

« COACHING » DES PARENTS D'ADOLESCENTS

Votre enfant entre dans l'adolescence (8-9 ans), ou s'y trouve déjà depuis quelques années. Vous vous inquiétez dans le premier cas, et, souvent, dans le second cas, vous ne comprenez pas ses réactions agressives. Vous vous dites alors, confortés par le discours psy ambiant, que cet âge est décidément une période bien « délicate », que la puberté est fort déplaisante, qu'il faut donc prendre son mal en patience, qu'il n'y a pas grand chose à faire, que « cela passera avec le temps »... Ou bien alors, pris de panique, vous consultez d'urgence. Et vous êtes souvent déçus dans l'un et l'autre cas.

J'aimerais vous dire, fort d'une expérience de plus de vingt-cinq années, que les tensions entre les parents et les adolescents (pas si fréquentes au demeurant qu'on l'imagine) ne sont, ni une fatalité, ni une nécessité : il n'y a nul besoin de s'opposer pour s'affirmer. Ces tensions, en tout cas, n'ont aucune origine biologique, elles ne sont pas liées aux modifications pubertaires, à la déferlante d'hormones, et pas davantage à de mauvaises connexions de neurones : elles sont essentiellement le résultat d'erreurs dans la communication entre vous et vos enfants, l'expression de profonds malentendus avec eux. En d'autres termes, elles sont évitables et, quand elles se produisent, toujours remédiables, mais par d'autres moyens que ceux habituellement utilisés.

Pour corriger ces erreurs, il convient d'abord d'apprendre à connaître ce nouvel « individu » qu'on appelle « adolescent ». Ce n'est plus un (petit) enfant, mais ça vous le saviez déjà, même si vous avez tendance à l'oublier parfois. C'est à présent une personne à part entière, une personne qui a ses propres pensées, ses centres d'intérêts, ses objectifs, qui peuvent ne plus coïncider avec les vôtres.

C'est donc à un changement de regard que je vous appelle à l'égard de votre adolescent(e), à un changement de vocabulaire, et, finalement, à un changement de comportement. C'est donc à un nouveau « coaching » que je vous convie.

Vous pouvez me contacter pour une première rencontre, et ; en attendant, consulter mes livres :

- *Manuel à l'usage des adolescents qui ont des parents difficiles* (Ed. du Temps, 2009)
- *L'Adolescent est une personne...normale* (Pocket, 2009)
- *Anti-manuel d'adolescence* (Editions de l'Homme, 2009).
- *L'adolescence pour les nuls* (First, 2010)

Michel FIZE
Sociologue, Chercheur au CNRS
Spécialiste de l'adolescence et de la famille
Coach parental
michel.fize@club-internet.fr
Tel: 06 07 06 01 65