

Véronique Moraldi  
Michèle Gaubert



# N'ayez pas peur d'éduquer vos ados...

Ce sont eux qui vous le demandent !

N'ayez pas peur  
d'éduquer vos ados...

Infographie: Johanne Lemay

**Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales du Québec et Bibliothèque et Archives Canada**

Moraldi, Véronique

N'ayez pas peur d'éduquer vos ados: ce sont eux qui nous le demandent

ISBN 978-2-7619-2693-5

1. Parents et adolescents. 2. Éducation des enfants.  
I. Gauvert, Michèle. II. Titre.

HQ799.15.M67 2010 649<sup>o</sup>.125 C2010-940079-8

**DISTRIBUTEURS EXCLUSIFS:**

- Pour le Canada et les États-Unis:  
MESSAGERIES ADP\*  
2315, rue de la Province  
Longueuil, Québec J4G 1G4  
Tél.: 450 640-1237  
Télécopieur: 450 674-6237  
Internet: [www.messageries-adp.com](http://www.messageries-adp.com)  
\* filiale du Groupe Sogides inc.,  
filiale du Groupe Livre Quebecor Media inc.
- Pour la France et les autres pays:  
INTERFORUM editis  
Immeuble Paryseine, 3, Allée de la Seine  
94854 Ivry CEDEX  
Tél.: 33 (0) 1 49 59 11 56/91  
Télécopieur: 33 (0) 1 49 59 11 33  
Service commandes France Métropolitaine  
Tél.: 33 (0) 2 38 32 71 00  
Télécopieur: 33 (0) 2 38 32 71 28  
Internet: [www.interforum.fr](http://www.interforum.fr)  
Service commandes Export - DOM-TOM  
Télécopieur: 33 (0) 2 38 32 78 86  
Internet: [www.interforum.fr](http://www.interforum.fr)  
Courriel: [cdes-export@interforum.fr](mailto:cdes-export@interforum.fr)
- Pour la Suisse:  
INTERFORUM editis SUISSE  
Case postale 69 - CH 1701 Fribourg - Suisse  
Tél.: 41 (0) 26 460 80 60  
Télécopieur: 41 (0) 26 460 80 68  
Internet: [www.interforumsuisse.ch](http://www.interforumsuisse.ch)  
Courriel: [office@interforumsuisse.ch](mailto:office@interforumsuisse.ch)  
Distributeur: OLF S.A.  
ZI. 3, Corminboeuf  
Case postale 1061 - CH 1701 Fribourg - Suisse  
Commandes: Tél.: 41 (0) 26 467 53 33  
Télécopieur: 41 (0) 26 467 54 66  
Internet: [www.olf.ch](http://www.olf.ch)  
Courriel: [information@olf.ch](mailto:information@olf.ch)
- Pour la Belgique et le Luxembourg:  
INTERFORUM BENELUX S.A.  
Fond Jean-Pâques, 6  
B-1348 Louvain-La-Neuve  
Téléphone: 32 (0) 10 42 03 20  
Fax: 32 (0) 10 41 20 24  
Internet: [www.interforum.be](http://www.interforum.be)  
Courriel: [info@interforum.be](mailto:info@interforum.be)

Gouvernement du Québec - Programme de crédit d'impôt pour l'édition de livres - Gestion SODEC - [www.sodec.gouv.qc.ca](http://www.sodec.gouv.qc.ca)

L'Éditeur bénéficie du soutien de la Société de développement des entreprises culturelles du Québec pour son programme d'édition.



Le Conseil des Arts du Canada  
The Canada Council for the Arts

Nous remercions le Conseil des Arts du Canada de l'aide accordée à notre programme de publication.

Nous reconnaissons l'aide financière du gouvernement du Canada par l'entremise du Programme d'aide au développement de l'industrie de l'édition (PADIE) pour nos activités d'édition.

01-10

© 2010, Les Éditions de l'Homme,  
division du Groupe Sogides inc.,  
filiale du Groupe Livre Quebecor Media inc.  
(Montréal, Québec)

Tous droits réservés

Dépôt légal: 2010  
Bibliothèque et Archives nationales du Québec

ISBN 978-2-7619-2693-5

Véronique Moraldi  
Michèle Gaubert

# N'ayez pas peur d'éduquer vos ados...

Ce sont eux qui vous le demandent !



Une compagnie de Quebecor Media

## Prologue

L'adolescence, qui autrefois n'intéressait personne, qui n'était même pas reconnue comme une quelconque problématique, fait aujourd'hui la une des magazines et les rayonnages des librairies croulent sous la charge des livres qu'on lui consacre. Si vous êtes perplexe et ne savez lequel choisir, filez au cinéma. Il serait étonnant que vous n'y trouviez pas votre bonheur. Cette année, une dizaine de films ont été consacrés à l'ado, au père de l'ado, aux révoltes de l'ado... aux professeurs de l'ado. Bref, l'adolescence questionne et il nous a même semblé qu'autour de nous, proches et moins proches perdaient un peu la tête, dramatisaient à l'extrême ce phénomène quand ils s'y trouvaient confrontés. Partout, on nous parlait de ce grand malaise de parents démunis ne sachant à quels saints se vouer.

Nous ne faisons donc pas œuvre de grande originalité en livrant un ouvrage de plus sur le sujet... sauf que d'emblée, nous avons décidé de conduire ce travail avec tout le recul et l'humour dont nous sommes capables, car Dieu sait s'il faut beaucoup de ces deux ingrédients pour parler des adolescents!

Tout d'abord nous constatons, statistiques à l'appui, que les trois quarts des ados vont bien, et qu'ils sont relativement à l'aise dans leur peau. Ils vont mieux que leurs parents en tout cas, qui eux, se disent exténués par les incessantes disputes et les conflits permanents! C'est donc à vous, parents que nous nous adressons. Nous traiterons de la crise ordinaire et nécessaire qui va faire de votre petit un grand.

Ce qui vient immédiatement à l'esprit, c'est que cette crise fauche tout le monde en plein vol! Comment expliquer ces soudains

bouleversements, ce changement de climat qui comme la peste s'infiltré dans les foyers? Dans un premier temps, les parents patientent, se documentent. « Ça va passer, ce n'est qu'un sale moment! » disent les conseillers. On cherche des recettes, on réfléchit : « C'était comment quand j'étais petit? » Hélas! On ne se souvient pas, ou mal, ou plus. La mémoire nous joue des tours. « Et si on consultait un médecin, voire un psy? » Aïe! En toute dernière extrémité alors, car ces gens-là sont compliqués...

Voilà qui est dommage, car nous y croyons ferme à cette médiation-là, même si le but de notre propos n'est pas de remplir des salles d'attente déjà bien pleines! Le psy n'est pas que pour les fous! Les médias l'ont bien compris et essaient d'expliquer l'aide que peuvent apporter des professionnels sérieux et bien formés. Combien de fois avons-nous entendu : « Ah! Si j'avais su! Je serais venu plus tôt! »? Mais pour autant, aller chez le psy n'est pas inéluctable et nous espérons, à travers cet ouvrage, vous donner suffisamment d'éléments de réflexion pour éviter d'en arriver là.

## **Ces adolescents, qui sont-ils?**

Qui sont-ils, ces mutants? Et cette crise, puisqu'on parle de crise, de quoi s'agit-il au juste? Quitter l'enfance, c'est changer de peau, de corps, ne plus se reconnaître. C'est naître une seconde fois. Quitter l'enfance. C'est penser tout seul, différemment... trouver sa voie, sa vie, ses amis. Toujours dans le doute, parfois dans l'excès ou sous l'empire de la colère. C'est une épreuve difficile et complexe.

L'essentiel des consultations, au dire de tous les praticiens, ne présente pas toujours un tableau si noir. La plupart sont motivées par l'échec scolaire ou plutôt le désinvestissement de l'école, des études et par les difficultés relationnelles au sein de la famille : attitudes violentes, agressives, désobéissantes ou provocatrices.

Ah! L'obsession des parents pour les études... Bien légitime, il faut le dire. Les difficultés grandissantes que connaissent les plus jeunes à s'insérer ces dernières années dans le monde du travail ont mis l'accent sur la nécessité de la réussite scolaire, qui devient l'une

des principales préoccupations des parents. À juste titre, car cet échec recouvre, dans la plupart des cas, le signe d'autres malaises. C'est souvent le premier symptôme de rupture sociale, de contestation et, pardonnez-nous ce lieu commun, c'est souvent l'arbre qui cache la forêt. Il peut gâcher à l'avenir bien des possibilités et pénaliser très vite l'adolescent. Mais là encore, ne soyons ni pessimistes ni défaitistes, les potentialités non exploitées à ce moment-là peuvent ressurgir à un autre intactes. Pas de panique donc ! Il y a des solutions.

L'autre grand souci des parents concerne les diverses manifestations de fragilité que sont les maux divers, perte du sommeil, mal de dos, mal de ventre, fatigue intense et plus gravement encore les dépendances : troubles alimentaires, drogue et alcool. Là encore, des remèdes existent, même si on a franchi le seuil dit « normal ».

Bien sûr, nous n'oublions pas les quelque 25 pour cent d'ados qui vont très mal et dont le destin tourne parfois à la tragédie. Ces derniers temps, nous avons constaté la multiplication de véritables drames se soldant par d'irréparables suicides. Nous avons enregistré de nombreux cas d'anorexie, de déviances majeures, et surtout, de conduites alcooliques insensées, ou de non moins stupides jeux dangereux : jeu du foulard, jeu du train, jeu de morts et de défis... Quel que soit le cas de figure, ne fermons pas les yeux. Si le symptôme est entré en scène, c'est justement pour que nous les ouvrons !

Pour nous, thérapeutes, il est temps d'écouter. Et ce révolté, ce récalcitrant, va tout nous dire. Oui, c'est vrai, il ne voulait pas venir mais puisqu'il est là, il va tout nous raconter ! Et tant pis pour vous, pour nous... Il va nous asséner l'absurdité de nos conduites – on s'y attendait ! – nous dévoiler qu'il s'ennuie ferme dans notre monde de « c... » (vous avez le choix du qualificatif !), nous avouer que seuls ses amis le comprennent... Il va nous murmurer qu'il n'est pas aimé... parce qu'on lui préfère son frère... ou sa sœur... Qu'il souffre, qu'il a mal, que personne ne le comprend. On va lui répondre : « Alors, c'est pour cela cette violence ? Cette grève de l'école ? Ce mal-être ? »

Ce dialogue amorcé nous permettra à tous d'y voir plus clair. Nous éviterons peut-être le drame et adopterons des conduites plus adaptées. Pour autant, rassurons-nous encore, bien que l'adolescence demeure une étape difficile, la plupart des parents et des enfants la franchissent enrichis et sans trop de dommages, toutes possibilités de récupération et de résilience intactes.

L'adolescence, drôle de moment donc à analyser et à comprendre ! Nous vous livrerons dans cet ouvrage nos réflexions, nos interrogations, parfois nos doutes, mais aussi nos certitudes. Car l'un des buts essentiels de ce livre est aussi de conforter les parents dans la légitimité d'éduquer leurs enfants.

N'ayons pas peur d'éduquer nos enfants, c'est notre devoir. Il faut oser remplir notre mission, savoir que certains conflits sont inévitables, qu'ils se dénoueront pour le grand bonheur de tous, parce qu'en fait le désir des deux parties est que cette histoire se termine bien. Comme celle qu'on nous racontait lorsque nous étions petits ! Mais parents, sachez-le – pour que l'histoire tourne, si ce n'est au conte de fées, du moins pas au cauchemar –, si vous avez changé, vos enfants aussi. On ne peut plus s'adresser aux enfants, et à plus forte raison aux adolescents, comme on le faisait il y a 30 ou 50 ans.

Nous devons ce changement en partie au docteur français Françoise Dolto et aux nombreux spécialistes qui étudient la question, mais surtout, nous le devons à l'évolution de la société elle-même qui a tant modifié la donne. Cherchons du côté de cette évolution, de cette accélération du rythme de vie, du durcissement du monde du travail, du durcissement du monde tout court, qui a engendré cette nouvelle façon que les parents ont de « penser » leur enfant. *Ce nouvel imaginaire parental est à l'origine lui-même d'une re-définition de la fonction parentale.* Cherchons également du côté du resserrement des familles, de l'évolution du statut de la femme, de l'accentuation du nombre des divorces et des familles monoparentales en manque de père et de repères. C'est aussi pour cela que l'enfant est devenu roi. Ne confondons pas conséquences et causes. Pour autant, déculpabilisons aussi les parents que nous sommes,



débordés et déboussolés, qui parfois sont tentés par le laxisme ambiant ou baissent les bras devant des messages éducatifs contradictoires, en provenance d'éminences grises qui ont prouvé qu'elles ne savaient pas davantage comment s'y prendre. Comme pour confirmer la thèse de Freud qui disait qu'éduquer était un métier impossible<sup>1</sup> !

Pourtant, aujourd'hui, à la lumière de ce qui arrive, des plâtres essuyés, de l'explosion du nombre des consultations adolescentes, nous pouvons dégager non seulement ce que nos adolescents veulent nous dire par leurs attitudes, comportements et symptômes, mais aussi ce qu'ils nous demandent impérativement, voire impérieusement de faire : les aimer et les entourer. Ces enfants surinformés, s'ils présentent des lacunes dans certains domaines, ont l'esprit vif et ouvert, et il faut que nous gardions présent au nôtre qu'on ne peut – au contraire de ce que certains prônent en ces temps où le sujet fleurit et la polémique enfle – retourner à l'Âge de pierre et imposer et contraindre sans expliquer. Cela, pour nous, ne peut plus fonctionner. C'est notre credo.

Alors, justement parce que c'est difficile et que le sujet est d'importance, il est inutile de perdre notre temps à gloser sans fin sur ce regrettable malentendu de « l'enfant roi » ou de chercher un quelconque bouc émissaire, mais il est urgent que chacun prenne ses responsabilités dans cette affaire et que tous se retroussent les manches !

Nous donnerons, dans la seconde partie du livre, des pistes et des conseils très concrets et très pratiques en matière d'éducation, en évoquant des situations vécues, non sans avoir essayé de décrypter auparavant ce que veulent nous dire nos adolescents et ce dont ils ont besoin. Des conseils concrets et des repères simples, afin qu'il ne vous reste que le plus dur à faire, le faire ! Agir, aimer, sans rompre le lien jamais.

---

1. Freud disait qu'il y avait trois métiers impossibles : gouverner, éduquer et psychanalyser.

## PREMIÈRE PARTIE

Tout sur la crise d'adolescence :  
vérités et conséquences...

## CHAPITRE 1

### Quand survient la crise : stupeur et incompréhension

La crise est aussi difficile à prévoir que l'arrivée du premier bourgeon sur l'arbre. Elle est comme le printemps, on se lève un beau matin et elle est là, sauf que si l'air devient léger au printemps, là, l'atmosphère s'alourdit. Elle est d'autant plus étonnante, cette crise, que les parents vivaient depuis des années dans un joyeux et insouciant partage de câlins, de déclarations d'amour, de jeux, de séances de cinéma, de marionnettes... Bref, depuis ce si beau jour où *le bébé est devenu une personne*<sup>2</sup>, père et mère ont rempli leur rôle : veiller sur lui, le distraire, le stimuler, le bichonner, l'admirer, l'applaudir. Des années de bonheur, d'harmonie, de beaux jours. Oui, en vérité... Quoiqu'à bien y réfléchir, on aurait pu la voir venir... Parfois, il y avait dans l'air comme un frémissement : « J'ai pas envie... », « J'en ai marre ! Marre ! »... de sortir, de travailler... L'ado en a souvent marre, ce sera sa rengaine !

Il boude pendant les repas familiaux si longs, si indigestes. Lui toujours prêt jusque-là à aider, en imitant au mieux les grands, refuse de faire son gâteau favori, traîne des pieds pour mettre le couvert. Tout semble lui coûter. Rien ne va plus ! Le sourire disparaît, la moue s'installe. Et ce corps qui n'en finit pas de se modifier, sans que là non plus, nous puissions définir avec exactitude le moment « T » où le grand chambardement va commencer. Là où les centimètres vont grimper, où les seins vont surgir, la voix chuter de trois tons ou s'installer brutalement dans les aigus, au point que vous soupçonneriez le plus petit de faire miauler le chat en lui coinçant

---

2. D'après le titre d'un livre de Bernard Martino, *Le bébé est une personne*, qui fit date en 1984.

la queue dans la porte. C'est là que vous comprendrez jusqu'à la racine du mot *adolescent*.

## **PUBERTÉ ET CHANGEMENTS PSYCHOLOGIQUES**

Le mot « adolescent » vient d'*adolescens*, qui signifie croître, être en croissance... C'est la définition biologique de la puberté. Nos héros peuvent grandir de dix bons centimètres en un an. Vers 11 ans pour les filles, un peu plus tard pour les garçons. Du jour au lendemain, vous, mesdames, devenez leur « petite » maman. Ils vont aussi grossir, ce qui pose depuis quelques décennies des problèmes aux jeunes filles qui acceptent mal leurs nouvelles formes et continuent de rêver aux jeans taille rétrécie de leur jeune âge.

Les problèmes alimentaires pointent en général leur nez à ce moment et peuvent devenir préoccupants. Le développement du système nerveux entraîne également une instabilité neurologique qui explique leur maladresse motrice. C'est le moment où ils cassent tout, où tout leur échappe des mains ! Un (e) éléphant (e) dans un magasin de porcelaine !

## **LORSQUE SURGIT LA SEXUALITÉ, OU « DIS PAPA, C'EST QUOI L'AMOUR ? »**

Il est important de préciser avant tout que l'essentiel de la structuration du futur homme et de la future femme se fait autour de la sexualité. Le changement essentiel dans le passage de l'enfant à l'adulte, c'est l'évolution de son sexe et sa maturité.

Or, le développement des caractères sexuels est sûrement pour tous, parents compris, le plus délicat à vivre. Il n'est pas seulement physiologique, il annonce une série de questions très souvent angoissantes pour les uns comme pour les autres. Angoissante cette exigence du corps qui surgit et ne vous laisse pas en paix ! Écoutons les premiers émois du personnage du roman de Mathieu Lindon, *En enfance*, où le héros essaie d'appivoiser son sexe : « Il a quelque chose entre les cuisses, quelque chose qui est définitivement à lui... »

rapidement vient une deuxième, une troisième, une énième fois, le plaisir ne s'use pas. Il sent qu'il y a un risque là-dedans, lorsque sa mère entre dans sa chambre, pendant qu'anxieux et avide, il se livre à ce frottement, il a acquis le réflexe de le cacher et rien ne dément cette nécessité. "Qu'est-ce que tu fais?" dit-elle soupçonneuse. "Rien", dit-il en se levant<sup>3</sup>... » On ne saurait mieux dire.

Nous voilà, nous, parents, soudain au pied du mur. Nous ne pensions pas que cela arriverait si vite, même si nous savions que nous n'y couperions pas. Empêtrés que nous sommes nous-mêmes dans nos propres pudeurs et nos inhibitions, nous allons tenter d'expliquer avec détachement la nouvelle vie sexuelle qui attend ces chéris! Soyons honnêtes, en général, la prestation n'est guère brillante, sauf si notre propre mère nous a donné dans notre enfance de bonnes clés dont alors, nous nous resserrons. Après tout, les bons conseils vivent longtemps, même si les mentalités changent. Hélas, cela ne fut pas souvent le cas! La plupart du temps, notre maman a plutôt été muette sinon sourde sur le sujet... pour ne pas dire aveugle.

Malgré tout, nous nous essayons (courageusement) à faire mieux: « Mon fils, ma fille, tu es désormais, un homme, une femme... » Non? Quelle découverte! Jusque-là, même si nous nous trouvons un peu... classiques, tout va bien. La suite est affaire de goût! Deux versions sont utiles, une fille n'est pas un garçon, comme dirait monsieur de La Palisse! Allez, entraînez-vous!

La version féminine donne à peu près ceci: « Je te montre comment on se protège de ces pertes de sang, tu ne dois pas t'inquiéter, c'est normal, ça arrive à toutes les femmes! » Ce qui suit varie en fonction des familles et selon que les mères sont plus ou moins à l'aise dans le domaine...

La mère coincée va en rester là. À des considérations biologiques: le fonctionnement du corps humain, les maladies, les schémas de la reproduction. La mère délurée va aborder les risques du métier: « Désormais, il faut faire attention à ne pas avoir de relations

---

3. Mathieu Lindon, *En enfance*, Paris, P.O.L., 2009.

sexuelles!» ou si elle est encore plus à la page: «de relations sexuelles non protégées!» Elle abordera le terrible sida, les maladies sexuellement transmissibles. La «petite fille» comprend et écoute, ou pas.

La plupart du temps, les échos de la cour de récré et les films à la télé l'ont déniaisée bien avant que maman ne s'y essaie et bien plus tôt que maman ne l'a été elle-même... D'ailleurs, c'est à la prochaine récré que la petite va bien rigoler, quand elle racontera tout ça à ses copines et qu'ensemble elles vont soupeser votre déclaration en la circonstance.

Dans le secret du cabinet du psy, entendez ce qu'elles disent... La romantique, qui veut connaître le grand frisson: «Si vous aviez vu sa tête, à ma mère... trop grave! Mais qu'est-ce qu'elle croit, avec sa leçon de morale? J'veux pas coucher sans amour moi!» Celle-là, l'amour, elle veut le rêver. Elle attend plus ou moins, sans le dire, le prince charmant... Les contes de fées le lui ont dit. Il était une fois, une pauvre Cendrillon, affublée de deux méchantes «sœurs» et d'une marâtre! Attention, première leçon: une marâtre! Car une vraie mère ne saurait se conduire ainsi... Petite, elle écoutait sagement en suçant son pouce, pendant que la voix de maman disait la récompense de la bonté, les bienfaits du travail, les nobles valeurs... qui faisaient que le prince ne pouvait que la retrouver même cachée, même transformée sous une peau d'âne, comme l'héroïne du même nom. Celle qui, pour échapper à papa, demande tous les jours une robe de couleur magique: couleur du Temps, couleur de la Lune.

Échapper à papa! C'est pour les psys, cette interprétation-là! Notre chérie ne l'a pas encore saisie, perdue dans la contemplation de la beauté des robes. Elle n'a pas encore lu l'ouvrage de référence de Bruno Bettelheim, *Psychanalyse des contes de fées*<sup>4</sup>. Elle n'a retenu que l'histoire du prince sur son beau cheval blanc et la dernière phrase: «Ils furent heureux et eurent beaucoup d'enfants.»

Bien sûr que de nos jours personne ne s'attend à le voir débouler à cheval, le prince, et que nos héroïnes ont changé de *look*, mais

---

4. Bruno Bettelheim, *Psychanalyse des contes de fées*, Paris, Robert Laffont, 1976.

elles rêvent toujours de l'homme idéal. S'il fallait en dresser le portrait, nous le résumerions ainsi : beau, évidemment, cultivé... et riche... oui, riche ! Elles s'en défendent – elles savent bien que l'argent ne fait pas le bonheur – mais un sac de marque qui vaut plus d'un mois de salaire, c'est toujours bon à prendre ! Quant au cheval ? Facile, vous devinez ? C'est la belle moto ou la belle auto ! Les annonceurs publicitaires l'ont parfaitement compris.

L'aventurière qui veut tout vivre, elle, hausse les épaules : « Moi je ne veux pas m'engager à mon âge, je veux faire des expériences... Elle m'a rien appris, ma mère ! Si elle croit que je l'ai attendue... » Les deux discours coexistent avec toutefois une longueur d'avance pour le prince ! Et vlan, une fois sur deux, si ce n'est dans tous les cas, la mère est... à côté de la plaque !

Cet épisode-là est si mythique que même les humoristes s'en sont emparés et qu'ils le rejouent souvent sur les scènes de nos théâtres, provoquant des rires libérateurs. Il n'y a pas de film sur l'adolescence qui ne nous joue pas la scène de l'explication : tu es une femme maintenant !

Pour les garçons, le scénario est un peu différent. En général, c'est le père qui s'y colle, convoqué par la mère, obligé par cette dernière : « Tu dois lui parler, il est temps que vous ayez une vraie conversation entre hommes ! » dit-elle sur un ton qui ne souffre pas la contradiction. Papa est surpris, car il a bien l'impression d'avoir de vraies conversations avec Junior ! Le foot, le tennis... le concours sur le score de tous les matchs de basket ! Obéissant, il s'exécute, car les femmes en savent plus long sur ces nécessités-là : « Tu sais mon fils, tu es grand maintenant, d'ailleurs tu gagnes tous les sets que nous disputons au tennis... maintenant, il faut te conduire comme un homme... élever les bébés quand on est jeune, c'est dur... » Et il sait de quoi il parle ! C'est toujours trop tôt !

Junior a du mal à comprendre qui sont les bébés en question, mais il fait bon être dans la voiture, seul avec papa. Les bébés resteront abstraits et la conversation entre hommes agréable. Papa avait l'air un peu coincé tout à l'heure, mais maintenant, il sifflote. Il a l'air satisfait. C'est *cool* ! Oui, oui, Papa a parlé, on dirait qu'il va mieux.

Ne pensez pas que nous vous prenons pour des parents idiots, car nous sommes aussi des parents... (choisissez le qualificatif !). Non, vous êtes juste des parents normaux ! Mais c'est ainsi que vos enfants nous rapportent les faits, et si vous pensez avoir fait passer un message, ce n'est peut-être pas celui que vous croyez... Surtout que la vraie question, celle qui les taraude n'est que rarement abordée. Ce qu'ils voudraient savoir le plus souvent est d'ordre existentiel, philosophique, intime : « C'est quoi ce qui m'arrive ? Comment je vais me débrouiller avec toutes ces nouveautés ? »

Ce qu'il faudrait leur dire pour être juste ce serait : « Eh bien mon grand, il va falloir trouver tout seul, parce que dans ce domaine, papa n'est pas incollable. Il n'en sait pas plus que sur la sexualité des dinosaures ou sur la raison pour laquelle les nuages ne tombent pas ! » Heureusement, toutes ces questions qui n'ont pas trouvé de réponse dans leur petite enfance, si ce n'est un laconique et définitif « parce que ! » ont appris à nos adolescents la patience et ils vont y répondre tous seuls.

Peut-être même qu'à ce moment-là, nos enfants se réjouissent en douce de notre embarras, décelant nos premières limites ou nos premières difficultés à aborder certains sujets. Peut-être comprennent-ils pour la première fois que pour les grands aussi, la vie et le sexe ne sont pas choses banales, que Google ne répond pas à tout.

Vous allez peut-être nous rétorquer que ce sont là des problèmes d'un temps révolu, que désormais la communication au sein des membres d'une famille est facilitée, dédramatisée. Seulement un peu... Les thérapeutes sont toujours étonnés de noter que cette communication dont on nous parle tant, cette liberté de ton et de sujet, que l'on a soi-disant acquise en France après 1968, n'est pas généralisée. On parle toujours peu dans certaines familles et parfois beaucoup trop dans d'autres. Ce qui ne fait pas une moyenne.

Toujours en France, les centres spécialisés (planning familial, lieux de parole pour adolescents, infirmeries de lycée), s'ils notent des modifications dans les comportements, ne constatent guère de changements en profondeur. Les bonnes questions, celles qui obsèdent l'adolescent, ne sont pas posées dans le contexte familial, et



pour cause! Les animateurs des centres de jeunes demandent fréquemment des formations à ce sujet, car ils sont très souvent interpellés. Les demandes sont souvent crues, liées à l'angoisse que causent des scènes de film ou des sites Internet :

- « À quel âge peut-on faire l'amour ? »
- « Quelles pratiques sont permises, peut-on tout faire quand on aime ? »
- « Je l'aime tellement que nous voulons déjà un enfant... C'est normal ? »
- « C'est quoi aimer quelqu'un ? »
- « C'est quoi être infidèle ? »
- « C'est quoi le plaisir ? »

Que les parents qui veulent répondre lèvent le doigt. Que ceux qui ont répondu à ces questions de leur ado nous jurent que la discussion n'a pas tourné au fiasco total... Nous ne les croirons pas! « Mais tu dates ma pauvre mère... » ou pire: « T'es pas normale! », voilà ce que les mères récoltent souvent après avoir tenté un bout d'explication.

La mère ringarde s'appelle Nathalie ou Julie... Son fils de 16 ans veut qu'elle parte en week-end pour qu'il « squatte » avec sa petite amie la maison familiale, histoire de faire un brin de vie commune avant de s'installer ensemble! La mère, bien sûr, s'y oppose, arguant qu'on ne dort pas dans le lit de sa propre mère avec sa petite amie, fût-ce pour une expérience et pour un week-end! La réponse ne se fait pas attendre: « Ringarde, Man! T'es ringarde! Tous les copains le font! Même papa est d'accord... »

Suit une bordée d'injures. Heureusement, cette mère-là, sans état d'âme à ce sujet, se raccrochera à son bon sens et à son intuition profonde comme à autant de bouées de sauvetage, bouées fortement agitées par les propos et noms d'oiseau sortis de la bouche de son Trésor. Elle clôturera le débat houleux en disant qu'elle sait (par expérience!) que toutes ces expériences justement peuvent se faire tout aussi bien ailleurs, et que la vie sexuelle future des tourtereaux n'est pas en danger pour autant. Bien sûr, elle ne peut leur vanter les charmes de l'amour dans le pré ou sur la plage au petit matin,

car ils n'imaginent même pas que Mère ait pu avoir des expériences de ce genre, coincée comme elle est ! Mais elle sait que sa sexualité n'a pas trop souffert de cette clandestinité et que ses propres parents auraient vu pareillement d'un mauvais œil une telle pratique sous leur toit. Pour une fois, elle ne fera pas différemment de la génération précédente sous prétexte que les temps ont changé. Attitude qui n'est pas si facile à justifier à une époque où il est normal de vivre sa vie sexuelle très tôt chez ses parents, pour de multiples raisons, que nous verrons plus loin dans cet ouvrage.

## LA VÉRITÉ VENUE D'AILLEURS

En France, l'Éducation nationale, en général en retard par rapport à l'évolution de la société, répond de façon traditionnelle aux questions disons... « convenables » ou « politiquement correctes ». Ce qui est déjà une avancée. Plus intéressante est l'excellente brochure éditée en juin 2007 par l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé qui ose aborder des sujets plus *hards* comme la masturbation, le plaisir sexuel, les pratiques sexuelles, l'impuissance, la frigidité, l'éjaculation précoce, la contraception et la prévention. La difficulté est de se la procurer, cette fameuse brochure ! Aucun des ados que nous avons consultés ne l'a jamais aperçue... C'est dommage car elle est bien faite. Autant de questions que les ados ne peuvent que se poser et ne poser nulle part. Quelques périodiques relaient parfois correctement ces sujets. Ce sont surtout les filles qui les lisent. La pudeur des garçons (faut-il vraiment parler de pudeur ?) les pousse vers des livres moins chastes, plus pornographiques... Ils n'ont pas le même imaginaire que les filles. La masturbation est chez eux une pratique plus fréquente et ce genre de lecture est stimulante, de même que le film porno du samedi soir, vu en cachette quand les parents ont la bonne idée d'aller au cinéma.

Il y a beaucoup à dire sur ce sujet. Les pourfendeurs sont choqués de l'image de la sexualité qui s'y dévoile, les féministes, de l'image de la femme qui y est dégradée, les esthètes, de la médio-

crité des images. Peu d'opinions positives mais beaucoup de spectateurs... en grand secret et dans la crainte d'être surpris. À l'écoute de leurs jeunes patients, les thérapeutes sont souvent frappés par deux choses : leur ignorance des articles de loi qui régissent la sexualité et qui les protègent, et l'existence des structures qui gèrent la santé sexuelle en toute discrétion (trop grande?). Porter plainte pour des attouchements ou des viols et violences reste une honte souvent insurmontable. Nous nous souvenons de nombreux cas d'attouchements sexuels découverts par les parents, que les enfants nous supplient de ne pas dénoncer : « Ma mère est choquée, mais c'est pas grave, moi je ne veux pas en parler. » En parler, c'est risquer la moquerie des autres et la stigmatisation définitive ! Elle traîne dans beaucoup de têtes encore, l'idée que si ces choses-là arrivent, c'est qu'on les a cherchées !

D'une façon générale, en matière de sexe, les ados sont joliment pudiques. Nous nous moquions plus haut de notre embarras et de nos difficultés à bien répondre pour vous signifier maintenant que l'important n'est pas dans la bonne réponse, mais dans la qualité de l'écoute. S'ils le souhaitent, car d'eux-mêmes ils n'aiment pas parler de leur vie sexuelle. Ils n'aiment pas nos questions et surtout pas nos moqueries et nos réflexions grossières. Qui n'a gardé le souvenir cuisant et rougissant de la question stupide posée lors du repas de famille : « Alors mon grand... les filles, ça marche ? »

Tel le joli exemple de Henry Bauchan : « Elle m'a dit tu as un béguin pour elle... Je suis devenu tout rouge et tout le monde a ri aux éclats... » Et l'auteur de conclure : « pas une fois je n'ai pu desserrer la bouche pour lui dire un mot. Quel mot venu de quelle langue, de quel pays caché, puisque l'amour entre enfants n'était qu'un béguin qui faisait rire<sup>5</sup>. »

La sexualité, l'amour sont des denrées rares, à manier comme une porcelaine de Chine : attention fragile ! Et nous rajoutons « attention danger », en raison de l'existence de cette multitude de sites pornographiques qui se déploient sur Internet sans contrôle (ou

---

5. Henry Bauchan, *Le boulevard périphérique*, Paris, Actes sud, 2008.

presque) et qui laissent nos ados face à de drôles de jouets. Dentrées rares donc mais galvaudées, abîmées...

## **LE BESOIN DE LIBERTÉ : « IL EST LIBRE MAX ! »**

### **« Dis, Maman, je sors ce soir, oui ou non ? »**

L'ado a le chic pour demander cela au dernier moment, quand, bien sûr, vous êtes absorbée par la déclaration d'impôts à laquelle vous ne comprenez rien, quand vous vous prélassiez dans votre bain ou quand vous avez des mots avec votre conjoint qui veut aller au foot pendant que vous tiendrez compagnie à belle-maman que l'étourdi a conviée à dîner...

La demande vous paraît exagérée, d'autant que vous vous souvenez que le cher petit est déjà sorti EXCEPTIONNELLEMENT le soir d'avant. Principe d'économie, plus il y a de demandes, plus c'est cher, il sait qu'il faut être finaud. La stratégie est de passer en douce, car même si les arguments positifs ne manquent pas, il faut les rendre crédibles et surtout rassurants. Et les justifier, et penser à répondre aux questions qui vont tomber.

### **« Je peux aller dormir chez « Machin », « Machine » ? »**

Personne ne connaît Machin, et on ne sait pas où il loge ! Mais comme tout le monde va dormir chez lui : « Enfin, Maman, tu l'as vu il y a un an à la fête, tu sais bien ? » C'est loin un an et Machin... vous cherchez... Tous les jours vous voyez un nouveau Machin. Ils se ressemblent tous... ces Machin ! Le « plan » reste très flou... et peu « sécurisé ».

Après mille et un arguments, soit vous cédez et vous passez une nuit blanche, soit vous refusez et vous êtes « pas normaux » ou de « vrais réacs ». Jurons et portes qui claquent, chambre fermée à clés ! Ça vous apprendra... Et vous, de vous faire la réflexion que les adolescents sont des enfants grands comme des adultes qui veulent faire des choses dangereuses comme des adultes avec des raisonnements d'enfants et une lucidité aussi peu développée. Et

encore que les ados sont des enfants tout puissants à surveiller comme le lait sur le feu, à la seule différence qu'ils sortent tard la nuit et échappent à votre champ de vision, alors que les enfants de huit ans, on les « boucle » à la maison et *basta* !

Heureusement que vous ne savez pas tout ce qui leur arrive ou a failli leur arriver chez Machin ou Machine... ni comment il use de ses permissions et de sa vie en liberté ! Liberté ! Combien de fois le mot sera jeté en pâte ? « Je suis libre, laissez-moi, lâchez-moi ! »

Voici quelques réflexions rapportées concernant la LIBERTÉ bafouée ainsi que l'INJUSTICE criante, qui va de pair :

- « Ils refusent tout, me traitent comme un bébé, m'enferment dans leur prison ! »
- « Mes parents votent à gauche, mais c'est des fachos ! »
- « On se demande s'ils comprennent ma vie... Complètement bornés, nuls ! »
- « C'est décidé, je ne leur adresserai plus la parole, ils sont allés trop loin ! »

Parfois la décision prend effet, la vie s'assombrit, le ciel se noircit et vos insomnies pointent leur nez. Cet état-là, nous l'appelons le dépit ou la stupeur parentale. C'est une situation très déstabilisante pour l'ensemble des protagonistes, car personne ne reconnaît plus personne.

## **LA STUPEUR PARENTALE : « IL N'Y A PLUS D'ENFANT ! » OU « OÙ EST PASSÉ MON PETIT ? »**

C'est à ce moment-là, d'ailleurs, que vous allez regretter si fort le temps béni de l'enfance, et penser aussi que « dur, dur », c'est vraiment trop dur cette ingratitude et cette soudaine ambiance qui règne à la maison. Il ne dira pas un mot pendant deux ou trois jours, les portes continueront à claquer. Et l'œil, cet œil, il est terrible... de mépris. La surprise est partagée. Il s'attendait à une attitude compréhensive, il se heurte à votre refus. Il fourbit ses armes, la guerre sournoise va commencer. Une guerre d'usure... une guérilla au quotidien. La pire. Les plus petits de la fratrie, s'il

## Table des matières

Prologue .....	7
----------------	---

### PREMIÈRE PARTIE

#### Tout sur la crise d'adolescence : vérités et conséquences

##### Chapitre 1

<b>Quand survient la crise : stupeur et incompréhension .....</b>	<b>15</b>
Puberté et changements psychologiques .....	16
Lorsque surgit la sexualité, ou « Dis papa, c'est quoi l'amour? » ..	16
La vérité venue d'ailleurs .....	22
Le besoin de liberté : « Il est libre Max ! » .....	24
La stupeur parentale : « Il n'y a plus d'enfant ! » ou « Où est passé mon petit ? » .....	25
Parents perdus sans boussole .....	26
Les nouvelles donnes, ou l'origine supposée du chaos .....	27
Tout et son contraire sur l'autorité, ou comment s'y perdre....	29
Françoise Dolto, la « mal comprise » .....	30
L'histoire du traumatisme, ou « Faut pas le traumatiser, le pauvre petit ! » .....	31
Les règles .....	32

##### Chapitre 2

<b>L'ado sous la loupe .....</b>	<b>39</b>
Petits et graves problèmes mêlés, tels qu'ils nous sont rapportés ..	40
L'échec scolaire .....	44
La violence, la petite et la grande .....	51

La défonce, ou décrocher très vite de la réalité . . . . .	59
Le corps qui crie: anorexie, boulimie et scarification . . . . .	65
L'ado malade . . . . .	68
«Je romps et je me barre!», ou la rupture dans la marge. . . . .	68
Normal ou pathologique, docteur Freud? . . . . .	69
Folie brève ou installée? . . . . .	70
Le pire au bout du chemin. . . . .	71

### Chapitre 3

<b>Décoder ce que nos adolescents veulent nous dire . . . . .</b>	<b>73</b>
«Je m'ennuie!» À la maison et à l'école, l'ado...	
un âne qui recule . . . . .	73
Pourquoi bosser? . . . . .	77
L'esprit critique: nos ados, pas des avaleurs de couleuvres! . . . . .	78
Une rébellion sincère . . . . .	79
Une crise de valeurs chez les ados aussi: Tout m'écœure et tout me fait chier.com. . . . .	80
La révolte. . . . .	82
Au milieu de nulle part, l'ado en transit. . . . .	93
La solitude habitée de l'ado: les copains, la bande, l'amitié . . . . .	94
Le miroir d'Internet: les blogueurs en tous genres. . . . .	99
Le sexe hésitant... garçon ou fille? . . . . .	101
Et pourtant ils ne pensent qu'à ça... les ados et l'amour . . . . .	103
L'ado et la maison: l'ado mi-fugue mi-raison . . . . .	106
Papa chèque et maman <i>caddy</i> : l'ado consommateur. . . . .	113
Quatre sous un toit, ou le «petit» couple avec le «grand» à la maison. . . . .	116
«J'attends un bébé» . . . . .	121

## DEUXIÈME PARTIE

### Éduquer, ce que nos adolescents nous demandent; ou le remède à la crise : les éduquer tout en les laissant vivre

#### Chapitre 4

<b>Parents, éduquez, c'est nécessaire</b> . . . . .	127
Une bonne nouvelle : parents en difficulté, vous êtes normaux! . . .	128
Une autre bonne nouvelle : il n'existe aucun modèle éducatif . .	129
Une crise de l'autorité qui n'est pas nouvelle . . . . .	132
Le parent : hier un roi, aujourd'hui, l'idiot du village! . . . . .	134
Une précision nécessaire : tout dépend de votre canard! . . . . .	135
Oui, mais qu'est-ce que l'éducation...? . . . . .	136
Les « mal appris » . . . . .	136
En mal de repères : bourreau d'enfant ou bourreau de parents . .	137
Ni parent serpillière, ni parent tortionnaire (et ça rime en plus!) .	139
La famille rétrécie : papa, maman (la bonne) et moi! . . . . .	140
La famille extra rétrécie : maman et moi ou papa et moi! . . . . .	141
Familles monoparentales et familles normales, même combat? . . .	145
L'absence psychique et physique du père . . . . .	146
Le travail de la mère . . . . .	148
La famille recomposée, ou régler son compte au « beau-parent » . . . . .	150
Le cas à part de l'ado unique, ou le psychodrame de l'enfant unique . . . . .	152
Éduquer les parents : l'école des parents . . . . .	153
Mais où sont passés les parents? . . . . .	156
Mais où sont passés les ados? . . . . .	157
L'important, c'est le contenant? . . . . .	158
Quelques repères : quel type de parents êtes-vous? . . . . .	158
Les parents à la loupe . . . . .	159
Sourds et aveugles, les parents . . . . .	161
Un défi en trois mots : éduquer sans contrôler . . . . .	161
L'ado doit s'opposer pour se poser en tant qu'individu . . . . .	162
Ça fait débat ou ça se discute! . . . . .	163



Le besoin d'affirmation, ou «Pourquoi la vision de mes parents serait-elle meilleure que la mienne?» . . . . .	163
Remise en cause des parents mais pas entreprise de démolition! . . . . .	164
Conseils aux parents. . . . .	164
La pigne narcissique, ou «Tu seras polytechnicien, mon fils!» . . . . .	174
Les études... lâcher ou pas? . . . . .	180
Libérez-vous de votre peur d'éduquer, soyez fermes! . . . . .	182
Trop en faire plutôt que pas assez. . . . .	186
Cruel désaveu, ou pourquoi il est absolument nécessaire de ne pas être un parent parfait – s'il est nécessaire de le repréciser. . . . .	187
Mieux vaut trop d'éducation que pas d'éducation du tout? . . . . .	188
Combien il est risqué de laisser tomber son ado! . . . . .	190

## Chapitre 5

### Les messages essentiels non négociables,

<b>et comment les faire passer. . . . .</b>	<b>195</b>
Pas de morale. Le parent: ni curé ni prof, seulement témoin de la réalité . . . . .	195
Une éducation réaliste: «Eh oui, c'est ça la vie, mon chéri!» . . . . .	196
Le décalage entre le message parental et celui de la société, ou le mauvais rôle de la société de consommation . . . . .	197
Face aux autres parents, démissionnaires ou laxistes. . . . .	199
Des règles auxquelles on croit. . . . .	199
Politesse, respect de l'autre, valeur de l'effort: «On n'a rien sans rien...» et bon sens. . . . .	200
Pour éduquer, il faut être là... un minimum! . . . . .	201
La valeur de l'éducation par le bon exemple, ou les chiens ne font pas des chats! . . . . .	202
Pas d'éducation sans explications. . . . .	204
Un adulte de confiance . . . . .	206
Sanction ou punition? . . . . .	206
Le cas des banlieues difficiles, une <i>Journée de la jupe</i> ? . . . . .	212
Éducation, communication et relation: trois inséparables . . . . .	220
Ni parents autoritaires ni parents permissifs: la troisième voie . . . . .	220

Ce qu'il ne faut pas faire .....	220
Ce qu'il faut faire .....	229
Comment avoir une bonne relation avec son ado? .....	231
Le «tu» qui tue .....	233
Souplesse et capacité d'adaptation font mieux que force.....	233
Trop de refus tue le refus. ....	235
Quelques cas... «d'école», ou concrètement, comment communiquer?.....	236
Lorsqu'il n'y a pas de parents... il existe des substituts parentaux	242

## **Conclusion**

Boucler la boucle : que faire quand «c'est trop la crise»?	
Requérir la médiation d'un tiers? .....	245
Et quand c'est plus grave, l'emmener chez le psy?	
Y aller... au moins soi-même .....	245
Nous sommes tous des enfants de Dolto, merde! .....	246
L'amour, un passeport pour la vie. ....	246
Éloge de l'adolescence .....	246
Adolescence, suite et fin .....	247
Exhortation .....	248

<b>Annexe.</b> .....	253
----------------------	-----

<b>Bibliographie.</b> .....	259
-----------------------------	-----

**Avis à tous les parents** d'adolescents et de préadolescents qui se sentent parfois freinés par la peur ou la culpabilité. Il est légitime et nécessaire d'éduquer vos ados... et possible de le faire sans les contrôler! Comment? En agissant fermement, en les aimant sans jamais rompre le lien, tout en leur permettant de vivre leurs propres expériences. Ce livre vous donne des conseils très concrets pour parvenir à nouer une relation de qualité avec vos ados, fondée sur la communication et le respect. Il démythifie les difficultés ordinaires, tout en signalant les problèmes qui doivent être pris au sérieux. Il dédramatise cette période souvent redoutée de la relation parent-enfant et en dévoile plutôt les richesses. Éduquer vos ados, c'est venir à bout de problèmes qui perdurent depuis l'enfance. C'est aussi la chance de réfléchir sur votre propre histoire et de cheminer comme adulte. Grâce à l'approche humaniste et rassurante des auteurs, vous vous sentirez enfin épaulés et outillés pour faire face à vos ados et – qui sait? – peut-être même grandir avec eux.

Photo: © Neil Srinivas



Formée à la communication relationnelle (méthode ESPERE de Jacques Salomé), Véronique Moraldi est spécialisée dans les problèmes de harcèlement moral, dans l'étude des personnalités narcissiques et dans l'analyse des liens familiaux et de leurs conséquences sur les comportements des adultes. Aux Éditions de l'Homme, elle est l'auteur de *Gardez-vous d'aimer un pervers*, de *La fille de sa mère* et du *Fils de sa mère*.

Photo: © Laurent Balet



Psychothérapeute, Michèle Gaubert se spécialise dans les maux des adolescents et dans les rapports parents-enfants. Conférencière, elle présente des communications sur les humeurs féminines (les débuts de l'identification de l'hystérie) ou sur les représentations sexuelles de Satan. Elle est aussi romancière et femme de théâtre.

Design de la couverture: Nicole Morin  
Photo: © images.com / Corbis

  
Groupe  
Livre  
Québec Media

ISBN 978-2-7619-2693-5



9 782761 1926935