



Les parents & l'adolescence

Être parent engendre de nombreux plaisirs, mais implique aussi des responsabilités.

Au démarrage de la vie, le bébé puis l'enfant tout petit est dépendant de ses parents. Ses actes, ses pensées dépendent des idées, de l'éducation et des valeurs des parents. L'enfant est nourri, porté, habillé, choyé. Le parent, à ces âges du tout petit, occupe toute la place, il décide. L'enfant obéit. Le parent est le référent.

Puis l'enfant grandit ; il devient un adolescent, période qui démarre chez les filles vers 10 ans et chez les garçons vers 12 ans. C'est une période de changements majeurs pour le jeune. C'est une évolution des places, à la fois pour lui, mais aussi pour ses parents. C'est un moment compliqué pour tous au sein des familles.

C'est, pour le jeune, une période de remaniements. Tout se modifie. La puberté survient, le corps se transforme. Le jeune doit tenter de s'approprier et d'accepter ces modifications. Il s'interroge : suis-je normal ? suis-je suffisamment beau, fort, grand, etc.. ?

Ses relations aux autres changent. D'autres groupes d'amis peuvent se constituer.

L'adolescent est en prise avec un certain nombre de contraintes : les contraintes de ce corps changeant qu'il ne maîtrise pas, de l'école, des parents à un moment où il cherche à s'autonomiser, du groupe d'appartenance qui l'oblige à ressembler aux copains.

Cette ressemblance impose certes, une forme de conformité pour ne pas être rejeté du groupe, mais dans le même temps, elle est un moyen pour lui de cacher à l'entourage les transformations vécues et subies : plus je ressemble aux autres, moins je me sens différent d'eux, plus je me rassure sur ma normalité.

Ses objectifs sont d'exister pleinement, de trouver des moyens d'affirmation de son existence.

Pour tous les adolescents, il s'agit à cette période de rééquilibrer ce qui est bouleversé en chacun du fait de la puberté et de savoir qui ils sont et comment retrouver une place. C'est ce qu'on peut appeler : la transition, mouvement de passage entre l'enfant vers le devenir adolescent.

Un jeune disait pour définir ces périodes : « notre enfance pour les mères, c'est comme une autre grossesse après leur première (...) le mot que je trouve, c'est « couvé » ; elles nous couvent quand on est enfant et l'adolescence, c'est la véritable éclosion ».

Évolution des places et création de nouveaux repères pour tous

L'enfant grandit, devient adolescent. C'est un changement dans la famille. Le parent perd sa place de celui qui décide seul de tout. Il doit tenter de partager avec son jeune.

C'est en effet une place à part entière que le jeune cherche à acquérir, une reconnaissance de qui il est, de ses idées propres, de ses goûts, de ses solutions et de ses convictions. Le jeune veut agir seul, il veut également décider et par conséquent, à cet endroit, il y a un besoin de négocier et d'écouter de part et d'autre.

Le parent perd les repères de l'enfant qu'il avait

Le parent va devoir comprendre que son jeune grandit et qu'en conséquence, les places vont bouger. Il va devoir accepter l'évolution de son jeune et dans le même temps, accepter de changer dans sa manière d'être, de faire et d'interagir. Cela implique de créer de nouveaux repères.

Le parent cherche une nouvelle place et à recréer le lien qu'il pense avoir perdu. Certains parents disent : « On n'est jamais là où ils nous attendent », « Ils bougent de mois en mois », « Il faut beaucoup d'adaptations ».

À ces âges, où les pré-adolescents et adolescents cherchent à maîtriser et à faire seuls, ils interprètent les demandes ou les questions des parents comme : « papa et maman sont toujours sur mon dos ».

L'adolescent renvoie au parent « qu'il est à côté de la plaque ». Ce qui est entendu par les parents fréquemment de la part de leur adolescent, c'est : « tu ne comprends rien ».

Mais chacun à cette période est « à côté de la plaque », car l'adolescent lui-même se cherche. Il est à côté de lui-même. Il ne sait pas bien qui il est et ce qu'il souhaite précisément. Il s'observe changer (physiquement et dans ses relations), sans bien tout comprendre de ce qui lui arrive.

Un jeune de 19 ans disait : « l'adolescence, c'est terrible. C'est une déconstruction de tout et une reconstruction vers l'âge adulte (...) enfin, je veux dire, on tend vers l'adulte. »

Un autre de 20 ans disait : « la confrontation à l'autre dans l'adolescence, c'est un peu l'apprentissage de l'autre et c'est pas doux. »

Conseils aux parents

Le pré-adolescent perd les repères de l'enfant qu'il était

Tous ces mouvements, ces changements engendrent une forte inquiétude.

En même temps que le jeune veut grandir, l'inconnu lui fait peur. Il adopte en conséquence, des comportements provocateurs à l'égard de ses parents notamment pour que ces derniers lui mettent des limites.

Les limites mises en place par les parents le rassurent sur le fait qu'ils ne le laissent pas faire n'importe quoi et que même s'il grandit, ils ne le laisseront pas grandir seul. Cela lui signifie que ses parents sont toujours là.

L'adolescent cherche la solidité du lien. Il se sent ainsi protégé malgré tous ces changements.

Pour lui, l'important, c'est de se dire que ça n'est pas parce qu'il grandit que ses parents « disparaissent » d'autant que sa propre prise d'âge lui fait, en parallèle, prendre conscience du vieillissement de ses parents, ce qui bien entendu, ne participe pas de sa réassurance.

- Vous êtes et vous devez rester les référents. Vos jeunes ont besoin de vous non pas comme des copains, mais comme leurs parents. Quand ils provoquent, sont insolents, ils viennent chercher vos limites, vos réactions. Vos réactions les rassurent. Ça leur démontre qu'ils ne sont pas en train de grandir seul, que vous êtes là, toujours présents, en capacité de répondre. Ça leur témoigne que vous restez garant de leur sécurité. Malgré les changements, leur évolution et l'âge, vous savez toujours les protéger des autres et d'eux-mêmes, de leurs propres changements qu'ils ne maîtrisent pas.
- En revanche il faut, c'est vrai, faire évoluer les places. Votre jeune cherche à être reconnu, entendu dans ses avis. Il souhaite être respecté dans ses différences. Il ne veut pas être critiqué ni jugé.
- Il va s'agir de construire un système de partenariat participatif entre lui et vous. Il faut ouvrir un large espace de communication. Il faut l'inviter à proposer des solutions, le responsabiliser, puisqu'il considère souvent que vous êtes sur son dos, que vous vous trompez. Il est important de lui demander ce qu'il propose comme solution(s).
- Il est important de lui donner le sentiment qu'il décide de certaines choses. Vous lui donnez ainsi le sentiment qu'il a une place et qu'il en vaut la peine. Vous lui montrez ainsi que vous lui faites confiance.
- Vous allez devoir progressivement accepter de lâcher toute la place que vous occupiez précédemment : ne plus tout faire, laisser votre jeune faire seul de plus en plus de choses comme l'organisation de son travail, d'éventuelles prises de rendez-vous etc...

En conclusion, on sait que les familles évoluent tout au long de la vie en lien avec les événements (naissance, décès, plaisirs, drames, etc...), mais aussi avec le changement de place des enfants qui grandissent et l'avancée en âge des parents.

La plénitude des familles réside dans l'ouverture, l'acceptation, l'adaptation progressive à ces évolutions, mais elle réside aussi dans une large place faite au partage et à la communication.