

ODILE BRANDT

AIDER SON ADO À BIEN GRANDIR



**MIEUX LE COMPRENDRE POUR L'AIDER À DEVENIR
UN ADULTE ÉPANOUÍ**

QUOTIDIEN MALIN
ÉDITIONS

AIDER SON ADO À BIEN GRANDIR

Incompréhension, tensions, frustration... l'adolescence est souvent une période difficile aussi bien pour les enfants que pour les parents. Pourtant, pas question de baisser les bras et d'attendre « que ça passe », ils ont besoin de vous car même s'ils ont des allures d'adultes, ils sont encore vulnérables à l'intérieur...

Découvrez dans ce guide très pratique :

- **Les 10 commandements que vous devez respecter :** vous lui fixerez des limites ; vous lui ferez confiance ; vous le respecterez...
- **La bonne attitude face à votre ado :** mauvaises fréquentations, insolence, piercing... de nombreux cas concrets et la réaction que vous pouvez adopter.
- **Comment reconnaître les situations problématiques pour mieux les résoudre :** manque de savoir-vivre en famille, échec scolaire, déprime... Aux grands maux, les bons réflexes !
- **Les bonnes questions que vous devez vous poser :** dois-je m'inquiéter ?, puis-je y changer quelque chose ?, dois-je demander de l'aide extérieure ?

DES RÉPONSES CONCRÈTES POUR MIEUX LES COMPRENDRE ET LES AIDER

Odile Brandt est journaliste. Sa spécialité : les adolescents ! Ancienne rédactrice en chef de *Lolie*, un magazine pour adolescents, elle est l'auteur de différents livres sur le sujet.

ISBN 978-2-84899-629-5

10 euros
Prix TTC France

design : bernard amiard

RAYON LIBRAIRIE : PARENTING



QUOTIDIEN **MALIN**
ÉDITIONS

Retrouvez nos prochaines parutions, les ouvrages du catalogue et les événements à ne pas rater sur notre site Internet. Vous pourrez également lire des extraits de tous nos livres, recevoir notre lettre d'information et acheter directement les livres qui vous intéressent, en papier et en numérique !

À bientôt sur www.editionsleduc.com

Découvrez également toujours plus d'astuces et de bons conseils malins sur : **www.quotidienmalin.com** et la page **www.facebook.com/QuotidienMalin**.

Maquette : Sébastienne Ocampo

© 2013 LEDUC.S Éditions
17, rue du Regard
75006 Paris – France
E-mail : info@editionsleduc.com
ISBN : 978-2-84899-629-5

Quotidien Malin est une marque des éditions Leduc.s

ODILE BRANDT

AIDER SON ADO À BIEN GRANDIR

QUOTIDIEN MALIN
ÉDITIONS

SOMMAIRE

Introduction	7
1. Testez-vous !	9
2. Les 10 commandements du parent	43
3. Posez-vous les bonnes questions	77
Conclusion	143
Bibliographie	145
Table des matières	147

INTRODUCTION

Un ado, c'est un grand bébé et un petit adulte à la fois, qu'il ait 12 ans, 15 ans, 17 ans ou plus. Son rythme ? En dents de scie : un pas en avant, deux pas en arrière, trois pas à gauche, un pas à droite... Premiers témoins de ces fluctuations ? Vous, les parents ! Tirillés entre votre amour parental et les limites de votre patience, vous avez parfois du mal et vous vous énervez. Peut-être êtes-vous aussi à un tournant de votre vie (divorce, remariage, problèmes de santé, chômage, etc.). Plus généralement, vous vous heurtez à vos propres limites : voir son enfant grandir, s'affirmer, séduire et avoir une vie sexuelle, c'est se rendre compte que l'on est en train de vieillir.

L'adolescence est une période délicate pour toute la famille, car les rythmes changent, les règles et les repères aussi. Ce n'est plus comme avant et ce ne sera jamais plus comme avant. Plus question de prendre votre ado sur vos genoux à la fin des repas pour faire un câlin. Plus question de lui donner un petit nom affectueux devant ses copains. Ça, c'est fini ! Il est temps

d'inventer une nouvelle tendresse, une nouvelle façon de dire « Je t'aime ». Il faut maintenant apprendre à mettre de la distance tout en restant là. Aimer différemment, soutenir différemment, se faire entendre différemment. C'est tout l'art d'être présent sans être pesant, attentif sans être intrusif, rassurant sans être collant.

Ce livre est donc là pour vous aider à y voir plus clair. En vous, d'abord, grâce à deux psychotests. En vous, toujours, avec un tour d'horizon de votre métier de parent. En votre adolescent, enfin, en passant au crible toutes les situations qui changent pour lui au cours de cette difficile période qu'est l'adolescence, en différenciant ce qui est essentiel de ce qui ne l'est pas, en pointant ce qui est de votre ressort et ce qui ne l'est pas. Tout un programme pour l'être le plus précieux du monde : votre enfant.

1.

TESTEZ-VOUS !

Comprendre son ado, l'aider dans son quotidien, le soutenir dans les moments difficiles, c'est un peu se rapprocher de sa propre jeunesse. Se mettre à sa place grâce à son propre vécu. Parfois aussi, c'est combler ce qui a fait défaut, panser les vieilles blessures, réparer ce qui a été brisé. Mais ça, il faut le taire, le garder pour soi. Comme un jardin secret. Les adolescents n'ont que faire de la jeunesse de leurs parents. Ils sont bien trop occupés à vivre quelque chose d'unique, avec l'idée que personne ne peut les comprendre...

Pour devenir le parent dont tout ado rêve secrètement, il vous reste donc à transcender votre propre adolescence pour devenir un vrai coach, ou plutôt un « supporter », comme le nomme le pédopsychiatre Marcel Rufo*.

Nous vous offrons les deux psychotests suivants pour vous aider à faire un petit bilan de vous « avant » et « maintenant ». Histoire de rapprocher ces deux parties essentielles du vous-même : l'ado que vous étiez et le

* Marcel Rufo, *La vie en désordre : voyage en adolescence*, Paris, Anne Carrière, 2007, p.103.

parent que vous êtes devenu. Dans l'espoir qu'à la lecture des résultats, vous puiserez l'énergie et la force nécessaires pour affronter le mieux possible les affres de la crise d'adolescence.

QUEL TYPE D'ADO ÉTIEZ-VOUS ?

Si les souvenirs d'enfance sont parfois vagues et forcément lointains, ceux de l'adolescence ne s'effacent jamais. Ils sont toujours baignés d'émotions fortes, empreints de révolte et bordés de cicatrices. Refoulés pendant de longues années, ils refont surface quand les enfants grandissent et vivent à leur tour les mêmes choses.

Et si vous repassiez quelques minutes par la case « adolescence » pour voir si vous étiez différent de l'adolescent que vous avez à la maison ?

1. Est-ce que vos parents vous disaient souvent qu'ils vous aimaient ?

- ▲ Votre mère, oui, mais pas votre père.
- Non, c'est vous qui le disiez.
- Non, mais ils vous le montraient.
- ◆ Vous ne vous en souvenez plus.
- * Oui.

2. Comment qualifieriez-vous aujourd'hui votre éducation ?

- * Stricte
- Soixante-huitarde.
- Bonne.
- ◆ Laxiste.
- ▲ Nulle.

3. De quoi avez-vous le plus manqué quand vous étiez ado ?

- D'autorité.
- ◆ De bienveillance.
- ▲ D'attention.
- De sorties.
- * De rien en particulier.

4. Quand vous sortiez à 15 ans...

- * Vous deviez rentrer à minuit pile.
- ▲ Votre père venait vous chercher en voiture, mais vous le faisiez toujours attendre.
- Vous n'aviez pas l'autorisation de sortir.
- Vous pouviez rentrer à n'importe quelle heure.
- ◆ Cela n'avait pas d'importance, vous étiez toujours avec votre grand frère.

5. Étiez-vous puni quand vous aviez de mauvais résultats scolaires ? Si oui, quelles étaient les sanctions ?

- * Non, jamais. Vous en parliez ensemble.
- ◆ Oui, vous étiez privé de sortie/de télévision... de tout ce que vous aimiez.
- ▲ Non, mais on vous menaçait de vous mettre en pension.
- Cela dépendait des jours.
- Vous falsifiez toujours vos bulletins.

6. Aviez-vous confiance en vos parents ?

- ◆ Pas du tout. Eux non plus d'ailleurs.
- ▲ Pas pour tout.
- * Oui.
- Oui, jusqu'au jour où ils ont trahi un secret que vous leur aviez confié.
- Non, vous étiez méfiant, parce qu'ils n'arrêtaient pas de médire sur la famille, leurs amis, les voisins...

7. Vos parents aimaient-ils vos amis ?

- ▲ Non, ils ont toujours détesté vos copains.
- Non, ils avaient des grandes théories sur l'amitié... mais pas beaucoup d'amis.
- * Oui, ils respectaient vos amitiés, même s'ils n'en pensaient pas moins.

■ Oui, même trop. Impossible de les faire partir de la chambre quand vous vouliez discuter tranquille.

◆ Ça dépendait un peu des copains.

8. Vos parents vous ont-ils soutenu dans vos choix scolaires et, plus tard, dans le choix de vos études ou de votre formation ?

▲ Non, vous n'avez pas eu le choix. Vous avez fait des maths, de la physique et de la chimie ! Alors que vous étiez plutôt littéraire.

◆ C'était plutôt : « passe ton bac d'abord ! Après, tu feras ce que tu voudras ».

● Votre père voulait absolument que vous soyez médecin/avocat/informaticien... Exactement ce qu'il n'avait pas pu faire lui-même.

* Oui, ils ont été d'un grand soutien pour vous.

■ Non, ils n'ont rien fait pour vous aider.

9. Les vacances pour vous, c'était...

■ Partir le plus loin possible de la maison.

* Partir en famille.

▲ Aller camper avec vos copains.

◆ Travailler pour gagner de l'argent de poche.

● Rester enfermé dans votre chambre.

10. Vous trouviez vos parents (vous pouvez entourer plusieurs solutions)...

- Ringards.
- Absents.
- * Justes.
- ◆ Trop gentils.
- ▲ Vieille France.

11. Question pour les filles : Qu'auraient dit vos parents si vous vous étiez retrouvée enceinte ?

- ▲ Ils l'auraient très mal pris.
- Ils vous auraient forcée à avorter.
- * Ils vous auraient demandé ce que vous vouliez vraiment et auraient respecté votre décision, quelle qu'elle fût.
- Cela n'aurait jamais pu se produire.
- ◆ Ils vous auraient mise dehors.

12. Question pour les garçons : Qu'auraient dit vos parents si votre petite amie s'était retrouvée enceinte de vous ?

- ◆ Ils vous auraient mis dehors.
- Ils auraient pris contact avec les parents de votre copine pour qu'elle avorte.
- ▲ Ils vous auraient peut-être mis en pension à l'autre bout de la France.

* Ils vous auraient fait prendre vos responsabilités si jamais votre copine avait décidé de garder l'enfant.

● Vous avez eu votre premier rapport à plus de 20 ans.

13. Vous avez surmonté la puberté avec...

* Brio.

■ Plein d'acné.

◆ Des kilos en trop.

▲ Des problèmes de transpiration, d'haleine...

● Les boutons, les kilos et la transpiration, l'haleine, tout !

14. Ado, vous vous trouviez...

◆ Nul.

● Seul.

▲ Incompris.

■ Capable de tout et vous le prouviez sans cesse.

* Bien, car vos parents vous valorisaient.

15. Côté look, vous étiez...

● Habillé comme papa ou maman.

* Sexy, mais pas trop.

◆ Transparent.

▲ Habillé comme vos copains.

■ Disons que vous aviez un look « voyant » (punk, baba...) qui braquait tous les regards sur vous.

16. Qu'est-ce que vous ne supportiez absolument pas :

- ◆ Qu'on fouille dans vos affaires.
- ▲ Qu'on lise votre courrier.
- Qu'on ne frappe pas avant d'entrer dans votre chambre.
- Qu'on raconte vos petits secrets sur la place publique.
- * Qu'on ne vous fasse pas confiance.

17. Laquelle de ces réflexions vous aurait le plus agacé quand vous étiez ado ?

- ▲ Tu sors encore ?
- * Un de perdu, dix de retrouvés !
- Tu veux vraiment sortir comme ça ?
- Moi, quand j'avais ton âge...
- ◆ Quand tu seras chez toi, tu feras comme tu veux, en attendant...

18. Votre scolarité vous intéressait-elle ?

- ◆ Moyennement.
- Pas du tout.
- * Normalement.

▲ Oui et non, vous n'arriviez pas à faire le lien entre l'école et la vie professionnelle.

● Beaucoup. Vous passiez votre temps le nez dans les bouquins.

19. Et votre avenir, vous y pensiez ?

* Non.

◆ Oui, mais c'était vague.

● Vous saviez exactement ce que vous vouliez faire.

■ Vous ne vouliez pas faire de longues études.

▲ Non, vous n'en parliez jamais à la maison.

20. De quoi vos parents avaient-ils le plus peur pour vous ?

* De l'alcool.

◆ De la cigarette.

■ De la drogue.

▲ Vous ne savez pas.

● De rien.

21. Est-ce que leur peur vous empêchait de consommer ?

▲ Non, mais vous fumiez en cachette et vous avaliez Tic-Tac sur Tic-Tac avant de rentrer à la maison.

◆ Non, vous dormiez chez les copains quand vous aviez trop bu.

- Non, d'ailleurs eux-mêmes fumaient, alors...
- * Alcool, cigarettes...Vous détestiez tout !
- Oui, vous vous priviez pour leur faire plaisir.

22. Avez-vous eu des moments de déprime, voire une dépression ? Si oui, comment vous en êtes-vous sorti ?

- ▲ Oui, vous avez même dû voir un(e) psy.
- ◆ Par-ci par-là. Rien de grave.
- Oui, mais vous ne le montriez pas.
- Pas vous, mais vous savez ce que c'est. Votre meilleur ami était en dépression.
- * Non.

23. Quels étaient les sujets qui fâchaient à la maison ?

- ▲ Votre chambre désordonnée.
- Vos heures passées dans la salle de bains.
- * Pas grand-chose. Peut-être vos vêtements qui traînaient partout.
- ◆ Les copains qui allaient et venaient sans dire bonjour/au revoir.
- La musique trop forte.

24. Aviez-vous beaucoup d'amis ?

- Beaucoup trop, selon vos parents.
- ▲ Pas assez, selon vous.
- ◆ Vous aviez une meilleure amie/un meilleur ami que vous ne quittiez pas.
- * Oui, vous avez toujours aimé avoir une bande autour de vous.
- Non, vous n'aviez besoin de personne.

25. Pour vous, les adultes...

- * ... étaient là pour vous aider.
- ◆ ... ne pouvaient pas vous comprendre.
- ▲ ... n'avaient jamais été des ados.
- ... étaient des modèles.
- ... se comportaient comme de grands enfants.

26. Vous sentiez-vous seul ?

- Parfois.
- Tout le temps.
- ▲ En famille, oui, mais pas avec vos copains.
- ◆ Ça dépendait des jours.
- * Parfois, mais vous aimiez bien ça.

Décompte de vos points

Additionnez les signes ▲, ■, ●, ◆, ✱ et, selon la majorité obtenue, reportez-vous au profil qui correspond.

Votre profil

Si vous avez obtenu une majorité de ✱, vous étiez un :

Ado bien dans sa peau

Qui a dit que l'adolescence était une crise ? Pas vous, en tout cas. Même si vous avez eu des hauts et des bas, vous avez bien vécu cette période grâce à vos parents qui vous ont toujours épaulé. Et vous n'êtes pas une exception. Oui, on peut le dire, la plupart des adolescents vont bien et c'est une erreur de les réduire à des « problèmes » ambulants couverts d'acné. Un adolescent, même difficile, s'en sort toujours bien si les parents sont présents, aimants, efficaces et solides.

Revenons à vous. Même si vous avez eu une adolescence agréable, cela ne veut pas dire pour autant que vous n'avez rien fait, rien tenté, rien transgressé. Vous vous êtes comporté comme les copains, vous avez même fait quelques expériences inavouables, mais vous vous en êtes toujours bien sorti grâce à vos parents « parachute » ! À chaque dérive, vous vous êtes retrouvé en face d'adultes responsables, stricts, voire sévères, qui ne vous ont jamais jugé, mais éduqué. Au menu quotidien : des limites, un cadre bien défini, des règles à respecter, beaucoup de discussions, d'échanges, même

musclés, mais toujours bienveillants. Résultat : cette période dite difficile est passée comme une lettre à la poste et, sauf erreur, vous devriez être toujours aussi bien dans votre peau aujourd'hui, n'est-ce pas ?

Si vous avez obtenu une majorité de ●, vous étiez un :

Ado (trop) sage

Certains enfants sont qualifiés d'enfants modèles dès leur plus tendre enfance. Ils se montrent dociles, tranquilles et bien élevés. Jamais une tache sur les vêtements, jamais une bêtise, jamais un mot plus haut que l'autre. Même chose à l'adolescence. Ce ne sont pas les parents qui vont s'en plaindre, surtout qu'ils font l'admiration de tous. Vraiment de tous ?

Vous, vous faisiez partie de cette catégorie-là ! Exemple jusqu'au bout des ongles, vous n'avez pas changé d'attitude quand la puberté s'est emparée de vous. Vous l'avez laissée faire son travail et vous avez affronté les boutons, les coups de blues et les vagues de désir sans broncher. Comme si de rien n'était.

Vous avez tout accepté : votre prétendue « bonne » éducation dont le qualificatif serait peut-être à nuancer ; votre vie un peu en retrait, sans sorties, sans copains ; votre sens aigu du devoir et votre absence de modèles constructifs. Pourquoi cherchiez-vous à vous effacer le plus possible ? D'où venait cette volonté de ne pas déranger ?

Soumis au possible, vous avez cru savoir ce que vous vouliez faire, alors que vous faisiez ce que vos parents avaient décidé pour vous. Habillé comme papa ou maman, vous n'avez même pas eu le loisir de vous trouver une personnalité bien à vous.

Vous êtes resté imperméable à la nouveauté, imperturbable et soumis. Et maintenant, vous regrettez amèrement de ne pas avoir osé être « vous » ! Et vous avez raison.

À qui avez-vous voulu faire plaisir ? Pas à vous en tout cas, mais à vos parents. Et ça a marché. Sauf maintenant, vous avez l'impression d'être passé à côté de votre jeunesse. Et s'il n'était pas trop tard pour apprendre à être « vous » ?

Si vous avez obtenu une majorité de ■, vous étiez un :

Ado contestataire

Contestataire, vous ? Oui, c'est bien votre profil. Pourtant, direz-vous avec le recul, vos parents étaient plutôt cool. C'est justement là le problème : peut-être se sont-ils montrés un peu trop copains et pas assez sévères avec vous. La confusion des rôles est un facteur déstabilisant, voire inquiétant, pour bon nombre d'adolescents en pleine révolution physique et psychique. À l'âge de toutes les évolutions, on a besoin de marquer sa différence. Chacun son rôle !

Certes, ce n'est pas ce qui ressort du discours des ados qui clament sur tous les toits qu'ils sont grands et responsables et qu'ils désirent qu'on leur fiche la paix. Tout au fond d'eux, ils sont encore petits et vulnérables et ont besoin de leurs parents tout autant qu'avant. Mais ça, ils ne l'avoueront jamais !

Si un parent prend au pied de la lettre tous les vœux de son ado, pensant récolter ainsi la « palme du meilleur parent », il s'apercevra bien vite de son erreur et devra faire en sorte de redresser la barre, au risque de passer pour « bien gentil », mais pas « rassurant » du tout.

Il faut bien vous l'avouer : même s'ils ne s'en rendaient pas compte, vos parents manquaient d'autorité. Ils vous laissaient libre de rentrer à n'importe quelle heure, surveillaient votre scolarité d'un œil et s'occupaient moyennement de vos ambitions. Ils ne se rendaient pas compte non plus qu'ils vous gênaient en s'incrutant auprès de vos amis.

Eux qui, dans une certaine nonchalance et une pseudo cool attitude, pensaient déclencher votre admiration, ont complètement raté leur cible et pris le risque de passer pour des vieux ringards...

Quand on est ado, on a besoin d'un cadre bien défini à l'intérieur duquel on peut faire ses expériences. On rêve aussi d'être entouré de gens forts, de modèles. Autant de rêves qui n'ont pas été exaucés chez vous. Dommage.

**Si vous avez obtenu une majorité de ▲, vous étiez un :
Ado tout fou**

Chaque être humain vit son adolescence à sa manière et à son rythme, avec plus ou moins de soutien parental. Vous n'avez pas eu cette chance-là. Non seulement, vous n'avez pas réussi à profiter de tous les possibles qui s'offraient à vous à cette époque-là, mais vous avez vécu dans l'indifférence familiale générale. Aujourd'hui, vous qualifiez volontiers ces années difficiles de « grand n'importe quoi ».

En fait, vous ne saviez pas à quel saint vous vouer ! Vous aviez des amis, certes, mais vous manquiez d'exemples. Les adultes qui vous entouraient vous prêtaient peu d'attention. Rien n'était vraiment posé, tout était dans le flou. Du coup, vous ne communiquiez pas vraiment avec eux et tout restait à l'intérieur. Sans cadre, sans repères et sans confiance, vous vous transformiez en pile électrique à l'école, pendant vos soirées entre copains et même, parfois aussi, à la maison. Paradoxalement, vous vous sentiez à l'étroit dans votre trop grande liberté de faire et de penser. Peu conscient du but de l'école, incapable de vous projeter dans l'avenir, en panne d'interlocuteurs, vous étiez dans une sorte de *no man's land* désagréable. Quel malaise !

Comme vous n'aviez pas assez confiance en vous pour vous lancer dans de nouvelles expériences, vous alliez de bande de copains en bande de copains sans jamais vraiment vous intégrer. Vous écoutiez, essayiez de

participer, mais en fin de compte, ça n'allait pas. Côté look non plus. Vous n'avez fait que copier les autres sans jamais vraiment trouver votre identité.

Alors, si vous n'avez pas vraiment fait les quatre cents coups, vous avez vécu cette période dans une grande incertitude et une impatience presque malade. Et aujourd'hui, comment ça va ?

Si vous avez obtenu une majorité de ♦, vous étiez un :

Ado mal dans sa peau

Vous avez toujours gardé un petit goût amer de votre adolescence. Un petit quelque chose qui vous fait vous retourner sur votre passé avec tristesse. Aveuglé par vos petits problèmes, peu entouré, vous avez très mal vécu la transition entre la petite enfance et l'âge adulte. Vous étiez mal dans votre corps, mal dans votre tête... Et personne ne vous a secouru, à part votre meilleur ami. Heureusement qu'il était là ! Mais vu qu'il n'était pas mieux dans sa peau que vous, vous n'avez pas trouvé de solutions ensemble. Vous vous êtes juste soutenus moralement et posé des milliers de questions.

Côté parents, vous étiez très mal à l'aise. Ils n'étaient pas méchants, non, mais pas très présents. Ils travaillaient probablement beaucoup et laissaient aller les choses. Ils voulaient que vous passiez votre baccalauréat et le reste n'avait pas tellement d'importance.

Ce qui vous dérangeait le plus, c'est qu'ils se méfiaient un peu de vous et vous espionnaient. Mais moins bien que Sherlock Holmes, parce que vous n'étiez pas dupe. Votre mère ouvrait votre courrier, votre père fouillait vos poches... C'était tellement visible ! Et vous pleuriez le soir dans votre lit. Quelle humiliation, en effet.

Pas toujours très gâté par les signes extérieurs de la puberté, pas à l'aise du tout avec les adultes et encore moins avec la plupart de vos copains, excepté votre meilleur ami, on imagine bien que, côté cœur, ce n'était pas la fête non plus. Vous avez manqué d'amour. Et ça, c'est vraiment très douloureux quand on a 15 ans.

QUEL TYPE DE PARENT ÊTES-VOUS ?

Parent à votre tour, vous avez peut-être oublié un peu de votre adolescence, même si elle n'est pas si éloignée que ça. La vie est passée par là et vous êtes maintenant en pleine maturité. À la maison, vous avez un, deux ou trois enfants, encore des petits, déjà des ados et vous devez assumer un quotidien riche en émotions côté famille.

Votre rôle n'est pas simple. Tirailé entre votre amour parental et vos devoirs d'éducation, vous êtes parfois rattrapé par vos faiblesses et votre fatigue. Rien de plus normal. Mais, à part ça, vous avez certainement un profil bien défini de parent. À vous de jouer si vous voulez le savoir...

1. L'amour suffit-il pour élever un enfant ?

Si non, que faut-il en priorité ?

- Beaucoup de liberté.
- De l'autorité.
- ◆ Des limites.
- ▲ De la confiance.
- * Tous les points cités.

2. À 10-12 ans, a-t-on encore besoin de ses parents ?

- ◆ De moins en moins.
- ▲ Oui, plus que jamais.
- Non, à cet âge, on est grand.
- * Oui, mais différemment.
- Vous ne savez pas.

3. Depuis son enfance, vous lui donnez un surnom tout mignon. Avant, il ne disait rien, maintenant ça l'agace, surtout devant ses copains. Que faites-vous ?

- ▲ Rien. Vous continuez. Doudou, c'est Doudou !
- Vous aussi, on vous donne un petit surnom. Mais bon, vous essayez de changer pour lui faire plaisir.
- ◆ Vous l'appellez désormais exclusivement par son prénom.
- * Vous lui demandez pardon.
- Vous en rajoutez quand les copains sont là.

4. Qui occupe la première place dans votre vie ?

- ▲ Votre enfant (vos enfants).
- ◆ Votre conjoint.
- Vous.
- Votre travail.
- * Votre famille au grand complet.

5. Que signifie éduquer ? (plusieurs réponses possibles)

- ▲ Envoyer à l'école.
- * Transmettre des valeurs.
- Intéresser à la culture.
- ◆ Guider.
- Sévir.

6. Comment voyez-vous l'avenir de votre adolescent ?

- ▲ Vous ne l'imaginez même pas.
- Il va marcher sur vos traces (entreprise familiale, commerce, cabinet d'avocats...).
- * C'est un sujet dont vous discutez régulièrement ensemble.
- ◆ C'est son problème, vous n'êtes pas responsable de ses choix. Vous êtes juste là pour le soutenir.
- Il sera probablement chômeur, comme tout le monde.

7. Faut-il respecter les choix de ses enfants ?

- Oui, bien sûr, exactement comme ceux des adultes.
- ◆ Ça dépend des domaines.
- * S'ils sont réalistes, oui. Sinon, il faut en discuter avec eux.
- ▲ Les enfants sont trop jeunes pour savoir ce qu'ils veulent.
- C'est aux parents de décider de ce qui est important pour eux.

8. Comment vous sentez-vous quand votre ado part en vacances ?

- * Ouf, enfin seul !
- ◆ Vous êtes triste.
- Vous en profitez pour nettoyer sa chambre et pour jeter tout ce qui vous paraît inutile.
- Vous sortez tous les soirs.
- ▲ Vous lui téléphonez une fois par jour.

9. Acceptez-vous de vieillir ?

- ▲ Vous ne vous sentez pas vieux.
- ◆ Ça dépend des jours.
- * Vous constatez les faits.
- Oui, vous vous en fichez.
- Vous faites tout pour cacher votre âge.

10. Punissez-vous facilement votre adolescent ?

- Oui, c'est la meilleure méthode pour qu'il comprenne.
- ◆ Vous le menacez souvent, mais vous ne le faites jamais.
- * Non, pas facilement, mais cela arrive et vous en discutez toujours ensemble.
- Non, ça vous fait plutôt rire quand il fait des bêtises.
- ▲ Non, il est encore trop jeune pour comprendre.

11. Comment surveillez-vous votre adolescent ?

- Vous fouillez dans ses affaires.
- Vous lui faites confiance.
- ▲ Vous le suivez partout.
- ◆ Vous le surveillez du coin de l'œil.
- * Vous êtes attentifs à ses changements d'humeur ou de comportement.

12. Donnez-vous raison à votre ado s'il a un souci avec un prof ?

- Oui, il est assez grand pour savoir si un prof est bien ou pas.
- * Vous l'écoutez attentivement, mais par principe, vous ne lui donnez jamais raison.
- ▲ Vous réglez cela directement avec le prof.

■ Non, mais vous lui dites de ne pas s'énerver. Les profs sont nuls, c'est bien connu.

◆ Il n'a jamais de souci avec les profs.

13. Communiquez-vous beaucoup avec lui ?

* Le plus possible. Sans communication, les relations sont vouées à l'échec.

▲ Vous ne comprenez pas la question.

● Oui, vous adorez qu'il vous raconte ses petites histoires et vous, vous lui racontez les vôtres.

◆ Vous répondez à ses innombrables questions, c'est déjà beaucoup.

■ Non, d'ailleurs il préfère ses copains.

14. Quelle est votre plus grande angoisse à son sujet ?

■ Vous doutez de ses capacités à réussir sa vie.

◆ Vous craignez qu'il soit malheureux en amour.

● Vous ne savez pas !

▲ Vous frémissez à l'idée qu'il puisse tomber gravement malade.

* Vous n'avez aucune angoisse.

15. Êtes-vous généreux ?

▲ Vous lui achetez tout ce qu'il veut.

◆ Vous ne lui offrez rien en dehors de son anniversaire et de Noël.

- Vous lui achetez les mêmes choses que vous.
- * Assez, mais vous insistez pour qu'il s'en sorte avec son argent de poche.
- Il n'a qu'à travailler un peu. Il est grand.

16. Un jour, il partira. Cela vous fait-il peur ?

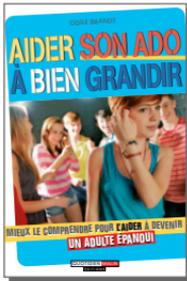
- * C'est la vie !
- ▲ Pour vous, c'est carrément impensable.
- ◆ Vous aviserez le moment venu.
- Vous espérez bien qu'il va rester le plus longtemps possible à la maison.
- Non, vous aussi vous avez quitté votre famille et cela n'a pas été un drame.

17. Comment réagissez-vous quand votre adolescent vous envoie promener ?

- ◆ Vous évitez de répondre de façon agressive.
- Vous hurlez plus fort que lui.
- * Vous l'invitez à se calmer et à en discuter.
- Vous l'enfermez dans sa chambre.
- ▲ Cela n'arrive jamais.

18. Il est amoureux pour la première fois.

- ◆ Vous lui dites que c'est merveilleux. Toute sa vie, il se souviendra de son premier amour.
- * Vous lui dites que vous êtes heureux pour lui.



Aider son ado à bien grandir

Odile Brandt

Plus d'infos sur ce livre paru
aux éditions Quotidien Malin