1,40 € seulement

N° 1463 Du 10 au 16 novembre 2014
maximag.fr

Maxi

EN EXCLUS
Un ex
du nouv
roma
Lisa Jac
Le secr
Church I
avec M

ENFIN LA VÉRITÉ SUR
LES ADOS D'AUJOURD'HUI
Les résultats d'une
enquête surprenante

Fini le mal de dos !

30 CONSEILS EFFICACES

FAM
RECOMPO
Comm
réussir à trou
sa place
belle-m

Pour ne
subir la viole
conjug
J'ai quitté l'hom
que j'aima

NOUVELLES COLORATIONS
Elles vont redonner un joli
coup d'éclat à vos cheveux

Fabuleuses RECETTES DE FAMILLE

M 03322 - 1463 - F: 1,40 €

Quel plaisir de partager

Belgique 1,50 € - DOM A 2,50 € - DOM B 1,80 € - Suisse 2,80 FS - Allemagne 3 € - Es

Loin des clichés du mal-être des jeunes, la plupart des adolescents sont heureux dans leur famille.

Les résultats d'une enquête passionnante

Toute la vérité sur les ados d'aujourd'hui

Quels sont les attentes, les désirs et les états d'âme des adultes de demain ?

La Fondation Pfizer, qui sonde nos ados chaque année*, nous révèle que les jeunes de 2014 sont très différents de la manière dont nous les percevons et que la bagarre intergénérationnelle que nous appréhendons parfois est loin d'être fatale. Bien sûr, cela n'empêche pas les frictions et les désaccords mais, pour les gérer, testez la méthode qui connaît un grand succès aux États-Unis : la discipline positive pour les adolescents. Cet ouvrage** *(voir ci-contre)*, qui vient de sortir en France, entend nous apprendre à garder de bonnes relations avec nos grands enfants, sans pour autant devenir laxistes. Le point sur nos ados qui battent en brèche nos idées toutes faites.

** Enquête Fondation Pfizer/Ipsos 2014.*

** La Discipline positive, *éd. Du Toucan.*

Tout en ayant des désirs d'autonomie, ils ont envie qu'on s'occupe d'eux.

Ils sont heureux de ce qu'ils vivent

Qu'il nous semble loin l'enthousiasme qu'ils manifestaient enfants quand on leur demandait s'ils s'étaient bien amusés en colo ou si le film qu'ils venaient de voir leur avait plu. Aujourd'hui, il n'est pas rare de récolter un « mouais… » laconique. Pourtant, 73 % des ados se déclarent le plus souvent satisfaits de ce qui leur arrive.

« Il y a trop de clichés négatifs sur les ados, regrette Nathan Stern, sociologue. On entend qu'ils sont râleurs, en opposition… Or beaucoup d'ados sont épanouis dans leur famille. Cependant, comme à cet âge ils sont en quête d'autonomie, ils supportent moins bien les moments où ils se sentent contraints par les adultes. Ainsi, quand on les force à être présents à table le dimanche midi en leur interdisant de consulter leur portable, ils font la tête ! Or on peut éviter ces réactions en donnant du sens à ce qui les embête : en leur expliquant en quoi déjeuner ensemble le dimanche est important pour nous par exemple, et en faisant de ces instants des moments de partage. Ainsi, demandez à chacun de parler d'un sujet qui lui tient à cœur et intéressez-vous y vraiment : il y a plein de sujets dont les jeunes ont envie de parler, mais il faut les y inviter ! »

Arrêtons de les considérer comme des égoïstes : nos jeunes ont envie d'aider les autres !

Ils ont envie qu'on s'occupe d'eux

Hormis les périodes où ils sont malades, cloués au lit, ou celles où ils ont besoin d'une nouvelle paire de chaussures ou d'un téléphone portable, ils ont plutôt tendance à nous faire comprendre qu'ils n'ont besoin de personne, et surtout pas de nous. Mais sous le sceau du secret, 75 % avouent l'inverse.

« Les adolescents sont de vrais paradoxes, rappelle le professeur Philippe Jeammet[1], pédopsychiatre. Ils vivent comme une persécution le fait qu'on leur impose un cadre de vie (se coucher tôt, ne pas se nourrir exclusivement de sandwich et de soda, ne pas rouler sans casque en deux-roues…). Néanmoins, si on les laisse vivre à leur gré, ils se sentent abandonnés. Ils ont besoin du regard des adultes. La difficulté est de leur accorder ce regard sous la forme d'une attention bienveillante, mais ferme : en établissant avec eux des règles de ce qui est permis et de ce qui ne l'est pas (horaires de sortie, de coucher…), et en les faisant évoluer au gré de leur âge et de leur maturité ! »

[1] *Dernier ouvrage paru : Grandir en temps de crise, éditions Bayard.*

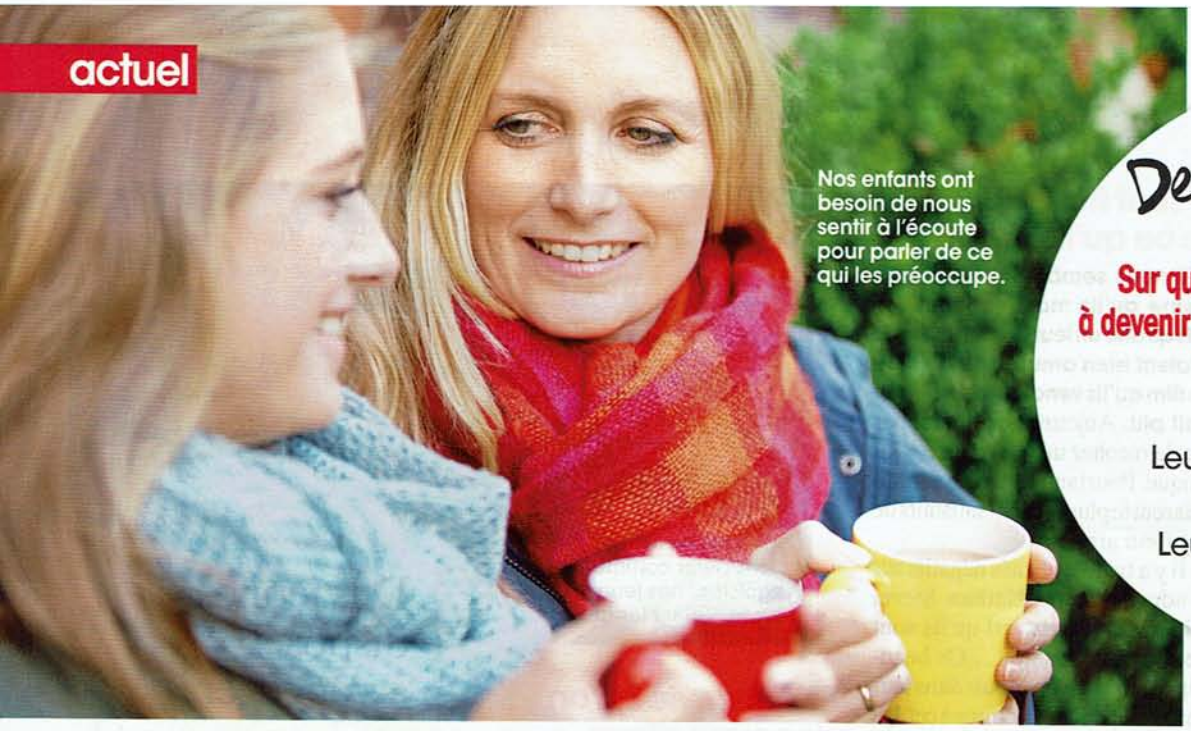
Ils savent qu'ils peuvent dialoguer avec nous !

Laquelle d'entre nous n'a jamais dû affronter un jeune levant les yeux au ciel dès qu'on lui parle de son avenir ou répondant par un vague « hum… » lorsqu'on lui demande s'il a passé une bonne journée ? Pourtant, 85 % des jeunes affirment pouvoir parler avec leurs parents !

« Il faut distinguer le moment où les jeunes ont envie de parler à leurs parents de celui où ils sont sollicités par ces derniers, prévient le professeur Philippe Jeammet. En effet, même si les ados ont compris qu'ils peuvent dialoguer en famille, ils n'accueillent pas pour autant avec plaisir le questionnement des parents : c'est pourquoi on a l'impression de les "déranger". Pour autant, malgré le risque de se faire rabrouer, il est essentiel

Des jeunes disposés à s'engager

Pas si nombrilistes qu'on le dit : 81 % des ados estiment qu'il est important de consacrer du temps aux associations. Pourtant, on les y voit peu. « Les ados ont sans doute envie qu'on arrête de les considérer comme des égoïstes, analyse Nathan Stern. Ils désirent même probablement être reconnus comme de "bonnes" personnes, disposées à s'engager. Mais aujourd'hui, beaucoup d'associations fonctionnent sur un mode qui ne leur convient pas car on ne sollicite pas assez leur avis. » Pour les mobiliser davantage, il faut s'adapter à leurs attentes : or ils ont envie d'être davantage dans l'action (en se servant des réseaux sociaux pour alerter à grande échelle sur l'état de la planète et de l'écologie, par exemple).



Nos enfants ont besoin de nous sentir à l'écoute pour parler de ce qui les préoccupe.

Des mères modèles...

Sur qui comptent-ils pour les aider à devenir adultes ? Qui est leur modèle ?

Leur mère : **92 %**
Leur père : **74 %**
Leurs enseignants : **74 %**
Leurs amis : **58 %**
Leur grand-mère : **35 %**
Leurs aînés : **34 %**

Source : Fondation Pfizer

de garder le contact avec son jeune pour s'assurer qu'il va bien. » Donc, continuez à le faire parler de ses amis, de ses profs, de ses journées à l'école… Ainsi, il continuera à vous percevoir comme un interlocuteur auprès de qui il peut s'épancher s'il le désire.

Ils ne s'estiment pas assez sensibilisés à certains risques

Suicide, harcèlement, racket, relations filles-garçons, mauvais usage d'Internet, discriminations... Entre 50 % et 73 % des ados se disent insuffisamment informés sur ces sujets. Mais de notre côté, on a parfois l'impression de trop parler des dangers de la vie.

« Il y a toujours un décalage entre ce que l'on pense dire et ce que les jeunes entendent, prévient le professeur Philippe Jeammet. Surtout sur des sujets délicats qui sont porteurs d'émotions ! » En effet, parce que nous pouvons être mal à l'aise avec ces sujets, nous avons tendance à livrer des informations théoriques (« Attention aux MST », « Gare aux mauvaises rencontres dans la rue ou sur Internet »…) mais, concrètement, les jeunes ne savent pas toujours comment se protéger. « Ils ont besoin de se sentir acteurs de leur propre prévention, affirme Philippe Jeammet. Ainsi, pour aborder un sujet, mieux vaut profiter de la sortie d'un film, d'une émission vue ensemble, d'un fait divers dont on parle beaucoup, pour discuter avec son ado et lui demander ce qu'il en pense, s'il a déjà été confronté à cette situation, que ferait-il s'il s'y trouvait… ? »

Ils se sentent sous pression

Quand on les surprend révisant leurs cours en envoyant en même temps des textos aux copains, on a un peu de mal à imaginer qu'ils sont 45 % à se sentir sous pression.

« Les ados sont à un moment de la vie où l'être humain prend conscience qu'il a tout à construire, souligne le professeur Philippe Jeammet. Cela crée une réelle pression ! Ils ont des envies, des appétences, ils sont face à un éventail immense de possibilités (choisir tel ou tel métier, voyager, aller vers telle bande d'amis ou telle autre…). Du coup, ils s'interrogent et sont inquiets de trouver la voie qui leur convient le mieux. La meilleure façon de les aider est de leur montrer qu'ils peuvent avoir confiance en eux et en la vie. » Pour cela, n'hésitez pas à parler de vous, de vos rêves d'ados, de ceux qui se sont réalisés, mais également de vos déconvenues : ainsi votre jeune comprendra que, dans la vie, les échecs vont de pair avec les événements heureux. « Il faut leur faire comprendre qu'ils peuvent se tromper sans que leur vie soit inéluctablement fichue, rappelle Philippe Jeammet. Cela allégera la pression qu'ils ressentent et qui est liée à la peur de l'échec. »

Quand parfois l'avenir les inquiète, sachons leur montrer qu'ils peuvent avoir confiance en la vie.

Ils ne s'habituent pas à la violence

À cause des jeux vidéo, des films, des séries et des images télévisées, nos jeunes risqueraient de s'habituer à la violence ? Contre toute attente, neuf ados sur dix craignent plutôt d'y être confrontés.

« Aujourd'hui, il y a un bain de violence très présent à travers les informations et les divertissements, regrette le professeur Philippe Jeammet. Mais les jeunes qui reçoivent ce flot d'images se sentent démunis et impuissants : inconsciemment, ils se demandent si les relations humaines sont fatalement empreintes de violence. Pour les apaiser, on doit en parler avec eux, leur dire que les jeux vidéo, les films et les séries ne sont pas la vraie vie. Quant aux images des journaux télévisés, on peut essayer de les mettre à distance en leur rappelant que les rapports humains peuvent être aussi positifs (prenez des exemples de solidarité autour de vous, parlez de belles rencontres que vous avez faites dans votre vie…) et que les valeurs de partage ne sont pas de vaines idées. Simplement, on en parle beaucoup moins. »

Par Véronique Mahé

Pas si accros aux réseaux sociaux !

Les échanges face à face sont indispensables à la vie, estiment 71 % des ados. Alors, sont-ils si addicts que ça à Facebook, Twitter et autre Instagram ? « Il est faux de penser que les jeunes ont une prédilection particulière pour les réseaux sociaux, estime Nathan Stern, sociologue. S'ils y consacrent autant de temps, c'est parce qu'a fond, ils n'ont que ce moye pour rester en contact avec les leurs : comme ils ne peuvent pas sortir à leur gré pour se retrouver (le soir, par exemple, on exige d'eux qu'ils soient à la maison à partir de telle heure), ils utilisent leurs réseaux sociaux pour communiquer, mais ils préféreraient sans doute se retrouver quelque part ! »

Partagez votre expérience, posez vos questions sur le forum *Maxi*
maximag.fr/forum