



HAL
open science

Prise de risque à l'adolescence : influence des émotions et des normes sociales

Marianne Habib

► **To cite this version:**

Marianne Habib. Prise de risque à l'adolescence : influence des émotions et des normes sociales. La Revue de Santé Scolaire et Universitaire, 2024, 10.1016/j.revssu.2023.12.008 . hal-04445640

HAL Id: hal-04445640

<https://hal.science/hal-04445640v1>

Submitted on 14 Mar 2024

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

PRISE DE RISQUE A L'ADOLESCENCE – L'INFLUENCE DES EMOTIONS ET DES NORMES SOCIALES

Marianne Habib

Maitresse de conférences en psychologie du développement cognitif

Laboratoire DysCo

Université Paris 8

marianne.habib@univ-paris8.fr

Résumé

Au cours de l'adolescence, les comportements de prise de risque peuvent s'accroître. L'augmentation de ces comportements serait la conséquence de plusieurs facteurs, tels que la sensibilité accrue aux récompenses, une plus grande impulsivité de certains adolescents, le contexte social, des opportunités de prise de risque plus nombreuses, ou encore les normes sociales à propos des comportements attendus au sein de ce groupe d'âge. Cette revue de la littérature propose d'explorer l'influence de ces différents facteurs sur la prise de risque à l'adolescence.

Mots clés : prise de risque, adolescence, émotions, contexte social, normes sociales, regret

Introduction

Si vous êtes parents de jeunes enfants ou que vous en côtoyez, vous avez peut-être entendu dire des phrases telles que : « il se comporte déjà comme un adolescent », « il s'avachie comme un adolescent », ou encore « s'il prend déjà autant de risques maintenant, alors qu'est-ce que ça va être à l'adolescence ? ». La période de l'adolescence est souvent associée à la rébellion, l'irrespect, ou encore à la prise de risque. Si ces représentations peuvent s'avérer juste dans certains cas, elles peuvent aussi être souvent le reflet de stéréotypes négatifs à propos de cette période.

Que savons-nous de la prise de risque l'adolescence ?

L'adolescence, phase de transition entre l'enfance et l'âge adulte, est souvent décrite comme une période de prise de risque accrue, par rapport à l'enfance et à l'âge adulte ¹. Une prise de risque accrue peut être définie comme une plus grande propension à adopter des comportements potentiellement dangereux, ce qui entraîne une augmentation des taux de morbidité et de mortalité pendant l'adolescence ^{2,3}. Un certain nombre d'études reporte des niveaux élevés d'abus de substances, de rapports sexuels non protégés et de conduite automobile à risque ¹. De nombreux comportements à risque apparaîtraient ou culmineraient à l'adolescence ³.

Étant donné les conséquences potentiellement critiques de cette prise de risque accrue sur la scolarité, le bien-être, et la santé, il est important d'en comprendre les fondements. Plusieurs études ont identifié des facteurs importants conduisant à une plus grande prise de risque à l'adolescence, tels que la sensibilité aux récompenses, le contrôle de soi ou la présence des pairs ³. Récemment, des travaux ont également mis en évidence l'influence de leurs propres croyances à propos de la prise de risque adolescente et de l'influence de leurs pairs sur cette dernière ^{4,5}. Il s'agit de questions importantes étant donné que les croyances influencent les jugements et les décisions.

L'influence des émotions et du contexte social sur les comportements à risque

Les modèles issus des travaux d'imagerie cérébrale postulent qu'un déséquilibre de maturation entre deux systèmes cérébraux peut expliquer les niveaux accrus de comportements à risque à l'adolescence par rapport à l'enfance et à l'âge adulte ⁶. D'une part, le **système émotionnel**, intervient dans la sensibilité aux récompenses et la recherche de sensation et d'autre part, le **système de contrôle** intervient dans la régulation de ces émotions et de la résistance aux réponses automatisées et impulsives.

La maturité relative du **système émotionnel** pendant l'adolescence entraîne une plus grande recherche de sensations et de récompenses et, par conséquent, une prise de risque accrue. En

revanche, le **système de contrôle**, encore immature, ne parvient pas à réguler ces processus émotionnels. Cela est particulièrement vrai dans les situations susceptibles de générer des émotions fortes, comme les **contextes sociaux** (tels que la présence de pairs), qui conduisent le système émotionnel à répondre plus fortement aux indices signalant les récompenses potentielles d'un comportement risqué, et conduisent par conséquent à des niveaux accrus de prise de risque ^{1,7}.

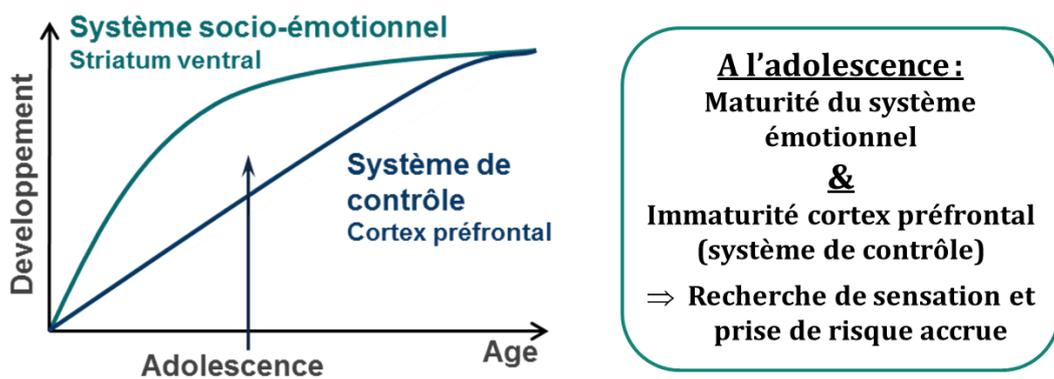


Figure 1 : Trajectoire simplifiée de développement des régions sous-tendant le système socio-émotionnel et le système de contrôle (adapté de Casey et al., 2008). A l'adolescence, le système socio-émotionnel est mature, tandis que le système de contrôle est encore immature, ce qui peut conduire à une plus grande recherche de sensation et une plus grande prise de risque.

Ainsi, comprendre la prise de risque des adolescents nécessite de prendre en compte le contexte social et, plus particulièrement, l'**influence des pairs**⁸. Lorsque les adolescents sont en présence de pairs, que ce soit dans des contextes compétitifs ou non, ils sont enclins à adopter un comportement plus téméraire, à préférer les récompenses immédiates aux récompenses différées, à se conformer à la perception qu'ont leurs pairs du caractère risqué des situations quotidiennes et à exprimer moins de regrets après leur décision ^{9,10}. La présence des pairs accroît les comportements quotidiens à risque, tels que l'abus d'alcool ou la consommation de cannabis

¹⁰.

*Notons que les émotions ne causent pas systématiquement un accroissement de la prise de risque. Le **regret**, par exemple, est défini en psychologie comme l'émotion ressentie lorsque l'on se dit que les choses auraient pu être meilleures si nous avions pris une autre décision. Cette émotion permettrait une forme d'apprentissage émotionnel, suite au résultat de nos décisions. Le regret permettrait d'adapter l'évaluation de nos actions suite au résultat obtenu*¹¹. *Etant donné qu'il s'agit d'une émotion aversive, que nous souhaitons éviter de ressentir, l'individu adapte son comportement et ses décisions en vue d'éviter ce ressenti, ce qui peut contribuer à réduire la prise de risque*¹¹. *Les adolescents sont capables de ressentir du regret dans des situations de prise de décision individuelle*¹². *Toutefois, leur ressenti du regret diminue en contexte de compétition sociale*⁹.

L'adolescence est-elle véritablement une période de prise de risque accrue ?

Les recherches récentes ne confirment pas toujours le stéréotype selon lequel l'adolescence serait une période de comportements irrationnels et potentiellement dangereux^{8,13}. En effet, **la prise de risque inadaptée ne caractériserait qu'un sous-ensemble d'adolescents**: les adolescents présentant une impulsivité supérieure à la moyenne et manquant de contrôle de soi prennent plus de risques dès leur plus jeune âge et continuent à présenter des difficultés de maîtrise de leur comportement jusqu'à l'âge adulte¹⁴.

Lorsqu'on s'intéresse à la moyenne des adolescents, certaines études ont rapporté une **absence d'augmentation de la prise de risque ou de la perception du risque** par rapport aux adultes¹⁰. Lorsqu'il s'agit d'utiliser des informations sur les probabilités et les récompenses, ou de percevoir les risques associés à une situation, **les adolescents peuvent afficher des performances similaires à celles des adultes**¹⁰. Dans des situations où le risque est « connu » (c'est-à-dire que les probabilités et l'ampleur des conséquences négatives comme positives sont connues), la prise de risque diminuerait même linéairement avec l'âge et ne présenterait pas de pic à l'adolescence¹⁴. Enfin, les adolescents présentent des niveaux de prise de risque inférieurs

à ceux des jeunes adultes, concernant par exemple la consommation de marijuana et la consommation excessive d'alcool, qui atteignent leur apogée au milieu de la vingtaine plutôt qu'à l'adolescence ¹⁰.

D'après Defoe et al. (2019), les niveaux accrus de prise de risque observés à l'adolescence, par rapport à l'enfance, refléteraient un plus grand nombre d'opportunités de risque, qualifiées d'**exposition au risque**. Les adolescents passant plus de temps avec leurs pairs et étant plus souvent non surveillés par les adultes que les enfants, ils se retrouvent dans des situations plus propices au risque et sont plus susceptibles d'être influencés par autrui. L'influence des pairs peut donc être décrite comme une exposition sociale au risque, les adolescents étant associés à la prise de risque par l'intermédiaire de leurs pairs. Cependant, l'influence des pairs n'est pas toujours négative, et **les effets des pairs sur la prise de risque peuvent également être positifs** ¹⁵. Cet effet de la « norme sociale des pairs » ⁵ survient lorsque les adolescents perçoivent que les comportements positifs sont promus par leurs pairs. L'influence sociale (telle que la conformité sociale ou le conformisme) n'est pas spécifique à l'adolescence, et peut être observée à l'âge adulte. Toutefois, contrairement à l'adolescence, l'âge adulte n'est pas généralement perçu comme une période de prise de risque accrue. De plus, les comportements de prise de risque des adultes semblent moins sensibles à l'influence des pairs ⁷.

Quelle influence de la norme sociale sur les comportements de prise de risque des adolescents ?

Plusieurs études indiquent que les adultes de différents pays endossent des stéréotypes négatifs à propos de l'adolescence tels que la rébellion, l'humeur changeante et l'impulsivité ^{5,13}. Ces caractéristiques sont régulièrement perpétuées par les représentations médiatiques ¹³. L'activation des stéréotypes peut alors avoir un impact significatif sur la manière dont les individus donnent un sens à leur environnement et sur leurs propres comportements ⁵.

Les adolescents sont sensibles aux normes sociales perçues, qui peuvent influencer leur comportement. Ainsi, le fait de percevoir que leurs pairs adoptent fréquemment un comportement particulier est un facteur déterminant pour l'adoption de ce comportement ¹³. Nos travaux mettent en évidence que **les adolescents évaluent l'adolescence comme une période de prise de risque accrue par rapport à l'âge adulte**. Ils indiquent aussi que la présence des pairs favorise cet effet ⁵. Cependant, interrogés sur leur propre prise de risque, ils se perçoivent comme prenant peu de risque. Ainsi, les adolescents intègrent des normes sociales à propos des comportements attendus de leur groupe, à savoir une prise de risque accrue, ce qui peut avoir une influence directe sur leur propre prise de risque.

Les stéréotypes négatifs de l'adolescence ont été liés à une prise de risque accrue : les jeunes adolescents endossant des stéréotypes négatifs à propos de l'adolescence présentaient une modulation de l'activation du système de contrôle, qui était associée à une augmentation plus importante de la prise de risque ¹³. Au contraire, une intervention a eu pour but de lutter contre les stéréotypes associés à l'adolescence (rébellion, irresponsabilité ou irrespect) en soulignant leur inexactitude. Elle a permis d'améliorer les résultats scolaires et l'engagement scolaire des adolescents ¹³. Par conséquent, la perception que les adolescents - en tant que groupe social - sont plus enclins à prendre des risques peut renforcer leurs niveaux de comportement à risque, tandis que la lutte contre ces stéréotypes peut la réduire.

Conclusion

La tendance à s'engager dans un comportement de prise de risque a été liée à une plus grande tendance à explorer des aspects inconnus de l'environnement et à acquérir sa propre indépendance ¹⁰. La prise de risque à l'adolescence comporte aussi des composantes positives (p.ex. aider un ami en difficulté, s'engager en faveur de causes écologiques). **La prise de risque peut être considérée comme un comportement crucial pour la construction de l'identité et de l'autonomie des adolescents**. L'adhésion à une norme sociale supposant que la prise de

risque - en particulier en présence de pairs – est corrélative de l'adolescence, pourrait être considérée comme un processus qui renforce l'appartenance des adolescents à un groupe. Toutefois, cette perception peut contribuer à un conflit entre l'autoreprésentation des adolescents (qui se perçoivent comme prenant moins de risques) et leurs croyances à propos du groupe des adolescents.

Le fait de se conformer aux normes sociales perçues peut influencer ses propres comportements. La prudence est donc de mise lorsque l'on étiquette (inexactement) les adolescents comme des preneurs de risques, car cela peut créer une identité de preneur de risques chez les adolescents et/ou les motiver à s'associer à des pairs qui prennent des risques, ce qui pourrait à son tour conduire à des formes inadaptées de prise de risques ⁴.

Bibliographie

1. Casey BJ, Getz S, Galvan A. The adolescent brain. *Dev Rev.* 2008;28(1):62-77.
2. Blakemore SJ. Avoiding Social Risk in Adolescence. *Curr Dir Psychol Sci.* 2018;27(2):116-122. doi:10.1177/0963721417738144
3. Crone EA, Dahl RE. Understanding adolescence as a period of social-affective engagement and goal flexibility. *Nat Rev Neurosci.* 2012;13(9):636-650. doi:10.1038/nrn3313
4. Defoe IN, Rap SE, Romer D. Adolescents' own views on their risk behaviors, and the potential effects of being labeled as risk-takers: A commentary and review. *Front Psychol.* 2022;13. Accessed July 17, 2023. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.945775>
5. Habib M, Osmont A, Tavani JL, Cassotti M, Caparos S. Is adolescence believed to be a period of greater risk taking than adulthood? *Int J Adolesc Youth.* 2023;28(1):2242469. doi:10.1080/02673843.2023.2242469
6. Steinberg L. A social neuroscience perspective on adolescent risk-taking. *Dev Rev.* 2008;28(1):78-106. doi:10.1016/j.dr.2007.08.002

7. Chein J, Albert D, O'Brien L, Uckert K, Steinberg L. Peers increase adolescent risk taking by enhancing activity in the brain's reward circuitry. *Dev Sci.* 2011;14(2):F1-F10. doi:10.1111/j.1467-7687.2010.01035.x
8. Defoe IN, Semon Dubas J, Romer D. Heightened Adolescent Risk-Taking? Insights From Lab Studies on Age Differences in Decision-Making. *Policy Insights Behav Brain Sci.* 2019;6(1):56-63. doi:10.1177/2372732218801037
9. Habib M, Borst G, Poirel N, Houdé O, Moutier S, Cassotti M. Socio-Emotional Context and Adolescents' Decision Making: The Experience of Regret and Relief After Social Comparison. *J Res Adolesc.* 2015;25(1):81-91. doi:10.1111/jora.12092
10. Osmont A, Aïte A, Habib M. Émotions et apprentissages en situations de prise de décision, au cours du développement. In: *Processus Émotionnels En Situation d'apprentissage.* ISTE. ; 2021.
11. Habib M, Cassotti M. Le temps des regrets : comment le développement du regret influence-t-il la prise de décision à risque des enfants et des adolescents ? *L'Année Psychol.* 2015;115(04):637-664. doi:10.4074/S0003503315000214
12. Habib M, Cassotti M, Borst G, et al. Counterfactually mediated emotions: A developmental study of regret and relief in a probabilistic gambling task. *J Exp Child Psychol.* 2012;112(2):265-274. doi:10.1016/j.jecp.2012.01.007
13. Telzer EH, Dai J, Capella JJ, Sobrino M, Garrett SL. Challenging stereotypes of teens: Reframing adolescence as window of opportunity. *Am Psychol.* 2022;77(9):1067-1081. doi:10.1037/amp0001109
14. Romer D, Reyna VF, Satterthwaite TD. Beyond stereotypes of adolescent risk taking: Placing the adolescent brain in developmental context. *Dev Cogn Neurosci.* 2017;27:19-34. doi:10.1016/j.dcn.2017.07.007

15. Osmont A, Camarda A, Habib M, Cassotti M. Peers' Choices Influence Adolescent Risk-taking Especially When Explicit Risk Information is Lacking. *J Res Adolesc*. Published online 2021. doi:<https://doi.org/10.1111/jora.12611>