

# COMMENT ÉLEVER UN ADO D'APPARTEMENT

nouvelle édition

# 2.0

ANNE DE RANGCOURT



Le guide indispensable pour  
les parents au bord de la crise de nerfs

LE D U C . S  
P R A T I Q U E

« P'TAIN, M'AAAN ! J'AI GRAVE LA DALLE !  
C'EST QUAND QU'ON MAAAANGE ? »

« J'AI P'U RIEN À ME MEEETTRE, P'TAIN,  
ÇA FAIT IECH', L'EST NULLE C'TE BARAAAQUE !  
VIVEMENT QUE J'ME CASSE DE LÀ ! »

« OUAIS, OH BAH HEIN, ÇA VA, CH'T'AI RIEN D'MANDÉ  
NON PLUS ! J'AI PAS DEMANDÉ À NAÎTRE, HEIN ! »

Si ces phrases sonnent comme une musique douloureusement familière à vos oreilles, c'est certainement que vos chères têtes blondes ont violemment muté : cheveux gras, voix de crécelle, pieds et mains disproportionnés, odeur douteuse...

**Horreur**, votre enfant est un ado !  
**Pire**, c'est un **ado d'appartement 2.0** !



Ni psychologue, ni sociologue, ni même entomologue, **Anne de Rancourt**, forte de son expérience de mère de 4 enfants et de professeure, vous fait profiter de sa sagesse pour tenter de mieux comprendre ces bestioles étranges. Première bonne nouvelle : vous allez découvrir que vous n'êtes pas seul(e), et que c'est (plus ou moins) la guerre partout. Seconde bonne nouvelle, ils seront un jour, et grâce à vous, des adultes dynamiques et responsables.

ISBN : 979-10-285-1634-5



9 791028 516345

**17 euros**  
Prix TTC France

LE D U C . S  
P R A T I Q U E

Illustration de couverture :  
© Mélanie Kochert  
Rayon : Parentalité



DE LA MÊME AUTEURE, AUX ÉDITIONS LEDUC.S

*Victime de mes élèves en 150 preuves*, 2018.

**REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !**

**Inscrivez-vous à notre newsletter** et recevez chaque mois :

- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux !

Rendez-vous sur la page :

**[bit.ly/newsletterleduc](https://bit.ly/newsletterleduc)**

**Découvrez aussi notre catalogue** complet en ligne sur  
notre site : **[www.editionsleduc.com](http://www.editionsleduc.com)**

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog et sur  
les réseaux sociaux.



Design de couverture : Mélanie Kochert / Antartik

Conseil éditorial : Sophie Carquain

Suivi éditorial : Yannis Chevalier

Mise en pages : Nord Compo

© 2019 Leduc.s Éditions

10, Place des Cinq-Martyrs-du-Lycée- Buffon

75015 Paris

ISBN : 979-10-285-1634-5

**ANNE DE RANCOURT**

Comment  
élever un ado  
d'appartement 2.0

L E D U C . S  
P R A T I Q U E



*Pour Vincent, Clément, Pierre et Alexis,  
anciens ados d'appartement exemplaires  
dans le genre, aujourd'hui adultes formidables.*



### AVERTISSEMENT

Aucun ado n'a été maltraité ni testé sur des animaux au cours de l'élaboration de cet ouvrage, garanti bio, sans gluten, ni sucres ajoutés, ni matières grasses cachées. Pour les parents excédés, qui auraient parfois des envies de bouffer leurs descendants, sachez que l'ado d'appartement n'est pas compatible avec une alimentation végane : on peut, en effet, trouver chez lui des traces de gènes humains... ainsi que des protéines animales !



# Sommaire

Sommaire	9
Préface de l'auteure	11
Chapitre 1 : Comment reconnaître un ado d'appartement ?	17
Chapitre 2 : Comment distinguer un ado débutant d'un enfant ?	27
Chapitre 3 : L'habitat	45
Chapitre 4 : Le territoire	73
Chapitre 5 : Le comportement	83
Chapitre 6 : L'ado et les activités extrascolaires	95
Chapitre 7 : Réussir à faire sortir un ado de chez soi pendant les vacances	105
Chapitre 8 : Occuper un ado à l'intérieur de son territoire, donc du vôtre	119

Chapitre 9 : Rapatrier l'ado d'appartement	125
Chapitre 10 : L'ado et l'alimentation	133
Chapitre 11 : Communiquer avec un ado d'appartement en dehors des repas	141
Chapitre 12 : Comment tenir un ado d'appartement dans ses bras ?	159
Chapitre 13 : Les apprentissages de l'ado d'appartement	165
Chapitre 14 : Le langage	171
Chapitre 15 : L'ado d'appartement en société	175
Chapitre 16 : Le dressage proprement dit	181
Chapitre 17 : Le partage du territoire	189
Et maintenant, place à vos questions !	201
Lexique ado-français, lacunaire et opportuniste	207
Remerciements	211
De la même auteure	213

# Préface de l'auteur

« *La jeunesse n'a pas d'avenir.* »

– François Mauriac

En janvier 2006 paraissait chez Chiflet & Cie – que Dieu le protège – *Comment élever un ado d'appartement ?*, premier guide d'élevage d'une espèce qui, à l'époque, me cernait de toutes parts :

- à la maison, où quatre spécimens mâles, non contents de dévorer tout mon temps libre, engloutissaient aussi le contenu intégral du frigo familial, me laissant à peine le temps de le remplir ;
- mais aussi au lycée qui m'employait alors, et qui me permettait tout juste de gagner de quoi recharger, tel un Sisyphe moderne, ce fameux réfrigérateur.

Certains petits matins, je quittais les adolescents flasques et odorants que j'avais imposés mis au monde selon une technique ancestrale et avec l'aide

d'un autre adulte, consentant au départ<sup>1</sup> – « Bisous Maman chérie bonne journée merci pour tout ce que tu fais pour nous nuit et jour. J'ai bien fait mes devoirs et je ferai la vaisselle ce soir pour que tu puisses profiter d'un repos bien mérité en rentrant du lycée » (*dans tes rêves, la mère !*).

Je m'en allais retrouver d'autres adolescents flasques et odorants, infligés offerts au monde par d'autres parents pour accompagner les miens dans leur quête effrénée de savoir et d'intelligence – « Bonjour madame nous vous sommes si reconnaissants de nous transmettre avec tant d'abnégation et un si bas salaire votre beau savoir et tant d'intelligence » (*dans tes rêves, la prof !*).

Certains petits matins, donc, je me souvenais que ces êtres, si différents de moi, mais si semblables entre eux, méritaient tout mon amour... bon, disons toute ma patiente pédagogie... euh... disons qu'ils méritaient que j'attende la paye en fin de mois.

Plus de treize ans après, soyons réalistes : en dépit de mes efforts, l'adolescence n'est toujours pas éradiquée. Pire, même : une nouvelle génération a eu le temps de se développer, sans que personne s'en émeuve. Mais que fait le gouvernement ? Où en est son *projeet* ?

---

1. L'expression « consentant au départ » peut se lire à plusieurs niveaux de lecture.

Exemple flagrant de l'inefficacité de ma contribution : le jour où sortait le livre initial, une merveilleuse petite fille toute neuve, Inès, vagissait, gracieuse et rose, sentant bon le bébé et confiante en les humains, qui se la passaient de bras en bras et affirmaient tous qu'elle était « tout à fait de notre côté ». Elle suscitait l'admiration du cercle de famille élargi à grands cris.

Qui aurait alors pensé retrouver un jour un tatouage de dragon japonais enserrant ce cou si gracile et un piercing dans ce délicat nombril, où finissait de sécher un souvenir de cordon ombilical ?

Son grand frère, Raphaël, 3 ans, 87 centimètres de tendresse, caressait doucement la tête de ce joli bébé-sœur, qu'il allait dorénavant aider à grandir. Il s'était autoproclamé « protecteur de bébé ».

Qui aurait alors imaginé que Raphaël traiterait un jour sa sœur de « sale tepu » ?

Qui aurait alors imaginé qu'Inès traiterait un jour son frère de « gros con » ?

En tout cas, je peux attester que Raph' n'est pas si gros que ça – malgré les tonnes de kebabs qu'il engloutit – et Inès pas sale du tout, si l'on en juge par le temps qu'elle passe matin et soir dans la salle de bains.

Aujourd'hui, l'un et l'autre ont gagné un bon mètre en taille et encaissent mensuellement un argent de poche indécent.

L'adolescence et son inertie endémique sévissent, certes, toujours – participant gravement au réchauffement climatique – mais il semblerait que les membres sans cesse renouvelés de cette espèce jamais en voie de disparition aient « évolué », voire muté, au point que mes anciens ados personnels les observent, navrés, et s'interrogent : « On n'était quand même pas aussi cons, à leur âge ? »

Voyons, mes amours... laissez-moi une petite seconde pour réfléchir... je compte jusqu'à un pour me rappeler ce passé pas si lointain. Ah, ben si ! Vous l'étiez. Différemment, mais tout de même. Ce souvenir-là aussi, on l'oublie un jour. Grâce à votre question, j'ai retrouvé la mémoire, merci.

Qu'est-ce qui a changé ?

Pour ce qui est des traits généraux et de la physiologie, l'espèce *Adolescens contemporaneis* ressemble à la génération précédente, celle des *Adolescens vulgaris*, dont firent partie mes grands, à présent en âge de faire des petits ; mais elle a objectivement muté, s'est robotisée, numérisée, « électroniquée » peu à peu – comme nous le verrons – raison pour laquelle nous nommons désormais ses congénères « ados d'appartement 2.0 ».

À l'attention des mères d'ados désespérées : si je ne relisais pas ce que j'écrivais quand les miens avaient 13 ou 14 ans, je ne me croirais pas quand je laissais entendre que c'était parfois pénible : on se souvient vaguement que « c'était pas marrant », mais on en

rit ensemble des années plus tard ! Et on est bien contentes de constater un jour ou l'autre que « jeunesse se tasse, se passe, puis se casse un beau jour ».

Certes, depuis ce premier livre, j'ai pris moi aussi treize ans dans les bajoues, ma propre jeunesse s'est tassée et se casse un peu chaque jour, pourtant ce n'est pas pour cela que mon jugement s'en est trouvé altéré. Les quatre hommes, qui sont pour toujours mes enfants, mais ne sont plus, Dieu merci, des ados, sont objectivement très réussis. Je ne dis pas ça (seulement) parce qu'ils auront bientôt l'obligation légale de pousser mon fauteuil roulant jusqu'à l'EHPAD, mais (aussi) parce que c'est vrai.

Comment pourrait-on croire que, moi aussi, j'ai été adolescente, avant l'ère des dinosaures, quand on voit le résultat magnifique et pourtant si humble ?

En attendant, vous avez quelques années plus ou moins rigolotes à vivre ensemble, vos ados et vous. Prenez votre souffle, lisez ce bouquin : je vais vous donner des tuyaux pour mieux les comprendre. Ou pas. En tout cas, pour vous faire marrer un peu.

Et si vous leur interdisez absolument de le lire, surtout aux toilettes, où vous aurez pris soin de le laisser traîner, vous pouvez être sûre qu'ils vont finir par l'évoquer devant vous, en beuglant par exemple à toute heure du jour : « P'tain, M'aaan ! J'ai grave la dalle ! C'est quand qu'on maaaange ? »

Ni psychologue, ni sociologue, ni entomologue, je ne me targue que de ma propre expérience *in vivo* de mère et de professeure. À ce double titre, je ne traiterai ici que des adolescents « normaux », si tant est qu'un ado puisse paraître « normal » aux yeux de qui les observe : je laisse les addictions, les déviances, les maladies et autres drames familiaux qui ne font rire personne, en tout cas pas moi, aux spécialistes.

Je prends dans mes bras compatissants – musclés par trois maternités joyeusement choisies, dont l'ultime me combla doublement – celles qui ont décidé d'être mères, parfois à tout prix<sup>2</sup>, persuadées qu'elles étaient, au moins durant le temps de la conception, qu'avoir un bébé signifiait juste avoir un BÉBÉ, un PETIT enfant... sans imaginer que cet astre porteur de tous les espoirs du monde deviendrait un jour... (*Musique stridente et haletante en fond sonore !*) un ADÔÔÔ !! Chrysalide étrange, qui, certes, donnera à coup sûr un (superbe) papillon, mais en attendant, hein, il faut y croire sans preuve, contrairement à saint Thomas.

Bonne lecture ! J'allais ajouter bon courage, mais je ne voudrais pas vous décourager.

Anne de Rancourt

---

2. Vive la PMA pour celles qui ont besoin d'y recourir ! Lire à ce sujet le livre parfaitement documenté de Bénédicte Flye Sainte Marie, *PMA, le grand débat*, éditions Michalon, 2018.

# Chapitre 1

## Comment reconnaître un ado d'appartement ?

« **L**a différence entre un enfant, un ado et un préado, c'est que tu es entre les deux. Un ado c'est un enfant qui se rapproche de l'âge adulte, qui est chiant, qui pue et qui veut rien faire. Moi je pue quand je prends pas de douche pendant plusieurs jours. Est-ce que je suis chiant ? Il faut demander à mes parents, et est-ce que je veux rien faire ? Non, je suis serviable, demande à ma grand-mère. »

– Antoine R., 13 ans, en 4<sup>e</sup>

## TOUT ALLAIT BIEN AVEC/POUR VOTRE ENFANT LORSQU'UN JOUR, PAF, IL CHOPE L'ADOLESCENCE !

Vous venez de découvrir subitement, douloureusement, qu'un ado vit chez vous et dort même dans le lit de votre moutard, alors que vous pensiez jusqu'à hier matin avoir un enfant.

Vous voici désespérée, à l'aube de son treizième anniversaire, au moment de le réveiller par de tendres petits gouzi-gouzi dans le cou, lorsqu'il croasse : « C'est bon, vas-y, là, ch'uis pu un gosse, arrête de m'lécher, m'man, ça craint, t'es pédophile ou ouak ! Et pis laisse-moi dormir, là, c'est dimanche ! 'Tain, c'est la nuit, t'es ouf de m'réveiller ! Tu joues avec ta vie, là ! » Collé à son oreille écarlate, incrusté dans la peau, vous apercevez un téléphone que l'on ne vous a jamais présenté.

Il grogne, tapi dans l'ombre, montrant des dents griffées de barbelés, où finissent de fermenter des bribes de pizza au *Mut'ella*. De la couette dépassent des pieds immenses et velus. Où est passé votre petit ?

### À NOTER

Si le « il » est une « elle », c'est à peu près la même scène d'horreur, si ce n'est que la métamorphose a commencé un peu plus tôt encore et

que la voix est plus aiguë, avec (normalement) moins de poils sur les jambes (vu qu'elle utilise votre rasoir) et plus de bleu turquoise sur les paupières.

Vous ravalez un « joyeux anniversaire, mon petit chér... », en même temps que la giclée de bile qui vient de mettre le feu à votre œsophage ; vous battez en retraite, penaude et apeurée, avec au fond du cœur des bouquets d'amour en boutons – eux aussi – flétris avant que d'éclore, comme calcinés par l'haleine brassillante d'un dragon de Komodo. Vous cachez dans votre dos un petit nounours enrubanné d'un bolduc doré. Il était destiné à la chère petite chose devenue grande sans vous demander votre avis, qui, hier soir encore, s'était blottie dans vos bras en réclamant, pouce en bouche : « Une chanchoon douuuuuche, que me çantaiiit maaaa manmaaaan... »

Il y a quelques heures à peine, la chair de votre chair avait encore besoin de vous, et voilà que ce que vous croyiez être votre enfant vous montre les dents. Ô rage, ô désespoir, n'avez-vous donc tant vécu que pour cette infamie ?

Prudente, vous empoignez une chaise, opposant la protection de ses quatre pieds à une éventuelle réaction agressive. **Il faut se méfier de l'ado qui dort !** Vous quittez à reculons la chambre odorante du cher

bambin, non sans avoir ouvert la fenêtre. Largement et sans tenir compte des glapissements « croupigno-teux » qui proviennent du tas blotti sous la couette !

Vous claquez, haletante, la porte de la cage. Pardon, de la chambre. En évitant de piétiner des caleçons, des écouteurs, des cahiers de cours, des numéros de téléphone griffonnés à l'encre rose fluo sur des coins de copie arrachés, des tablettes numériques, des chaussettes, des téléphones, des manettes connectées à des machines dont vous ignorez l'usage, divers câbles, des figurines terrifiantes, munies d'ailes multiples et qui pointent vers vous des glaives à faire frémir.

Devant les yeux médusés de votre cœur meurtri défile votre vie de mère, tel un film dont le titre serait *Treize années de la vie d'une femme*. Hier encore, ou était-ce avant-hier, sur le même plancher de la même chambre, une reproduction de ferme en carton offerte par Marraine abritait d'attendrissants bébés animaux et leurs mamans, des livres cartonnés expliquaient la naissance d'une fleur, lui racontaient *Martine en vacances* au milieu de cubes de bois multicolores... ça, à la réflexion, vous n'en êtes plus très sûre. C'était peut-être dans votre propre chambre d'enfant, les *Martine*, mais on s'en fiche, c'est la guerre.

Vous vous réfugiez à la cuisine, où finit de brûler le déjeuner d'anniversaire. Titubante. Un peu vieillie. Fatiguée. Et si seule.

Le Papa chéri de l'ex-enfant est allé faire son jogging, parce qu'il s'entretient, lui ; jouer au foot devant la télé au bistrot, parce qu'il se cultive, lui ; acheter du pain et le gâteau d'anniversaire du petit, parce qu'il prend soin de sa famille, lui ; voire honorer sa maîtresse en vous faisant croire qu'il faisait tout ce qui précède, parce que, euh... c'est lui. Bref, le père ignore tout encore de la métamorphose kafkaïenne qui a eu lieu pendant la nuit. Seule, vous dis-je, vous êtes seule.

Vous faites couler un café directement sur vos escarpins et allumez une cigarette. Du côté du filtre. Et là, vous vous souvenez que vous aviez cessé de fumer le jour précis où vous aviez appris, bouleversée, que vous attendiez un petit bébé, un être minuscule et vulnérable, merveilleux fruit qui venait bénir l'amour qui vous unissait à l'homme de votre vie ! Alors, enfin, vous vous effondrez, vous sanglotez, orpheline de vous ne savez pas quoi, en deuil en tout cas, incomprise des dieux, au bord de la crise de mère.

Où est passé votre bébé ?

## LE MALENTENDU

***« Le non-savoir est la gigantesque méprise qui sert de base à toutes nos vérités, le non-savoir est plus puissant que tous les dieux réunis. »***

– Cioran

Il y a treize ans et neuf mois vous aviez conçu, dans la pénombre d'une tiède alcôve, sur une plage des Côtes-d'Armor ou sur le siège avant d'un trente-huit tonnes garé devant un routier sur la RN7, un espoir d'enfant, devenu un bébé, un nourrisson, un ange : 51 cm et 3 520 g d'amour et d'innocence pure.

Personne ne vous avait jamais dit que le vôtre, votre enfant, votre Jésus, votre moucheron, votre mioche, votre gone, votre... bref votre tout-petit à vous, deviendrait un jour cet être hybride de 1 m 70 au garrot et 53 kg tout mouillé, ou l'inverse : 1 m 53 pour 70 kg, traînant ses pompes non lacées dans une classe de 4<sup>e</sup> remplie de ses congénères, étranges bestioles brutalement méconnaissables, effrayantes, munies subitement de deux paires de pattes trop longues dont ils ne savent que faire, de bubons sur le museau, de cheveux gras, d'un chemin de fer dans la mâchoire, d'une voix qui joue les montagnes russes, d'une haleine de chacal hépatique au réveil et de baskets puantes en 42 qui traînent (encore !) dans la salle de bains.

Résumons-nous : il y a eu tromperie sur la marchandise. Personne ne vous avait avertie, ou peut-être ne vouliez-vous pas le savoir, que votre nouveau-né deviendrait un jour un adolescent. Pas vous, pas lui, pas ça, pas chez vous !

Eh bien si, c'est arrivé. Ça, chez vous.

Soudain, le centre du monde est tout désordonné, il y a le bazar tout partout, un vrai foutoir, alors que vous l'aviez bien rangé hier soir avant de vous coucher, après avoir remonté sa couette jusqu'à son menton.

Une vraie chambre d'ado, le monde ! Il est devenu incompréhensible, insupportable, il refoule du goulot, le monde ! Il a les cheveux gras et vous parle mal, le monde ! Vous ne reconnaissez même plus sa voix. Vous êtes désarmée, abandonnée des fées. Vous remisez le nounours et son bolduc doré dans le tiroir rempli de colliers de nouilles et d'empreintes de mains vertes flashy que l'enfant vous a confectionnés année après année. Nouvelle occasion de sangloter à gros bouillons, les colliers de nouilles. Mon bébééeé si chouchouidou !!

Que faire ?

Rien.

Ou plutôt si : lisez ce manuel qui vous permettra de prendre du recul et vous aidera à sortir le nez du guidon dans les situations d'urgence, c'est-à-dire quotidiennement, à chaque nouvelle ineptie de votre ado, pour les années à venir. Combien d'années ? Un certain nombre. Mais pas plus.

Il existe trois types d'adolescents :

- l'ado débutant, entre 10/12 et 15/16 ans ;
- l'ado confirmé, entre 15/16 et 17/18 ans ;

- l'ado persistant, voire définitif et probablement irrécupérable, entre 17/18 ans et... le jour où il aura enfin envie de quitter le nid.

#### LE SAVIEZ-VOUS ?

L'ado persistant, cette catégorie d'adolescent incurable, plutôt masculine, bien qu'on ait recensé quelques spécimens de genre féminin, sait fort bien se déguiser en adulte, voire en père de famille socialement et professionnellement reconnu.

L'objet de cette étude porte essentiellement sur l'ado d'appartement.

L'ado de pavillon individuel lui ressemble beaucoup, certes. Mais l'avantage indéniable pour les parents de cette dernière espèce est qu'ils peuvent facilement l'envoyer jouer dehors (par exemple, à l'heure d'une petite sieste crapuleuse bien méritée par ses parents), tandis que l'expression citadine « va donc jouer sur l'autoroute » reste relativement mal vue par les obsédés de la sécurité bien-pensante. Ils n'ont pas d'ados chez eux, les obsédés de la sécurité bien-pensante.

De même, il est assez difficile de déposer votre ado sur le trottoir le jour du ramassage des déchets encombrants, au prétexte qu'il est encastré depuis trois semaines, jeu vidéo + ordinateur + téléphone portable dans toutes ses mains + casque sur les oreilles, dans le canapé dont vous ne voulez plus parce qu'il sent le moisi, la bière et le vomi depuis que le petit a chopé l'adolescence.

#### AVERTISSEMENT

La plupart du temps, pour parler de l'ado d'appartement 2.0, j'adopterai délibérément le genre masculin, par habitude et mesure de commodité, bien que le genre féminin ne soit pas exclu de ma réflexion, nourrie par une observation *urbi et orbi* depuis de longues années.

Que les maniaques de l'écriture inclusive veuillent bien me pardonner de ne pas me soumettre à cette mode horripilante, ni remettre en cause mon implication dans le combat pour la parité et l'égalité... valeurs que j'ai bien sûr inculquées à mes fils.

Nous espérons que cet extrait  
vous a plu !



Comment élever un ado d'appartement 2.0  
Anne de Rancourt



J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous  
à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**,  
**invitations** et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

LE D U C . S  
E D I T I O N S