

Acrobatie avec partenaire: Les adolescents au secondaire I

Au degré secondaire I, les élèves se retrouvent en pleine phase pubertaire. De nombreux changements physiques et psychiques marquent ce passage dans un temps relativement court.

La croissance parfois rapide engendre des modifications au niveau des proportions corporelles, avec des rapports de levier différents. Le jeune voit son corps se transformer et ses sensations évoluer.

Les changements hormonaux s'accompagnent de bouleversements émotionnels parfois difficiles à gérer. Les adolescents se sentent souvent dépassés par ces transformations qui peuvent engendrer des sentiments d'insécurité. Pudeur exacerbée, doute sur ses capacités, mal-être et même accès de colère ne sont pas rares durant cette phase de la vie.



S'ajoute à cela une accentuation des stéréotypes liés au genre aussi bien chez les garçons que chez les filles. Les adolescents s'affirment comme des «machos» avec une propension à la prise de risque et aux défis, histoire de montrer qui est le plus fort, le plus viril. Les filles au contraire se concentrent sur leur apparence et sur les effets qu'elles peuvent produire. Beauté, style, habillement occupent de plus en plus de place.

L'importance des pairs

En société, les adolescents adoptent parfois des attitudes provocatrices, mais ils peuvent tout aussi bien se replier sur eux-mêmes, se désinvestir. L'appartenance au groupe revêt pour les garçons comme pour les filles une importance majeure tant la peur du rejet, de la mise à l'écart est grande à cet âge. Une attitude cool, faussement désinhibée apparaît comme une réponse à cette peur, mais aussi comme un besoin de reconnaissance et de respect.

Bien que les filles s'intéressent aux garçons durant cette phase, elles adoptent souvent un comportement dévalorisant, voire de rejet, une manière de se prémunir contre leurs propres sentiments d'insécurité et de peur.

Les adolescents donnent parfois une impression d'arrogance alors qu'ils sont très fragiles à l'intérieur. Ils recherchent reconnaissance, soutien et repères auprès des personnes de référence, tandis que chez leurs pairs, ce sont les sentiments d'appartenance et d'identité qui prévalent. Se démarquer des adultes et gagner en indépendance, voilà les deux pôles de leurs recherches.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO