

Marcel Rufo : "Oui, l'adolescent doit être libre dans sa chambre"

Par Thomas Meyer - Publié le 14/09/2010

Faut-il laisser un adolescent libre dans sa chambre ou au contraire lui fixer des limites ? La réponse du pédopsychiatre Marcel Rufo. Interview...

Rebelle ou studieux, introverti ou extraverti : l'adolescent anime souvent la maison, voire l'agite avec force ! Sa chambre est souvent son antre, son refuge. Pour en savoir plus sur la chambre de l'adolescent et notamment quelle doit être l'attitude des parents, Cotemaison.fr a interviewé un pro des ado : Marcel Rufo, chef du service médico-psychologique de la famille et de l'enfant au CHU Sainte-Marguerite de Marseille et auteur de nombreux ouvrages sur le sujet.

Pour Marcel Rufo, l'adolescent est dans une période où il forge son caractère, ce qui se retranscrit de divers façons dont celle de disposer de sa chambre. Il estime que l'ado a un besoin essentiel d'espace et de liberté pour grandir. Pas sûr que ça plaise à tous les parents...

La chambre est-elle importante pour la vie de l'adolescent ?

Certainement, car la chambre de l'adolescent représente son autonomie, son intimité, son territoire, sa grotte... La chambre d'un adolescent incarne l'opposition à celle de ses parents. Par exemple, l'ado qui a des troubles du sommeil n'ira pas dormir dans la chambre de ses parents, contrairement au petit enfant qui ira s'y réfugier. Même s'il ne trouve pas le sommeil, le jeune ado préfère rester dans son lit.

La chambre d'un ado, c'est aussi son lieu de jeu, de sexualité, d'ouverture sur le monde, surtout lorsqu'il a un ordinateur. C'est également son endroit secret où il peut cacher son cahier derrière un meuble. Curieusement, la chambre de l'adolescent est un lieu pour sortir de la maison, s'en évader.

Comment faire pour qu'il s'y sente bien ?

Le jeune adulte fait de sa chambre un espace à lui. Il faut le laisser dans son monde et éviter qu'il ne soit pas en permanence avec les parents. Dans certaines situations, c'est compliqué, par exemple si l'enfant partage sa chambre avec un frère ou une sœur. Dans ce cas il suffit d'une attention particulière, comme un petit aménagement fermée à clé. Il y a la chambre et ce qui peut représenter l'intimité, ce à quoi l'adolescent tient beaucoup. Enfin la chambre est un endroit où l'ado peut s'ennuyer ce qui est très important pour lui.

Faut-il laisser l'ado tout chambouler dans sa chambre, changer les meubles de place ?

Oui, l'ado doit bouger les meubles, le lit, et mettre les choses dans tous les sens. Sa chambre est une chambre qui ne vit ni au passé ni à l'avenir, mais au présent. Le jeune est un peu à l'hôtel lorsqu'il est chez lui, ce qui est une bonne chose car il doit pouvoir s'échapper. La décoration dans la chambre d'un adolescent lui permet aussi de se cacher. Les posters, par exemple, sont des planques : il faut essayer de voir derrière les affiches leur réelle signification.

Tout ce que je peux dire c'est que la chambre de l'adolescent est une projection de sa personnalité. Il faut lui laisser le champ libre pour qu'il puisse se sentir à l'aise. Néanmoins les parents doivent pouvoir intervenir lorsqu'ils sentent que les choses vont trop loin.

Les parents doivent-ils aller jusqu'au conflit en cas de désaccord ?

Les parents doivent survivre ! Ils doivent éviter d'adopter des règles qui sont source de conflit. Il est indispensable qu'ils n'aillent pas contre l'envie de leur enfant, car cela va tout de suite aller dans l'exagération. L'adolescent doit être libre dans sa chambre.

L'adolescence est une période qui voit l'apparition du goût. Il est nécessaire que les parents fassent des concessions, car le goût pourra être bon ou mauvais. L'ado aura des envies de changement, comme remplacer un meuble ou un objet qu'il adorait étant petit mais qu'il n'apprécie plus désormais. Il convient d'accéder à ses demandes et de ne pas lutter. C'est son territoire.

Oui, mais en cas d'attitude choquante ou de décoration extrême ?

Plusieurs situations existent. Par exemple, si l'adolescent met des images érotiques voire pornographiques sur ses murs, il faut lui demander de les cacher. Les parents doivent lui expliquer qu'ils n'ont pas à voir ces images. L'ado doit dans ce cas les accrocher à l'intérieur de l'armoire, à la manière d'un casier de matelot.

Néanmoins, si l'atmosphère de la chambre est très très particulière, ce n'est plus la décoration qui est en cause. Il est important de regarder au delà. Dans le cas d'une chambre sataniste avec des représentations du diable, de sang et d'horreur, ce n'est pas la chambre qu'il faut remettre en question mais l'enfant, qui peut avoir un problème.

L'ado a-t-il selon vous le droit de s'enfermer ?

Pas tout à fait. Car sa chambre reste une pièce à part entière dans la maison. Les parents ont l'obligation de pouvoir y rentrer quand ils le souhaitent, même s'il y a un loquet permettant à l'ado de s'enfermer. L'enfant doit savoir que ses parents ont un droit d'accès. Ils doivent néanmoins respecter son intimité, grâce à des règles simples, notamment frapper avant d'entrer. Encore une fois, pour l'adolescent sa chambre est la pièce principale de la maison. Ce qui est mieux ainsi car il n'ira pas polluer le reste de la maison.

Faut-il laisser un adolescent avoir une télé ou un ordinateur dans sa chambre ?

Oui, c'est bien. C'est une façon pour eux de s'ouvrir sur le monde, de se cultiver différemment. Mais il faut être vigilant et surtout voir au cas par cas. Si un jeune reste tout le temps sur son ordinateur, ça devient préoccupant. Là encore, ce n'est pas l'ordinateur qu'il faut remettre en cause...

Quelles sont les conditions à respecter pour que l'ado puisse étudier convenablement ?

Il n'existe aucune règle. Normalement, l'adolescent travaille seul dans sa chambre, mais il peut, s'il le souhaite, travailler sur la table du séjour, avec la télévision en fond. Il faut simplement qu'il soit dans les dispositions qui lui conviennent le plus.