

La crise d'adolescence, une opportunité pour la famille ?



Nathalie Loevenbruck - 8 novembre 2016

(Ce document regroupe des notes prises lors de la conférence)

Nathalie Loevenbruck est thérapeute et conseillère familiale et conjugale. Elle est mère de 8 enfants de 13 à 33 ans.

Quels nouveaux chemins envisager pour traverser la crise d'adolescence ?

Il peut être difficile de l'associer à une opportunité tellement ça peut être difficile à vivre. Crise d'ado mais aussi crise pour les parents devant l'enfant qu'ils ne reconnaissent plus. Il veut tout arrêter, va gâcher son avenir, comment exercer notre autorité, ... ? => Inquiétude, désarroi, culpabilité,

C'est d'autant plus dur que nous aussi nous traversons notre crise de milieu de vie, résonance avec notre propre vie et notre propre adolescence.

Mur d'incompréhension qui s'élève entre l'ado et ses parents voire entre les frères et sœurs

Une chose importante soulignée par N. Loevenbruck : dans les moments difficiles de notre existence c'est bien d'être à plusieurs et de s'entraider.

Ainsi la conférencière nous invite à partager entre parents sur les 3 questions suivantes :

Un mot pour illustrer mon adolescence ?

Un « plus » pour moi de l'adolescence de mon enfant ?

Ce qui pour moi est le plus difficile à vivre dans l'adolescence de mes enfants ?

Explorer de nouveaux chemins :

Prendre de la hauteur, du recul, plus on va haut plus on va profond

1. Resituer les enjeux de l'adolescence dans son contexte et notre environnement sociétal

C'est une crise parmi d'autres !

Chacun naît d'un couple, dans une famille qui a pour fonction d'assurer la sécurité de ses membres et qui épouse les mouvements de la vie.

Chaque crise a un côté pile et un côté face : qqe chose meurt / qqe chose naît : La naissance, l'école, le fait de quitter les parents, la vieillesse, la mort : à chaque fois c'est à la fois un deuil et une naissance.

L'adolescence : un vertigineux passage entre l'enfance et la vie adulte

Métamorphose de la personne, à la fois physique « La puberté m'a attaquée sans prévenir » et intérieure. Moment de la recherche de ses centres d'intérêt, sa place sur cette terre, sens de cette sexualité qui se révèle, sans pouvoir forcément formuler ces questions

Adolescence : le grand spectacle !

Une métamorphose qui doit se voir, s'entendre,

Dr Revol « prise du plus grand risque » « même pas mal ! »

Le jeune a un sentiment d'invincibilité et en même temps est très vulnérable. F. Dolto comparait l'adolescence à la mue du homard.

Paradoxe compliqué à gérer pour les parents mais l'adolescence ne serait-elle pas le moyen qu'a trouvé la nature pour nous faire apprécier le départ des enfants de la famille ? Processus de séparation.

Parfois par peur du changement la famille se ligue contre cette transformation qui s'amorce et c'est là que des symptômes apparaissent chez l'un des membres de la famille. La crise d'adolescence est là pour montrer que certaines choses doivent bouger. C'est une souffrance qui n'arrive pas à se dire autrement.

Le monde a changé - contexte sociétal

Famille : refuge idéalisé dans une société en crise d'adolescence

→ Le poids de l'idéal !

Priorité pour les Français : s'aimer en famille dans une bonne ambiance familiale dans une belle maison ...havre de paix et de bonheur dans une société hostile
Avoir une famille refuge est devenu un objectif plutôt qu'un moyen

→ Poids sur nos épaules

Les enfants sont idéalisés à la mesure des déceptions qu'ils engendreront à l'adolescence.

→ Poids sur leurs épaules

L'amour est trop complexe pour être pur et parfait, la vie familiale c'est aussi des conflits, de la violence ...

Cet écart constaté exacerbe les difficultés rencontrées à l'adolescence

La société consumériste entretient cette vision idéalisée de la vie. Les valeurs de notre société sont celles de l'adolescence qui ne sait pas trop qui elle est, qui n'arrive pas à penser la mort,

Serge Tisseron parle de la société adulescente.

Enfants tirés de plus en plus tôt vers l'adolescence, vêtements sexualisés très tôt, jeux plus ou moins troubles

Carte des générations un peu brouillée => crise de l'autorité

D'un mode de fonctionnement vertical à un mode de fonctionnement horizontal.

Serge Hefez => « places de chacun confuses, la famille tisse trop souvent des liens enchevêtrés et étouffants »

2. Les nouveaux chemins à explorer

2.1.L'humilité

Consentir au deuil de la famille idéal, on devient plus souple, plus réaliste,

Denis Sonet aimait bien comparer l'éducation au jardinage

Le bon éducateur s'adapte à la météo pour protéger la graine et lui permettre de grandir ;
Ne pas se plaindre des conditions météo mais s'adapter en fonction d'elles pour prendre les bonnes décisions.

2.2.Chercher un sens

Ré-interroger nous même le sens que nous donnons à notre vie

Quelles sont mes valeurs ? Qu'est-ce qui est important pour moi ? qu'est-ce qui me donne du sens ?

Les partager avec mes enfant me permet de les faire grandir vers l'âge adulte

2.3.Trois interdits :

La vie vient toujours d'une séparation, d'une distinction

→ Interdit de l'indifférenciation

→ Interdit de l'indifférence

→ Interdit du découragement

→ **Contre l'indifférenciation**

Il est important pour un éducateur de garder sa place d'adulte et pour aider l'enfant à grandir et pouvoir tenir devant les enfants, il faut acquérir une juste estime de soi et bien se connaître.

« si je veux que tu sois moi, tu ne peux pas être toi »

Ouvre le chemin de la juste estime de soi, (différenciation générationnelle et personnelle)
Chemin de la juste autorité !
Énoncer des lois, des règles de vie, et il faut tenir !
C'est la confrontation à ces lois qui permet au jeune de se séparer et de couper le cordon.
Même les enfants les franchissent, il faut réaffirmer ces lois.

L'autorité crée une forme de distance qui permet de nous séparer ensuite.
L'enfant pense « si vous tenez, vous pouvez exister sans moi et alors je pourrai partir et exister sans vous. Si vous vous effondrez alors je dois rester pour vous protéger »
Si on prive un ado de notre autorité, c'est comme si on lui donne une toute-puissance bien trop lourde à assumer, pour un ado qui risque d'avoir besoin d'aller se rassurer ailleurs (es : sexualité précoce)

Anna Harendt « La relation éducative n'est pas une relation égalitaire »

→ Contre l'indifférence

Ouvre le chemin de l'Amour inconditionnel / Bienveillance implacable
Tout en lui laissant l'espace de penser autrement, la possibilité de penser autrement (droit à la différence), lui affirmer ce que l'on pense de bon.

Différence entre la confiance et la foi
« Lui faire confiance » est différent d'avoir « foi en Lui »
Dans la foi il y a l'amour inconditionnel « je crois que tu es unique précieux et que tu vas faire quelque chose de beau de ta vie ! »
Dans la confiance il y a une variable d'ajustement, je vais m'adapter aux capacités de mon enfant et ses actes ne sont pas sans conséquence sur la confiance que l'on a en lui.

Gary Chapman, Le langage de l'amour des adolescents

Ne pas oublier de leur montrer comme ils sont importants pour nous. Partager leur monde, aller à la rencontre de leur monde.

Chemin sinueux de la juste distance

« Tisser des liens qui sachent unir sans trop serrer » Serge Tisseron
Via la **communication bienveillante** cf. ouvrage Cessez d'être gentil, soyez vrai, de Thomas d'Asembourg
Essayer d'écouter avec son cœur et laisser le temps à l'ado d'exprimer une opinion différente.
Ne pas avoir peur des conflits s'il y a du pardon ; être dans la bienveillance, se distancer du conflit

Chemin de la **pudeur et la tendresse**

Respecter le verrou qui se ferme, ne pas ranger la chambre, mettre un voile sur ce qui est trop souvent dévoilé. Savoir dire l'amour sans être intrusif
NE pas tout dire et ne pas tout montrer

Pendant cette période il faut prendre soin de son couple, comprendre le monde de l'autre.

Évangile de Luc, « Mon enfant, pourquoi nous as-tu fait cela ? Ton père et moi nous te cherchions »,

« nous » conjugal très uni et beaucoup de tendresse dans « mon enfant »

→ Contre le découragement

Garder l'espérance,
Prier pour ses enfants

Rien n'est jamais perdu, on peut toujours avancer, quels que soient les actes qui ont été posés.

L'important c'est d'aller de l'avant

Pape François « Donnez-leur une espérance, soyez témoin à travers votre vie de ce que vous communiquez »

Bibliographie:

Serge Hefez, Quand la famille s'entremêle

Thomas d'Ansembourg, Cessez d'être gentils, soyez vrais

Gary Chapman, Les Langages de l'amour de l'adolescent