont riches en enseignements et permettent de remettre en question, voire de battre en brèche, certains préjugés qui avaient jusque-là marqué ces pratiques. On va en aborder trois, mais, bien sûr, la liste est plus longue.

Les adultes ne sont pas des dinosaures du Net

Souvent, les adultes qui s'aventuraient dans les mondes virtuels à la rencontre des adolescents étaient des personnes ayant un attrait particulier pour la modernité et l'utilisation des nouvelles technologies, et même assez souvent des jeunes geeks. Avec la pandémie, quasiment tous les professionnels ont dû en plus ou moins grande partie s'adapter au télétravail et aux différentes modalités de mise en communication à distance, notamment les visioconférences. Les adultes pas forcément intéressés par les outils numériques ont dû s'y pencher de plus près, apprivoiser et finalement utiliser pleinement ces dispositifs, avec grand succès. Une fois l'appréhension dépassée, les adultes ont fait preuve de capacités d'adaptation exceptionnelles et maîtrisent de nombreux outils qui leur paraissaient jusqu'à présent trop compli-

qués, mais surtout qu'ils n'avaient jamais pris le temps de vraiment connaître dans une sorte d'appréhension anxieuse, inhibant tout ce qui touche les nouvelles technologies et qui bousculait trop leurs repères prénumériques.

Les adolescents ne sont pas forcément toujours à l'aise avec l'utilisation des nouvelles technologies

Les générations ayant baigné dans le virtuel dès leur plus jeune âge ont une certaine aisance quasiment intuitive face aux outils numériques. Il suffit d'observer les bébés qui dans une soif d'imiter la passion parentale pour le smartphone vont très vite trouver comment le manipuler, faire défiler les images d'un écran tactile, allumer des appareils, etc.

Les parents délèguent volontiers aux générations nouvelles les tâches qui concernent l'installation d'un nouvel appareil, d'une box télé, le téléchargement de musiques ou de films et bien d'autres choses. Les jeunes ont souvent un coup d'avance et il n'est pas rare que les parents demandent même à leurs adolescents comment installer le contrôle parental, qu'ils sont bien sûr par la suite en mesure de trafiquer pour s'adonner sans limites à leurs passions virtuelles.

Il ne fallait pas beaucoup plus pour que le mythe des jeunes « experts » en matière de numérique soit né. Cependant, la crise sanitaire et la communication à distance avec les adultes ont fait sortir les jeunes de leur zone de confort. En effet, les jeunes s'y connaissent bien en nouvelles technologies, mais surtout quand cela touche leurs centres d'intérêt. Le fait de devoir utiliser les outils plus sérieux des adultes (courriels, logiciels de visioconférence etc.) n'a pas été aussi simple que cela et de nombreux jeunes, notamment ceux de milieux précaires où les parents n'ont pas de culture numérique et l'équipement correspondant, se sont trouvés en difficulté.

Le cadre peut survivre au virtuel

Durant la crise sanitaire, les nombreuses sollicitations pour des interventions en ligne ont eu lieu, parfois dans

une continuité d'une prise en charge déjà engagée, parfois dans une démarche nouvelle de demande d'aide. Sans forcément pouvoir proposer toujours un cadre satisfaisant par rapport aux pratiques en présentiel, les professionnels ont répondu à leur façon, en s'appuyant sur leur créativité et en adaptant leur cadre de la meilleure manière possible.

Les difficultés étaient nombreuses, parfois plus liées au contexte de crise sanitaire que forcément au distanciel imposé. La question du cadre a été centrale pour tous les professionnels, car les glissements du côté du privé et de l'intime, peut-être renforcés par un contexte qui nous sollicite dans notre humanité, ont été un obstacle important dans la prise en charge des adolescents.

Comment assurer une séparation entre l'espace professionnel et l'espace privé quand on contacte les jeunes parfois par ses propres réseaux sociaux, ses messageries ou passant par son téléphone portable personnel ? Comment mettre une limite de temps, d'horaires et de jours « ouvrables » quand il n'y a plus de lieu d'accueil et qu'on se trouve dans un temps suspendu, contournant les limites classiques ? Après un certain flottement, les repères professionnels ont permis de cadrer les pratiques et parfois même eu comme effet de cadrer les journées et les semaines des adolescents servant de repères temporels.

Le travail à distance, différent de celui en présence, a pu, dans ce contexte, soutenir suffisamment les adolescents qui ont demandé de l'aide, parfois même sans que cela se poursuive car des demandes occasionnelles ont pu aussi émerger. L'idéalisation d'un présentiel à tout prix et d'un distanciel comme première approche avant qu'un travail de près puisse avoir lieu a peut-être laissé place à une réflexion au cas par cas plus pertinente.

Être adolescent en temps de pandémie

La pandémie a renforcé quantitativement l'usage du numérique chez les adolescents, déjà bien plongés

dans les mondes virtuels avant cette période particulière. Comme évoqué dans toute cette partie dédiée à la pandémie de Covid-19, de nombreux domaines de la vie des adolescents se sont vus chamboulés. Pour plusieurs jeunes, un sentiment d'injustice est présent, évoquant une adolescence – jeunesse sacrifiée, volée, en particulier pour ceux en fin d'études du secondaire et ceux entrant dans le supérieur et pour qui il n'a pas été possible de faire tout ce qu'ils ont rêvé et anticipé fantasmatiquement de ces années si importantes dans la vie de tout être humain. Se plaindre de ses frustrations est en plus ardu en pleine crise sanitaire avec un nombre de morts et d'hospitalisés en soins intensifs et réanimations auxquels il est difficile de ne pas penser, les chiffres étant diffusés chaque jour.

Étouffer la vivacité de son adolescence par culpabilité ? L'enjeu n'est pas simple, surtout que la proximité avec ses parents rend encore plus complexe ce processus adolescent particulièrement mis à l'épreuve par la pandémie de Covid-19. Il n'est pas étonnant de voir une résurgence de tentatives de suicide et de nombreux passages à l'acte violents face à cette épreuve si coûteuse psychiquement pour les adolescents.

Les mondes virtuels ont joué un rôle central pour accompagner les jeunes pendant cette période. Entre les moments de classes virtuelles et d'autres temps de loisirs et activités périscolaires, les jeunes se sont aussi investis dans les mondes virtuels et notamment les jeux vidéo pour satisfaire de nombreux besoins psychiques et même physiques. Le besoin de bouger, très pressant à l'adolescence, a été une des plaintes centrales des adolescents, se sentant parfois piégés, emprisonnés, comme des lions en cage. Étonnamment, les mondes virtuels offrent une fenêtre au monde, une ouverture, et permettent de s'évader et de voyager virtuellement. L'immersion associée à une forte implication de la sensori-motricité donne une impression d'être soi-même en mouvement, en particulier quand il s'agit d'incarner un avatar qui se déplace dans les mondes virtuels, court, vole.

Dans les mondes virtuels, ils ont aussi trouvé des espaces informels d'échanges entre eux. En effet, sans pouvoir se croiser à la cour et dans les couloirs de l'école, du collège, du lycée ou de leurs lieux de formation, les jeunes gardent cette envie de se retrouver à plusieurs et non seulement dans les échanges avec son cercle restreint. Dans les moments de confinement, différents groupes WhatsApp, Discord et bien d'autres espaces virtuels ont été créés pour que des lieux où l'on peut se retrouver entre pairs, sans le regard de l'adulte, puissent advenir au moins virtuellement. Le manque de transitions entre les moments de fin de cours ou d'autres activités, se retrouvant tout de suite dans leur chambre, sans chemin à parcourir, perturbant pour les adultes aussi, semble pallié par les adolescents par ces interstices virtuels, rendant plus douce la séparation avec les autres.

Conclusion

Comment comprendre l'investissement des adolescents envers les mondes virtuels et quel peut être son effet sur le processus adolescent ?

En devenant parfois des ascètes des mondes virtuels, face aux transformations pubertaires, en établissant des relations d'objet virtuel(les)¹⁷ face à l'imprévu de la rencontre de l'autre, et en restant connectés, retardant le moment de partir et de construire leur vie d'adulte, le virtuel technoscientifique risque de figer le processus adolescent.

Mais les rencontres cliniques avec les jeunes en quête de ce virtuel amènent d'autres questionnements.

Est-ce que ce recours au virtuel permettrait de maintenir un équilibre psychique durant cette période de crise que constitue l'adolescence, ayant alors une fonction de défense du moi fragilisé par l'aventure adolescente, ou s'agira-t-il, plutôt, d'un travail psychique qui se met doucement en place ? Pour rétablir l'équilibre dans un appareil psychique débordé par le pulsionnel, nous pouvons mobiliser des mécanismes de défense plus ou moins efficaces, mais également produire un travail psychique, porteur d'espoir et d'évolution. L'illustration même de cette idée de travail est celle du rêve. Dans la théorie freudienne, on retrouve également le travail du deuil et le travail de la culture comme des exemples majeurs de cette élaboration psychique, qui nous permettront de faire face à des situations particulièrement débordantes, préservant ainsi la personne. Le recours au virtuel comme automédication et risquant d'empoisonner pourrait ainsi emprunter le chemin du *pharmakon* comme remède.

L'appui pour un travail psychique possible semble offert par le biais du recours au virtuel, ouvrant, alors, des

voies à explorer dans de nombreuses situations de crise, qui fragilisent l'équilibre psychique. En effet, la période de l'adolescence constitue un paradigme de transformation, notamment par l'aspect de métamorphose physique qu'il comporte, donnant à ce passage une teinte particulière.

À ce propos, il est intéressant de constater que les études sur le virtuel ciblent souvent des périodes de chamboulement majeur, par exemple, l'intervention du virtuel dans le passage vers le devenir parent où l'imagerie médicale vient accompagner ce processus. L'utilisation du virtuel technoscientifique par les personnes âgées est également en voie d'expansion, avec des études qui s'annoncent pour y explorer les enjeux.

Ainsi, le virtuel interfère de façon inédite, pour accompagner des changements, peut-être comme un nouveau rite, venant s'offrir dans une société actuelle, qui tente, sous l'influence de la modernité, de les effacer.

Le virtuel semble, alors, avoir de l'avenir, le chemin de son exploration ne faisant que commencer...

17. S. Missonnier, « Une relation d'objet virtuelle ? », *Le Carnet PSY*, n° 120, 2007, pp. 43-47.

Bibliographie

- Brun A., *Les médiations thérapeutiques*, Toulouse, Érès, 2011.
- Derrida J., *La pharmacie de Platon. La dissémination*, 1968, Paris, Éditions du Seuil, 1972, pp. 77-213.
- Estellon V., *Les sex-addicts*, Paris, PUF, 2014.
- Freud S., « Deuil et mélancolie », in *Métapsychologie*, Paris, Gallimard, 1968 (1re éd. 1915).
- Freud A., « Angoisse pulsionnelle à la puberté », in *Le moi et les mécanismes de défense*, Paris, PUF, 1946, pp. 141-160.
- Gillet G., Leroux Y., *Le jeu vidéo pour soigner ?*, Toulouse, Érès, 2021.
- Gozlan A., *Le harcèlement virtuel*, Bruxelles, Temps d'arrêt, Yapaka.be, 2018.
- Haza M., *Médiations numériques : jeux vidéo et jeux de transfert*, Toulouse, Érès, 2019.
- Houssier F., *Psychanalyse de la pop culture*, Toulouse, Érès, 2020.
- Kafka Fr., *La métamorphose, suivi de Un artiste du jeûne*, Paris, Booking International, 1996 (1re éd. 1915).
- Kestenber E., « L'identité et l'identification chez les adolescents : problèmes théoriques et techniques », *Psychiatrie de l'enfant*, n° 5 (2), 1962, pp. 441-522.
- Laufer M., Laufer M.-E., *Adolescence et rupture du développement : une perspective psychanalytique*, Paris, PUF, 1989.
- Lombart G., « Interrogations à propos de la communication par Mails et News », *Champ Psychosomatique*, n° 22 (2), 2001, pp. 71-82.
- Missonnier S., « Une relation d'objet virtuelle ? », *Le Carnet PSY*, n° 120, 2007, pp. 43-47.
- Rinaudo J.-L., « Fin de l'école ! Fin des enseignants ! Au-delà des discours », *Éducation & Formation*, n° 309, 2018, pp. 11-16.
- Roussillon R., « Une métapsychologie de la médiation et du médium malléable », in Brun, A. (dir.), *Médiations numériques et psychothérapie*, Paris, Dunod, 2019, pp. 42-40.
- Stora M., *Et si les écrans nous soignaient ?* Toulouse, Érès, 2018.
- Tisseron S., Gutton Ph., « Débat : jeunes joueurs excessifs », in S. Tisseron et Ph. Gutton (dir.), *Adolescence*, n° 69, 2009, pp. 587-590.
- Vlachopoulou X., Missonnier S., *Psychologie des écrans*, Paris, PUF, 2015.
- Willo G., Missonnier S., « Le "surgissement" cybernétique, un opérateur du transfert dans la psychose ? », *Adolescence*, n° 1(1), 2012, pp. 179-189.
- Yvorel J., « Quelques remarques historiques autour de la notion de dépendance », *Dépendances*, n° 3, 1991, pp. 25-30.

Pour approfondir le sujet



Xanthie Vlachopoulou

- 🎬 · Quel accompagnement éducatif des jeux vidéo avec les adolescents ?, avec Olivier Duris
- Le virtuel, une aire de construction pour l'adolescent ?, avec Angélique Gozlan
- Le défi à l'adolescence se fonde sur un besoin de reconnaissance, avec Marion Haza
- Hypersexualisation des adolescents sur les réseaux sociaux : quel accompagnement éducatif ?, avec Olivier Duris
- Adolescence et réseaux sociaux, une nouvelle modalité d'être en relation ?, avec Angélique Gozlan
- ...
- 📖 · L'attachement, un lien revisité à l'adolescence, Lauriane Vulliez-Coady, Frédéric Atger, Claire Lamas
- Le harcèlement virtuel, Angélique Gozlan
- Covid-19 : l'impact sur la santé mentale des jeunes, Sophie Maes
- Challenges numériques sur les réseaux sociaux, Marion Haza, Thomas Rohmer
- Résister à l'algocratie - Rester humain dans nos métiers et dans nos vies, Vincent Magos
- ...
- 📄 · Les réseaux sociaux, lieux de socialisation à l'adolescence
- Le porno et les ados
- ...

Temps d'Arrêt / Lectures

Dernier parus

- 101. Du déclin au réveil de l'intérêt général.** Dany-Robert Dufour
- 102. La parentalité aujourd'hui fragilisée.** Gérard Neyrand
- 103. L'attention à l'autre.** Denis Mellier*
- 104. Jeunes et radicalisations.** David Le Breton
- 105. Le harcèlement virtuel.** Angélique Gozlan
- 106. Le deuil prénatal.** Marie-José Soubieux, Jessica Shulz
- 107. Prévenir la négligence.** Claire Meersseman
- 108. A l'adolescence, s'engager pour exister.** Marie Rose Moro
- 109. Le secret professionnel, fondement de la relation d'aide et d'écoute.** Claire Meersseman, André Donnet, Françoise Dubois, Cécile Guilbau
- 110. La portée du langage.** Véronique Rey, Christina Romain, Sonia DeMartino, Jean-Louis Deveze
- 111. Être porté pour grandir.** Pierre Delion
- 112. Le travail social animé par la « volonté artistique ».** David Puaud
- 113. Quand la violence se joue au féminin.** Véronique Le Goaziou
- 114. Résister à l'algocratie - Rester humain dans nos métiers et dans nos vies.** Vincent Magos
- 115. Mères et bébés en errance migratoire.** Christine Davoudian
- 116. Faire famille au temps du confinement et en sortir...** Daniel Coum
- 117. Challenges numériques sur les réseaux sociaux.** Marion Haza, Thomas Rohmer
- 118. La découverte sensorielle et émotionnelle du bébé.** Ayala Borghini
- 119. Rire... et grandir.** David Le Breton
- 120. Adolescence en temps de Covid-19 entre crise-passions et crispations.** Aurore Mairy
- 121. Ensauvagement du monde, violence des jeunes.** Danièle Epstein
- 122. Accueillir la vie en temps de pandémie.** Pascale Gustin
- 123. L'entrée dans le langage.** Jean-Claude Quentel
- 124. Naître et grandir.** Jacques Gélis
- 125. La parentalité désorientée Mal du XXI^e siècle ?** Ludovic Gadeau
- 126. Puissance de l'imaginaire à l'adolescence.** Ivan Darrault-Harris
- 127. Quand la parole déconfiné,** Pascal Kayaert
- 128. Covid-19 : l'impact sur la santé mentale des jeunes.** Sophie Maes
- 129. Le monde de l'enfance après un an de crise sanitaire.** Pierre Delion
- 130. Comme une tombe. Le silence de l'inceste.** Anne-Françoise Dahin
- 131. Maltraitance institutionnelle en temps de crise.** Emmanuel de Becker

* Ouvrage épuisé.

Découvrez toute la collection Temps d'Arrêt et retrouvez nos auteurs sur yapaka.be pour des entretiens vidéo, conférences en ligne...