

AUTORITÉ : COMMENT REPRENDRE LA MAIN ?

Fais pas ci fais pas ça... Le nom de la série télévisée à succès mettant en scène deux familles affublées de leurs ados n'a certainement pas été choisi par hasard ! Aux parents incombe en effet le devoir d'exercer leur autorité sur leur progéniture. Une tâche qui se complique sérieusement à l'adolescence. Petit mode d'emploi pour reprendre le dessus.

ELISABETH CAILLEMER DU FERRAGE

Un tyran haut comme trois pommes dompté par Super Nanny. Un jeune récalcitrant au caractère bien trempé redressé par Pascal le grand frère. Voilà des titres de gloire que vous accrocheriez volontiers à votre boutonnière ! Insolence, désinvolture, remise en cause systématique des consignes, discussions houleuses... Vos ados vous donnent du fil à retordre tandis que votre autorité se réduit comme une peau de chagrin. « Le mois dernier, ma fille de 14 ans a refusé de monter dans la voiture, prétextant qu'elle n'irait pas en classe avec les bottes que je

lui avais demandé de porter en raison du froid et de la neige, se navre Florence, mère de quatre ados. Je n'ai pas voulu céder et j'ai dû partir sans elle pour ne pas arriver en retard à l'école ! » Dur dur d'être un parent d'ado ! « Quand mon fils était petit, il finissait toujours par m'obéir, même s'il fallait parfois s'armer de patience, constate François, 42 ans. Depuis qu'il est entré dans l'adolescence, mes instructions glissent sur lui comme l'eau sur les plumes d'un canard. » Et oui, fini le temps où la promesse d'un DVD du Père Castor suffisait à obtenir tout ou presque de son

chérubin. Désormais, le voilà qui argumente, vous pousse dans vos retranchements ou fait la sourde oreille. « Par principe, l'adolescent s'oppose à ses parents pour se prouver qu'il est libre », analyse le pédopsychiatre Philippe Jeammet, auteur de « Lettre aux parents d'aujourd'hui » (Montrouge, Bayard). D'où ces bras de fer épuisants qui rendent l'atmosphère électrique et la reddition parfois tentante. Pour autant, pas question de déposer les armes, clament en chœur les spécialistes !

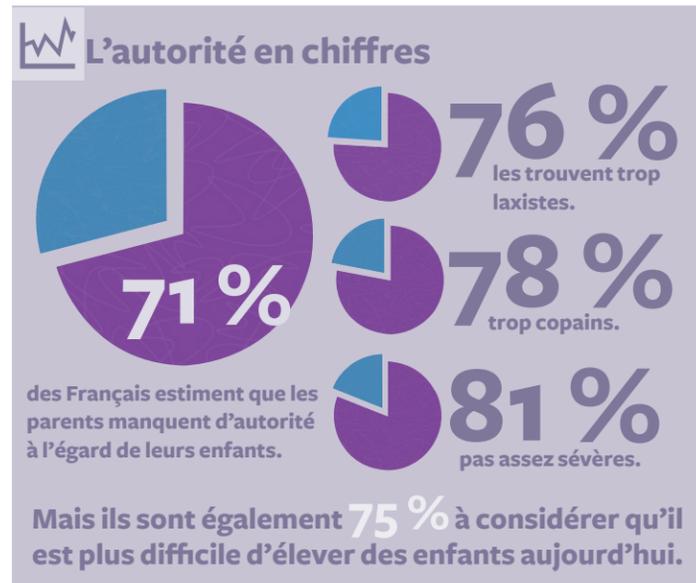
À l'adolescence, le combat continue plus que jamais ! Quoi qu'ils en pensent, nos ados ne sont pas encore suffisamment armés pour affronter la vie. « Les jeunes ne connaissent pas toutes les conséquences de leurs actes. Leurs parents doivent les protéger en posant des limites, insiste Philippe Jeammet. À défaut de règles, ce sont leurs émotions qui feront autorité. Le bien deviendra ce qu'ils ont envie de faire. Ce type de raisonnement peut conduire à des comportements dangereux ! »

ABSENCE D'AUTORITÉ = DANGER

Une analyse confortée par l'étude scientifique du système nerveux comme le souligne Bruno Hourst, conseiller en pédagogies nouvelles : « Les neurosciences démontrent que l'adolescence est une période intense de maturation et de développement du cerveau,

en particulier les lobes frontaux liés au rapport au monde et à l'autorégulation de ses actions. Un adolescent est donc immature, et cette immaturité neuronale explique bon nombre de ses comportements : prise de risques, recherche de récompenses

immédiates, d'amusement, ou encore impulsivité émotionnelle. » Les experts s'accordent à considérer qu'un jeune devient mature vers l'âge de 17 ans. « Avant cela, laisser l'adolescent à lui-même trop tôt peut le mettre gravement en danger », poursuit Bruno Hourst. Tant qu'il n'est pas un adulte complètement autonome, en particulier financièrement, mais aussi émotionnellement, l'adolescent doit donc se plier aux règles posées par ses parents qui ont, rappelons-le, la responsabilité légale de leur enfant. »



L'AUTORITÉ DOIT VÉHICULER DES VALEURS

Protéger, poser des limites, se faire obéir, certes, mais comment ? Les parents d'aujourd'hui sont en quête de conseils et de repères. Les conférences sur l'autorité parentale font salle comble dans les établissements scolaires, tandis que les formations d'aide à la parentalité se multiplient à travers toute la France. Un phénomène de société impensable il y a seulement quelques dizaines d'années. « Autrefois, l'autorité était écrasante, décrypte Anne Peymirat, coach parental à Paris. Les parents actuels ont rejeté cet autoritarisme sans parvenir à trouver un juste équilibre entre autorité et épanouissement de l'enfant. Ils hésitent et fonctionnent donc souvent en mode incohérent : souples

un jour, stricts le lendemain. » Un mode opératoire en dents de scie privé de toute logique et antinomique avec l'exercice d'une quelconque autorité. « Les parents doivent prendre le temps de s'interroger : quelles sont nos valeurs ? Que voulons-nous transmettre à nos enfants ? Et de ces valeurs, ils vont faire découler des règles », conseille Anne Peymirat. Cela suppose de prendre le temps de bien réfléchir... en couple. « Il est important d'être au maximum en phase avec son conjoint afin que les règles soient énoncées en parfait accord devant les enfants », précise la

coach. Cette réflexion, que l'on peut mener papier et crayon à la main, permet en outre de donner un sens aux règles que l'on pose. Celles-ci ne seront plus perçues comme arbitraires, dépendantes du bon vouloir de parents tyrans ! « L'autorité doit toujours s'appuyer sur la réflexion et véhiculer des valeurs, confirme Philippe Jeammet. L'adolescent obéit ainsi en sachant pour quelles raisons. Il sentira alors que l'adulte agit par bienveillance et non pas par désir de toute puissance. »

PLACE AU DIALOGUE !

quel âge pour la permission de minuit ? Peut-il fumer à la maison ? Combien de temps peut-elle passer devant son ordinateur ? Forfait bloqué ou illimité ? À quelle heure exiger l'extinction des feux ? Face à cette avalanche de questions, nos spécialistes ne donnent pas de repères précis. « Chacun fixe ses propres limites en fonction de ses valeurs et détermine les règles qu'il juge incontournables, comme

le sont par exemple celles qui touchent à la santé de son enfant. », estime Philippe Jeammet, introduisant ainsi une distinction essentielle chère à Bruno Hourst. « Dans la fixation des règles, il y a celles qui sont négociables et celles qui ne le sont pas. Une heure pour rentrer d'une fête peut se négocier, pas l'interdiction de consommer des drogues », explique l'expert en prenant soin de préciser que « le non négociable



Pour aller plus loin

Philippe Jeammet
lettre
aux parents
d'aujourd'hui

bayard

- « Lettre aux parents d'aujourd'hui », Philippe Jeammet, Montrouge Bayard

Être un PARENT PLUS CALME SEREIN HEUREUX

NOËL JANIS-NORTON

Une méthode d'éducation qui va transformer votre vie de famille!

Ixelles Éditions

- « Être parent plus calme serein heureux », Noël Janis-Norton, Ed. Ixelles

J'aide mon enfant à bien vivre l'autorité

Bruno Hourst Illustrations de Jilème

EYROLLES PRATIQUE

EYROLLES

- « J'aide mon enfant à bien vivre l'autorité », Bruno Hourst, Eyrolles

- Le site Internet d'Anne Peymirat : www.calmerparenting.fr

doit être de taille réduite : si l'on interdit tout à un adolescent, on le pousse à la révolte ou à la soumission. » Place au dialogue donc ! « On discute avec l'adolescent de ses besoins et de ses souhaits, en les mettant en parallèle avec les besoins et les souhaits du parent. En participant ainsi à l'élaboration de la règle, l'adolescent aura moins de difficultés à s'y soumettre », continue l'observateur. Mais attention, discuter

ne signifie pas céder systématiquement aux revendications. Les parents peuvent écouter tout en restant fermes sur leurs positions ! « On peut dialoguer, mais on ne doit pas se justifier éternellement, met en garde Philippe Jeammet. Les parents doivent accepter l'idée que leur ado ne sera pas nécessairement d'accord avec eux et qu'il leur fera la tête ! »

LE BON MOMENT POUR ÉNONCER DE NOUVELLES RÈGLES

Secoués par un bulletin trimestriel désastreux, la découverte d'une substance illicite dans sa poche de pantalon, une violente discussion ou simplement poussés par la nécessité d'un petit recadrage, vous avez pris la décision d'établir de nouvelles règles à la maison. Choisissez judicieusement

le moment opportun pour les faire entrer en application, et surtout prenez le temps de les énoncer à l'avance ! L'ado ne doit pas découvrir la nouvelle règle au moment où on lui reproche de ne pas la respecter ! « L'improvisation génère des conflits, prévient Anne Peymirat. Si les parents changent les règles

d'utilisation de l'ordinateur, ils doivent prévenir leur enfant à l'avance. Ils peuvent par exemple lui expliquer qu'à partir de la semaine suivante, il ne devra désormais pas jouer avec son ordinateur plus d'une heure par jour ».



DU BON USAGE DE LA SANCTION

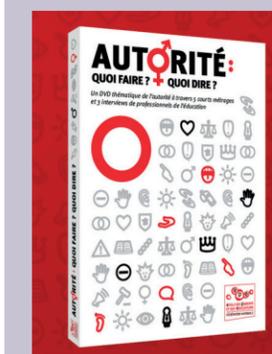
Reste la question cruciale de l'obéissance ! Un thème plébiscité par les parents qu'Anne Peymirat aborde régulièrement lors de ses formations de coaching parental. « Toute la subtilité consiste à ne pas fonctionner en mode négatif, livre la spécialiste. Ne dites pas à un enfant qu'il sera privé d'ordinateur

le lendemain s'il dépasse le temps imparti à cette activité aujourd'hui. Au contraire, expliquez-lui qu'en respectant la règle aujourd'hui, il gagne son heure de demain ! » Un modus operandi basé sur la récompense qui signifie à l'adolescent que rien n'est acquis et que tout se mérite. Dans certains cas toutefois, le

système de la récompense peut s'avérer insuffisant ou inadapté. « Les parents doivent alors avoir recours à une sanction, préconise Bruno Hourst, mais attention pas une punition ! » Quelle est la différence ? « La sanction a un but éducatif et fait grandir. La punition, quant à elle, joue sur la peur, l'humili-

Un DVD pour vous aider

La Fédération Nationale des Écoles des Parents et des Éducateurs (FNEPE) vient d'éditionner un DVD « Autorité, quoi dire, quoi faire ». En vente : par correspondance, 12 €. Renseignements : www.ecoledesparents.org



ation, la dévalorisation de l'enfant. L'enfant n'a pas l'occasion de réparer », distingue l'expert. Une sanction juste intervient le plus tôt possible, elle donne l'occasion de rappeler la règle, est en rapport avec la faute, proportionnelle à cette faute et réparatrice. Par exemple, on ne supprimera pas l'argent de poche pour de mauvaises notes en classe, mais on pourra diminuer le nombre de sorties ou l'usage de l'ordinateur si l'on estime que ce sont les causes des mauvais résultats scolaires. « Le but ultime n'étant pas de l'enfant se soumettre mais bien qu'il intègre la règle », souligne Philippe Jeammet. « Les sanctions doivent être appliquées avec bienveillance et fermeté, mais les parents doivent néanmoins tolérer les écarts et maintenir un espace de parole et d'écoute », conclut Bruno Hourst.

LA PENSION POUR LES CAS PLUS DIFFICILES

« Nous ne parvenons pas à faire respecter la moindre consigne à notre fils de 16 ans, se désespèrent Coline et Frédéric. Il n'en fait qu'à sa tête et menace de fuguer dès que nous tentons de le raisonner. » Le chantage affectif est une arme redoutable qui laisse bien souvent les parents dans le désarroi le plus total. Paralysés par la peur que leur ado « fasse une bêtise », ils se résignent à tout accepter de lui. « Dans un tel cas, il peut être judicieux de le faire évoluer dans

un milieu où il sera, d'une part, naturellement obligé de suivre des règles et, d'autre part, où il sera en contact avec des personnes ayant « l'autorité de la compétence », donc une autorité indiscutable », propose Bruno Hourst. Coline et Frédéric peuvent envisager pour leur fils un travail dans un atelier, par exemple. Il y trouvera à la fois des règles à respecter pour faire fonctionner les machines et devra suivre les instructions du chef d'atelier. La pratique d'une activité sportive

aura des vertus similaires. « Dans un sport d'équipe, le jeune devra suivre les règles sous peine de sanction de la part de l'arbitre. Dans un sport individuel, comme l'escalade par exemple, il devra également se soumettre aux consignes de sécurité s'il ne veut pas se blesser », complète l'expert. Pour Philippe Jeammet, les enfants récalcitrants sont très souvent de grands affectifs en quête de reconnaissance et de valorisation. Ils acceptent mal l'autorité venant de leurs parents, qu'ils prennent

en quelque sorte pour une attaque personnelle. « Dans un tel cas, les parents auront tout intérêt à inscrire leur enfant en pension, assure le pédopsychiatre. Celle-ci constitue un milieu affectivement neutre dans lequel la règle ne pourra pas être perçue comme individuelle et centrée sur un seul, mais bien objective, valable pour tous et dénuée de charge émotionnelle ». Une solution que votre ado acceptera très probablement, puisque la majorité des demandes d'inscription en internat émanent des enfants eux-mêmes. L'an passé, 220 000 avaient choisi la pension. Un chiffre qui fait autorité ! ■

3 QUESTIONS À AGNÈS DE VIARIS



Psychologue spécialisée dans les problématiques familiales, auteur de l'ouvrage « Famille recomposée : Guide de premiers secours pour une vie harmonieuse ».
Ed. Les carnets de l'info

Un beau-parent peut-il exercer son autorité sur ses beaux-enfants ?

Quand un adulte a une relation amoureuse avec une personne qui a des enfants, il a le choix de vivre son aventure à l'extérieur du foyer, et ainsi ne pas s'impliquer dans l'éducation des enfants, ou de faire connaissance avec eux, d'établir un lien dans le temps et de devenir ainsi beau-parent. De ce choix de devenir beau-parent découle les

responsabilités de tout adulte qui partage la vie d'un enfant. L'autorité en fait partie, mais il doit l'exercer avec tact. Débarquer dans la vie d'un adolescent en faisant d'emblée preuve d'autorité risque de renforcer son opposition.

Comment faire accepter cette autorité à un adolescent ?

Un minimum de règles doivent exister dans le foyer pour qu'une cohabitation soit possible.



Lorsqu'un adolescent part en vacances chez ses grands-parents ou chez des amis, il se plie aux règles du lieu où il se trouve et des adultes qui l'encadrent. Dans la configuration d'une famille recomposée, le respect des règles posées par le parent et le beau-parent est pour lui plus difficile à accepter. Il est nécessaire de bien lui faire comprendre que ce n'est pas le beau-parent qui instaure de nouvelles règles, mais que c'est la nouvelle configuration familiale qui les implique.

Qui doit faire respecter ces règles ?

C'est davantage au parent de faire respecter les règles à la maison, sauf si le beau-parent est déjà bien accepté. L'enfant a besoin de temps pour avoir vraiment confiance en lui. Il faut qu'il se soit inscrit dans son histoire et cela ne se fait pas du jour au lendemain.



Plus de 150 hôtels 4 et 5 étoiles à travers le monde

Hôtels & Préférence, la promesse d'un service irréprochable : spa, golf, grande cuisine ou design, ses hôtels 4 et 5 étoiles sont une véritable invitation au voyage et au dépaysement.

