



Illustration: Clara Tissot

SPECIAL TEENS

Au secours, mes parents crisent !

Et si l'adolescence était surtout douloureuse pour les parents ? Des spécialistes décryptent ce passage vers l'âge adulte qui fait trembler l'équilibre familial.

« **J**e ne sais plus comment l'aimer », confie Louise du bout des lèvres. Depuis que son fils de 13 ans a ouvert les vannes de l'adolescence, la jeune quadra oscille entre nostalgie et craintes : quel rôle dois-je jouer désormais et suis-je prête pour cette nouvelle partition ? « *L'entrée dans l'adolescence provoque une déstabilisation des positions établies durant l'enfance. Même si les parents sont préparés intellectuellement, le changement psychique et physique de l'enfant est réel* », note Patrice Huerre, pédopsychiatre des hôpitaux et cofondateur du Collège international de l'adolescence¹. « *Le sentiment de désamour est réel. Il n'y a plus de câlins. Cette non-manifestation physique est interprétée de manière erronée. Il est alors pertinent d'inventer un autre dialogue, de manifester son amour différemment, en envoyant par exemple un texto, un émoticône, sans chercher à obtenir de réponse de la part de son ado.* » Cette nouvelle vague fut salée pour Louise, submergée par le sentiment de vivre à côté de son fils quand, autrefois, c'est connectée par un fil invisible qu'elle composait ce duo mère-fils. « *Il y a évidemment une autre dynamique à lancer. Ce qui implique un amour maternel non pas moindre, mais différent. Il est pertinent de se demander : Comment était-ce quand j'étais moi-même adolescent-e ? On peut aller chercher dans ses souvenirs et auprès de ses propres parents les pièces de notre puzzle* », propose Edith Goldbeter, docteur en psychologie et psychothérapeute familiale. Perdue entre leur position de parents et leur vie d'hommes et de femmes, les adultes cherchent l'équilibre sur un sol mouvant. « *Cette période peut rappeler les parents à leur propre histoire et leurs propres mutations. Cela les amène à reconsidérer la place qu'ils accordent à leur enfant, ses projets, ses désirs. C'est une bascule de la position parentale qui, pendant douze ans, a été assurée de manière stable. Un nouveau rôle auquel ils ne sont pas préparés. Comment vont-ils le tenir ? Comme leurs parents ?*

Est-ce un modèle pertinent ou vont-ils chercher à avoir un rôle original ? (Je vais faire mieux, différemment...) » questionne le psychiatre Patrice Huerre.

Deux mondes en crise

Ce point de déséquilibre ne reposerait-il pas sur deux mondes qui perdent pied, en même temps : celui de l'ado et celui du parent ? « *L'adolescence de son enfant intervient généralement au moment où l'on se pose des questions sur sa propre existence. C'est la fameuse crise du milieu de vie* », analyse Patrice Huerre. Une mutation des deux parties que relève par ailleurs le psychothérapeute Benoît Clotteau, spécialiste de la famille : « *Ce sont des crises qui se superposent. C'est difficile pour un parent de savoir ce qui lui appartient et ce qui appartient à l'adolescent.* » Marion et Antoine ont vécu un an et demi en duo avant d'accueillir leur premier enfant, aujourd'hui âgé de 14 ans. Depuis quelque temps, se pose cette question : quel couple sommes-nous si nous ne sommes plus un couple de parents d'enfant ? « *Il arrive souvent que le couple de parents se surinvestisse durant la petite enfance et l'enfance. Cela crée à l'adolescence un vide nécessaire qu'il cherche à nourrir. Il y a un creux qui se manifeste et un besoin de réajustement. Quand l'adolescent développe son autonomie, le couple de parents est livré à lui-même. C'est un chemin à entreprendre* », précise Edith Goldbeter. En rencontrant des familles, le sujet de la projection se dessine en filigrane. Durant les dix premières années, les parents se constituent une image de leur enfant. Ils le projettent dans un avenir lointain sur la base de ce qu'ils ont observé durant son enfance. Ils anticipent son avenir. « *Si c'est un moteur, cela peut aussi être une déception. Comment vont-ils accepter de réviser leur appréciation ?* », questionne le psychiatre Patrice Huerre.

« L'ado perçoit le côté humain et faillible de l'adulte. Cette révision est une étape utile et nécessaire pour trouver de nouveaux modes de relation. »

« Un adolescent n'est jamais ce que l'on a prévu. »

Il y a les projections qui se présentent à nous sans que l'on cherche à les nourrir, nos propres adolescences dont on peut garder un souvenir amer, et la crainte de voir s'échapper l'enfant que l'on pensait connaître par cœur. En tant que parent, a-t-on suffisamment de flexibilité et de sérénité pour réadapter son chemin ? « Un adolescent n'est jamais ce que l'on a prévu. Pour avancer, l'ado doit se sentir capable de s'affirmer. C'est constructif de se différencier du modèle imaginé par ses parents. Cette tempête est une période inconfortable autant pour le parent que pour l'ado. Il n'y a pas de permanence (ce qui est dit la veille, ne vaut pas pour le lendemain). C'est un terrain mouvant. Il faut faire appel à sa flexibilité car à cet instant se construisent les futures relations d'adultes avec son enfant », alerte Edith Goldbeter. À plusieurs reprises, Marion et Antoine ont été tentés d'abandonner les tentatives de reconnexion avec leur fille. Par manque de temps, de force, d'envie aussi : « Notre fille ne parlait plus beaucoup, rien de ce que l'on pouvait dire ne trouvait d'intérêt pour elle. Nous qui avions l'impression d'être dans l'air du temps et dans le dialogue, on s'est subitement sentis rejetés par notre propre enfant, un peu vexés aussi ! Alors, cette crise d'ado était une bonne excuse pour se dire : « allez, on la laisse et elle reviendra bien ! » Or, ce qui se joue ici, c'est l'avenir, le lien entre le parent et son enfant adulte. « Il est important que ce temps de crise passe sans trop de casse », précise Patrice Huerre. Car ensuite, vient le temps des retrouvailles.

L'occasion d'une nouvelle rencontre

... et de nuances : être présent en tant que parent mais laisser par ailleurs la liberté d'être à cet enfant qui se construit avec,

contre et sans nous. « Ce qui est génial, avec les adolescents, c'est qu'ils ont le sentiment que tout est possible. N'en rions pas trop. Ne détruisons pas trop tôt leurs rêves. Souvent le parent ne va pas permettre à son adolescent de s'expérimenter lui-même, de se responsabiliser, de prendre en charge ses idées et de les confronter avec l'extérieur. On a peur, surtout si on a eu des difficultés personnelles au moment de sa propre adolescence. On va vouloir maintenir son ado dans un état de jeune enfant, on va empêcher son autonomisation », analyse Benoît Clotteau. Vient aussi le temps des séparations : « À l'adolescence, on commence à se dire qu'il va falloir quitter le domicile familial. Il y a une grosse angoisse de séparation. Le parent vit lui aussi des pertes, de ses propres parents ou de ses amis. Là aussi les choses se superposent », poursuit le psychologue. Chacun emmêlé dans sa propre insécurité, ne s'empêche-t-on pas de grandir ensemble ? À travers les récits de parents, on voit se dessiner dans l'histoire familiale un chemin de cohabitation. « C'est l'occasion d'une nouvelle rencontre », note Patrice Huerre. « L'ado perçoit le côté humain et faillible de l'adulte. Cette révision est une étape utile et nécessaire pour trouver de nouveaux modes de relation. » D'adulte à adulte.

MOTS : AMANDINE GROSSE — ILLUSTRATION : CLARA TISSOT

1. AUTEUR DE COMMENT L'ÉCOLE S'ÉLOIGNE DE SES ENFANTS (NATHAN) ET LA FRANCE ADOLESCENTE, AVEC MATHIEU LAINE (J. C. LATTÈS).

NOURISHING WOMEN
**jolly
mama!**

La nutrition pour **LES FEMMES,** par **LES FEMMES**

Des produits développés
avec des experts
pour les besoins spécifiques
des femmes.

- ◆ CYCLE
- ◆ CONCEPTION
- ◆ ALLAITEMENT
- ◆ GROSSESSE
- ✓ POST PARTUM

