Enquête

QUAND LES PARENTS FONT LEUR CRISE

Tu trouves que tes parents ne perdent jamais une occasion de te houspiller ? T'inquiète, *Okapi* t'aide à comprendre ce qui se passe dans leur tête... et dans la tienne.

Texte : Marie de Cazanove - Photos : Gil Leimdorfer

"Dès que je m'assieds quelque part, ma mère m'appelle pour que je vienne l'aider. Je ne peux jamais me reposer..." **Louise**

"Je n'aime pas quand on me dit de ranger ma chambre, c'est mon espace. Mais ce que je déteste par-dessus tout, c'est quand mon père me dit que je dois apprendre à passer le balai. C'est hyper macho !" **Mathilde**

CANAPÉ+BALADEUR, le couple explosif

La scène vue par toi...

17 heures, te voilà de retour du collège. Fatigué(e) par une intense journée de cours, tu remets à plus tard le rangement de ta chambre et décides de te préparer un bon goûter. En farfouillant, tu découvres un pot de pâte à tartiner. Ça tombe bien, il y a aussi une baguette de pain. Tu t'installes sur le canapé et tu attrapes télécommande et baladeur. Mais pourquoi papa râle-t-il dans la cuisine ?

...et vue par tes parents

19 h 30, ton père rentre du travail. Encore préoccupé par ses dossiers professionnels, il rentre dans la cuisine en se demandant ce qu'il va bien pouvoir préparer pour le dîner. Mais il ne trouve que des miettes de pain éparpillées sur le plan de travail. Et pour ne rien gâcher, il te trouve vautré(e) devant la téloche.

● Pourquoi tu es comme ça

Rappelons que le mot "adolescence" vient du latin adolescere, qui signifie "grandir". Et ce n'est pas que dans la tête ! Lorsque commence la puberté, **les ados se mettent à pousser comme des champignons.** Ce pic de croissance, qui peut atteindre 8,5 cm par an, est vraiment épuisant. C'est pour cela que tu dois manger au minimum quatre fois par jour. Et comme tes muscles ne poussent pas à la même vitesse que tes os, tu as parfois du mal à te tenir aussi droit que les adultes le souhaiteraient. Ajoutons à cela des journées de cours bien chargées, et **on comprend que tu aies besoin de faire des grasses matinées** le week-end !

● Pourquoi tes parents sont comme ça

On oublie vite comment on était, comment on se sentait soi-même... 20 ou 30 ans en arrière, tu sais ! Mais ce n'est pas une raison pour le reprocher à tes parents... et pour oublier les bonnes manières qu'ils t'ont apprises. Oui, tu as besoin de te reposer. Oui, tes hormones, qui fonctionnent à plein régime parce que ton corps se transforme, influent sur ton humeur. Mais **cela ne t'empêche pas de participer (un peu) aux tâches ménagères !** Tes parents aussi sont fatigués, particulièrement lorsqu'ils rentrent du travail et qu'ils doivent encore faire tourner la maison.

L'astuce pour avoir la paix : fixer un calendrier des corvées

Ce calendrier établit un partage des tâches équitables entre tous les membres de la famille. Par exemple, tu t'engages à mettre le couvert à tour de rôle avec tes frères et sœurs, selon un ordre fixé à l'avance. Ou alors tu t'engages à ranger ta chambre à intervalles réguliers (avec inspection à la clé !). Avantages : **chacun sait ce qu'il doit faire** et plus personne ne peut prétendre qu'il en fait plus que les autres. **C'est un peu contraignant, mais super-efficace...** à condition que tout le monde s'y tienne !

ILS ONT EU COMBIEN, LES AUTRES ?

T'AS VU TES NOTES ?

C'EST G
CETTE N
DE MAT

JE VAIS PRENDRE RENDEZ-VOUS AVEC TON PROF !

J'AI PAS VU TON BULL
CE TRIMESTRE

COMMENT ÇA S'ES

COLLÈGE+NOTES, le duo stressant

La scène vue par toi

Tu as passé ta journée au collège. Une fois rentré(e), tu as sagement fait tes devoirs et révisé tes leçons. Tu commences enfin à te détendre. Le moment du dîner en famille se profile. Mais à peine as-tu entamé ton entrée que maman "met les pieds dans le plat" : "Alors, tu as passé une bonne journée au collège ? Et tu as eu des notes ?" Mais qu'est-ce qu'ils ont avec l'école ? N'y a-t-il rien de plus important dans la vie ?

...et vue par tes parents

Tout le monde est réuni autour de la table et, après une journée chacun de son côté, tes parents se réjouissent de ce moment de partage en famille. Te voyant désespérément silencieux/se, ta mère essaie de lancer la conversation. Certes, le collège, c'est un peu banal. Mais comme tu y as passé la journée, c'est bien de s'inquiéter de savoir si tout s'est bien passé, non ?

● Pourquoi tu es comme ça

À l'école primaire, tu adorais raconter ta journée de classe. Il faut dire que c'était plus cool, et puis **tu aimais que tes parents soient fiers de tes résultats.** Mais les choses ont changé depuis que tu as quitté ce cocon familier. **Au collège, il n'y a pas que le travail scolaire qui t'intéresse,** il y a les copains aussi ! Tu construis ton identité. Alors les notes, c'est parfois annexe ! Surtout que cette course aux résultats, pour "réussir sa vie", c'est stressant. Alors pas la peine d'en entendre parler en permanence, ni de voir sa vie sociale "scannée" !

● Pourquoi tes parents sont comme ça

Si tes parents se préoccupent de tes notes, ce n'est pas dans le but de te pourrir la vie, mais tout simplement parce qu'ils t'aiment. **Ils espèrent pour toi le meilleur avenir possible** et, quoi qu'on en pense, c'est plus facile avec un bon bulletin scolaire. En plus, sauf s'ils sont profs, **le monde du collège leur est totalement inconnu !** Parfois, ils entendent parler d'histoires effrayantes : harcèlement, racket... Mets-toi à leur place, ils craignent que ça t'arrive, d'où leurs questions insistantes... et parfois maladroites.

L'astuce pour avoir la paix : faire le job !

On n'a pas encore trouvé mieux que de bosser pour que les parents nous laissent tranquilles ! **C'est au collège que se mettent en place les bonnes habitudes de travail.** Chaque jour, détends-toi avec un bon goûter puis consacre un moment à tes devoirs, sans aucune distraction. **Plus tu seras concentré(e), plus vite tu auras fini !** Et fais preuve d'or-ga-ni-sa-tion. Le meilleur moyen de ne pas avoir ses parents sur le dos, c'est de leur montrer qu'ils peuvent te faire confiance !

QUOI PENSE À TON AVENIR !
OTE
HS ?
Je me fiche
ote
s !
T'AS FAIT TES DEVOIRS ?
T'AS EU DES NOTES AUJOURD'HUI ?
REGARDE TON FRÈRE : LUI, AU MOINS...
"Mes parents me demandent tout le temps d'aller travailler : j'en ai assez ! Je sais bien qu'ils disent ça pour mon avenir, mais moi je me lève très tôt, j'ai des longues journées et j'ai aussi besoin de me détendre." Luc
"Ce qui m'énerve, c'est les « Ils ont eu combien les autres ? » quand t'es trop fier de ta super note... Et quand t'as une sale note, ils disent : « Je me fiche de la note des autres, l'important c'est toi ! » Rrrhhhaaaaa !" Anonyme

Enquête

C'EST QUOI CETTE MUSIQUE ?

Emmène ta sœur avec toi !

TU VAS OÙ ? AVEC QUI ?

ON NE TÉLÉPHONE PAS À L'HEURE DES REPAS !

TU RENTRES À 18 HEU

"Dès que je suis sur l'ordi, ma mère me dit de le lâcher. Quand j'arrête, elle s'y précipite. C'est super agaçant ! Je me demande si les parents ne sont pas plus accros que nous..."
Louise

"Quand je regarde la télé avec mes sœurs, mon père ne supporte pas les rires enregistrés. Il ne dit rien, mais je sens bien que ça l'énerve beaucoup..."
Jeanne

NE VEUX
US QUE
RAÎNES
VEC LUI !

Si c'est comme ça, tu es privé d'argent de poche !

TU PEUX LÂCHER TON PORTABLE ?

T'as pas honte de regarder ces émissions stupides ?

C'EST PAS L'HÔTEL ICI !

TU VAS QUAND MÊME PAS SORTIR COMME ÇA ?

AMIS+FAMILLE, le tandem orageux

La scène vue par toi...

C'est un chouette week-end qui s'annonce. Un(e) ami(e) te propose de l'accompagner au ciné. Tu es vraiment content(e) d'aller voir ce film dont toute la classe parle. Mais au moment de demander la permission, ton père t'arrête. Non, il ne veut pas que tu sortes ou, en tout cas, pas habillé(e) comme ça, ni sans lui avoir dit où tu allais et avec qui. Cette manie que les parents ont de toujours vouloir tout contrôler !

...et vue par tes parents

Ton père voudrait profiter du beau temps pour passer l'après-midi avec toi. Il repense avec nostalgie au temps où il t'accompagnait voir des Disney ! En plus, si tu es une fille, à l'époque, tu ne mettais pas de décolletés (et tu n'avais pas de poitrine, d'ailleurs !). Bref, tu n'es plus la petite fille innocente d'il y a quelques années. Et s'il t'arrivait quelque chose ?

● Pourquoi tu es comme ça

Au fur et à mesure que tu grandis, **tu exiges plus de liberté et d'autonomie.** Tu commences à affirmer tes propres goûts, qui ne sont plus forcément ceux de tes parents. Tu prends même un malin plaisir à te distinguer de leur choix. Quoi de plus normal ? Petit à petit, tu te détaches d'eux. Ils étaient ton modèle jusqu'à récemment, mais maintenant **c'est plutôt à tes amis que tu t'identifies.** Et avec eux que tu voudrais passer un maximum de temps... sans le regard parental si possible !

● Pourquoi tes parents sont comme ça

Il n'y a pas si longtemps, tu étais leur bébé, béat(e) et bien obéissant(e). Face à toutes les libertés que tu réclames, **ils ne savent pas toujours comment réagir.** Ils doivent apprendre à te laisser progressivement de l'autonomie, même s'ils ne sont pas convaincus de ton sens des responsabilités. **Ils ont peur de te voir courir les risques** qu'eux-mêmes ont pu prendre lorsqu'ils avaient ton âge. Car tu as beau avoir grandi, tes parents restent tes parents. Ce sont eux qui décident de ce que tu peux faire ou non et qui posent les limites. Imagine d'ailleurs qu'ils te laissent faire tout ce que tu veux sans que tu n'aies jamais besoin de le demander : ça ne serait même pas drôle et drôlement angoissant !

L'astuce pour avoir la paix : apprendre à négocier

Plutôt que d'exiger un max de liberté d'un seul coup, **vas-y étape par étape.** Tu aimerais te maquiller ? Évite d'arriver avec les lèvres repeintes un matin avant d'aller au collège, et demande d'abord l'autorisation de mettre un peu de mascara le week-end. Tu verras comment ils réagissent. Et, plutôt que de hurler/bouder/insulter (raye la mention inutile) lorsque tu n'obtiens pas ce que tu veux, **réponds "je comprends vos arguments, mais écoutez les miens".** C'est bien plus efficace ! Enfin, joue la transparence : comment veux-tu qu'ils prennent confiance en toi si tu gardes tout pour toi ? Tu n'es pas obligé(e) de tout leur dire sur tes amis, mais **prends la peine de leur en parler un peu,** histoire qu'ils n'aient pas l'impression que tu leur fais de coupables cachotteries !

Merci à Frédéric Rousseau, maître de conférences en psychologie à l'université Paris-8.
À lire : *Génération ado, le dico*, éd. Bayard Jeunesse, 492 p., 21,90 €.