

Parents d'Adolescents

A vous la parole...



PARLEZ-EN !

Ecoute ? Accompagnement ? Soins ?

Des lieux vous sont ouverts. N'hésitez pas à vous renseigner.

→ Collèges et Lycées

L'assistante sociale, l'infirmière et le médecin sont à l'écoute des jeunes mais aussi à la disposition des parents sur rendez-vous par l'intermédiaire de l'établissement scolaire.

→ Des lieux d'Ecoute & d'Accompagnement

ÉCOLE DES PARENTS ET DES ÉDUCATEURS

Interrogations, difficultés, moments de crise avec votre adolescent : consultations avec un psychologue.
Renseignements & prises de rendez-vous 05 61 52 22 52
2, rue Saint-Jean - 31000 Toulouse
Email : ecoledesparentstoulouse@wanadoo.fr

(SIC) ASSOCIATION DE PSYCHOLOGUES CLINIENS

Rencontres individuelles avec un psychologue pour soutenir les parents confrontés à des situations de difficultés avec leur adolescent.
17, boulevard Bonrepos - 31000 Toulouse
Tél. 05 61 62 00 62 / Fax 05 61 62 64 65
Email : sic_asso@club-internet.fr

POINT ÉCOUTE PRÉVENTION DE L'ASSOCIATION ARPADE

Lieu d'accueil et d'écoute anonyme.
Soutien des parents confrontés au mal-être, à l'ennui, la drogue... des adolescents.
39 bis, rue de Cugnaux - 31300 Toulouse
Tél. 05 61 42 91 91
Email : ecrire@point-ecoute.net
www.point-ecoute.net

ASSOCIATION COUPLES ET FAMILLES DE TOULOUSE

Aide à la fonction parentale par des conseillers conjugaux et familiaux, sous forme d'entretiens sur RDV.
2, rue Saint-Jean - 31000 Toulouse
Tél. 05 61 14 24 99
Email : couplesetfamilles@wanadoo.fr

ASSOCIATION REGARDS

Un lieu d'information, d'échange et de rencontre entre parents.
Place Charles-de-Gaulle - 31520 Ramonville-Saint-Agne
Tél. 05 61 73 85 02

ASSOCIATION INTERACTIONS

Entretiens familiaux assurés par des professionnels pour aider les familles et les soutenir face aux problèmes qu'elles rencontrent.
46, rue Paul-Bert - 31400 Toulouse
Tél. 05 61 20 13 58

→ Services...

SERVICES DU CONSEIL GÉNÉRAL DE HAUTE-GARONNE

Des interrogations, des difficultés concernant l'adolescence de vos enfants : les circonscriptions médico-sociales du C.G. 31 vous proposent : Accueil, Écoute, Accompagnement, Orientation.

→ Circonscriptions Médico-Sociales du C.G. 31

Tél. 05 34 33 41 12

→ animateurs de Prévention du C.G. 31

Clubs de prévention (associatifs)

Tél. 05 34 33 32 69

→ Des lieux de Soins

PROFESSIONNELS LIBÉRAUX

Le médecin traitant qui pourra vous conseiller ou vous orienter vers des professionnels spécialisés : les médecins psychiatres, les psychologues.

ASSOCIATION ACCUEIL TOXICOMANIES POUR UNE APPROCHE THÉRAPEUTIQUE

Accueil et écoute des parents confrontés au comportement toxicomane et à la crise d'adolescence de leur enfant par un dispositif d'entretiens individuels et/ou de groupes de paroles.
35, route de Blagnac - 31200 Toulouse
Tél. 05 34 40 01 40 / Fax 05 34 40 80 82
Email : aat-at@wanadoo.fr

SECTEURS DE PSYCHIATRIE DE L'ENFANT ET DE L'ADOLESCENT

Ces structures vous proposent des consultations spécialisées :

→ C.H.U. de Toulouse - Hôpital de La Grave

Tél. 05 61 77 78 46 (Pr J.Ph. Raynaud)

www.chu-toulouse.fr

→ Centre Hospitalier Gérard Marchant

Tél. 05 61 43 78 72 (Dr J.J. Jousset)

→ Centre de Guidance Infantile

Tél. 05 61 62 60 35 (Dr M. Ruel)

Vous pouvez trouver les coordonnées de ces services spécialisés sur le site Internet de la DDASS de la Haute-Garonne : midipysante.gouv.fr qui s'ouvre sur le dossier "psychiatrie juvénile" et dans les pages jaunes de l'annuaire.

... La liste des ressources n'est pas exhaustive

Parents d'Adolescents

A vous la parole...



VOUS TROUVEREZ DANS CETTE PLAQUETTE...



des informations concernant l'adolescence,



des éléments de réflexions et de réponses aux questions que vous vous posez,



des renseignements sur des lieux et des personnes ressources.

> Juin 2005

Jérôme Soleil graphiste - 05 65 20 14 16 | Crédit photos : © Patrick SHEANDELL O'CARROL/PhotoAlto - PhotoDisc - Image Source

Famille



« Hous, parents, on ne le reconnaît plus. »

« C'est toujours mieux chez les autres qu'à la maison. »

« C'est dur de lui parler : on ne peut rien lui dire, elle prend tout mal. »

« Elle ne veut plus que je rentre dans sa chambre. »

« Après tout ce que j'ai fait pour lui ! »

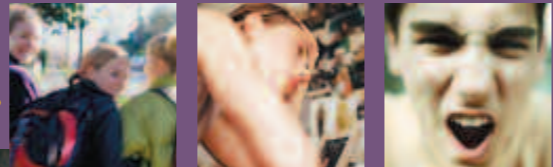
« Déjà, il nous parlait mal, là, j'ai bien cru qu'il allait me taper dessus. »

« Qu'est-ce que la famille va dire d'elle ? »

« Pourquoi ça ne marche pas avec celui-là ? »

« Vivement que l'on sorte de cette période et qu'on se reparle ! »

Scolarité



« Elle ne veut plus aller au collège. »

« Encore un avertissement ! il va se faire renvoyer du collège ! »

« Il passe son temps dans les bouquins il en fait vraiment trop ! »

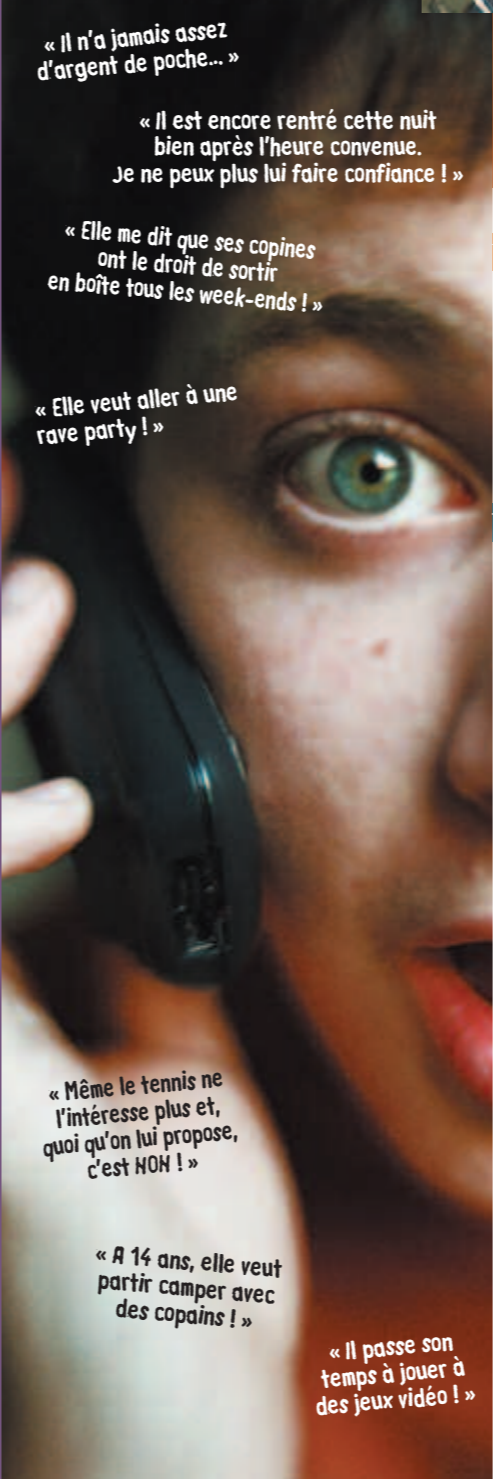
« Je n'ose plus aller voir ses professeurs. »

« Je viens d'apprendre qu'elle a encore séché les cours ! »

« Elle ne fait plus rien en classe ! »

« Je n'en peux plus, je ne sais plus ce que je dois faire avec lui ! »

Loisirs



« Il n'a jamais assez d'argent de poche... »

« Il est encore rentré cette nuit bien après l'heure convenue. Je ne peux plus lui faire confiance ! »

« Elle me dit que ses copines ont le droit de sortir en boîte tous les week-ends ! »

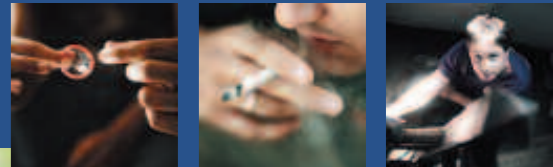
« Elle veut aller à une rave party ! »

« Même le tennis ne l'intéresse plus et, quoi qu'on lui propose, c'est NON ! »

« A 14 ans, elle veut partir camper avec des copains ! »

« Il passe son temps à jouer à des jeux vidéo ! »

Santé



« Elle menace de fuguer, de se suicider. »

« Le Sida, les préservatifs, la pilule, comment lui en parler ? »

« Je crois qu'il fume ! »

« Il prend des risques tous les week-ends. »

« Il a tout le temps mal au ventre, à la tête ! »

« Elle veut vivre en couple ! »

« Encore un(e) nouvel(le) petit(e) ami(e). »

« Il ne supporte plus rien »

« Elle ne mange plus ! »

Votre enfant devient adolescent et vous, parent, ne le reconnaissez plus !

L'adolescent ne ménage pas son corps. Plus il sent que celui-ci change. (c'est un des effets de la puberté), plus il essaie vite, vite, de lui dire « hé, je te tiens ». Pour se rassurer, il se met dans des situations toujours proches de la limite. « ça passe ou ça casse » ! Tous ces comportements font mal, à lui, à vous, à tous ceux qui l'aiment. « Il faut l'aider » ; mais comment faire ?

Prendre du temps et lui dire que vous êtes là, disponible. Plutôt que de vous sauter dans les bras, il est probable qu'il vous oppose un « lâche-moi » ou une autre de ses expressions favorites. L'adolescent refuse souvent ce dont il a le plus besoin. Etre là, attendre le bon moment pour discuter un peu, trouver les bons mots. Sacré programme de patience et de persévérance pour un parent... Mais vous pouvez aussi être tenté de faire vite grandir cet adolescent qui vous gâche la vie. « Hop dehors, prends ta vie en mains ». Ce traitement de choc marche quelquefois. Mais peu de chance pour que son mal-être s'améliore. Vous l'abandonnez ? Vous ne l'aimez plus... Que va-t-il penser ? Que ressentez-vous ?

Vous savez que la scolarité est importante pour votre ado. Lui ne vous donne pas l'impression d'en être convaincu, ou au contraire, de trop s'y investir. Vous vous faites du souci pour son avenir...

Par son comportement (démobilisation ou surinvestissement dans son travail, absentéisme...) il va remettre en question le système éducatif et ses parents qui le lui imposent. Pourtant, son avenir l'intéresse plus qu'il ne le dit ou tente de vous le faire croire !

Il a encore besoin de vous et que vous soyez clairs sur les limites qu'il ne doit pas dépasser. Choisir de ne pas cautionner ses renoncements et ses débordements, c'est le soulager de bien des angoisses. Plus que ses notes, c'est lui-même et son avenir qui l'intéressent. Ne lui parlez pas seulement de ses notes. Sachez le valoriser en parlant avec lui de ses goûts, de ses projets, de ses camarades, de sa classe, etc...

Il est important que vous rencontriez quelqu'un de l'équipe éducative (professeur principal, conseiller principal d'éducation ou tout autre enseignant). Si le dialogue avec cette équipe est trop difficile, n'hésitez pas à faire appel à l'assistante sociale qui pourra vous aider. Vous pouvez aussi vous adresser à un des représentants de parents d'élèves.

Si les problèmes persistent ou s'aggravent : faites appel à des personnes extérieures.

Votre ado semble échapper à la maison. Ses sorties vous inquiètent parfois et vous ne savez pas toujours comment en fixer les limites.

Pour l'adolescent, sortir de la maison, de la famille, signifie sortir de l'enfance. Après du groupe des copains, il trouve le courage de s'arracher à l'amour parental. Dans les loisirs, on apprend à voler de ses propres ailes : premiers pas dans la vie adulte... mais aussi premiers risques... Il vous semble si grand et si petit à la fois ! Vous ne savez plus comment le considérer...

Ne vous y trompez pas ! Votre ado revendique sa liberté... mais il a besoin de savoir jusqu'où il peut aller et de vérifier que vous vous souciez encore de lui ! La liberté s'apprend petit à petit. C'est le temps de la négociation : ne lâchez pas tout d'un coup. Évaluez, à chaque âge quelles responsabilités il peut prendre et de quelle protection il a encore besoin. Vous avez bien discuté, réfléchi et posé une limite nécessaire : expliquez-en les raisons et tenez bon, même si cela vous expose à un conflit. Il n'a pas respecté les règles ? Sans en faire un drame, réagissez à ses excès : reprécisez fermement ce que vous attendez de lui. Ce n'est pas le laisser tomber que de lui laisser assumer les conséquences de ses actes : c'est lui permettre de connaître le prix de la liberté.

Et si vous ne vous en sortez pas ? Il rentre et sort de la maison quand bon lui semble et ses copains vous inquiètent, mais vous ne savez pas comment aborder le sujet avec lui. Vous ignorez tout de ses loisirs et de ses fréquentations : il vous cache tout et vous avez l'impression qu'il « file un mauvais coton ».

Vos intuitions sont sans doute bonnes : parlez de ces soucis à un professionnel qui vous aidera à y voir plus clair et à assumer votre fonction de parent.

L'agressivité et la souffrance qu'il risque de développer lui permettront certainement d'aller de l'avant mais pas mieux. Une chose est sûre, l'adolescent a besoin de stabilité (même s'il dit et montre l'inverse) et de sécurité. Parfois et même souvent, tout rentre dans l'ordre sans rien faire, sans rien dire... Son mal-être disparaît. Il va mieux, vous allez mieux ! Faites-lui confiance, il ne manque pas de ressources.

Depuis plusieurs mois, son mal-être ne cesse d'augmenter. Ça n'en finit pas de durer ! Il souffre, vous souffrez de le sentir ainsi : c'est insupportable. Dites-le lui ! Proposez-lui de rencontrer seul ou avec vous, votre médecin de famille et/ou un professionnel de l'adolescence. N'attendez pas pendant des jours et des jours qu'il vous dise « oui » ; prenez l'initiative du rendez-vous. De votre côté de parent « ça ne va pas », vous n'y arrivez plus, vous ne savez plus comment faire.

Allez demander conseil à ces personnes ; elles vous aideront au moins à y voir plus clair.