

COMPRENDRE SON ADO

Vous avez des questions concernant votre ado ? Nos experts vous répondent.

« MON FIL EST EN 1RE ET NE SAIT PAS CE QU'IL VEUT FAIRE PLUS TARD ET CELA L'ANGOISSE. COMMENT L'AIDER À Y VOIR PLUS CLAIR ? »



La réponse de LUCILE VIARA, psychologue clinicienne à l'Ecole des Parents et des Educateurs IDF

Le lycée est une période charnière, celle des choix, qui peut être inquiétante pour un jeune, surtout s'il ne sait pas ce qui lui conviendrait comme études ou métiers. Pour lutter contre l'angoisse, votre fils doit s'informer. En première, il est dans les temps pour se renseigner, se documenter et rencontrer des professionnels qui l'aideront à mettre en évidence ses points forts comme ses capacités intellectuelles et relationnelles, son attrait pour tel ou tel domaine, ses capacités scolaires, mais aussi ses envies et ses difficultés. Il pourra rencontrer des professionnels, comme des conseillers d'orientation dans les CIO (centres d'information et d'orientation), au CIDJ (Centre d'information et de documentation jeunesse), à Paris, ou dans le réseau d'information jeunesse, en province et Île-de-France. Il y a aussi des associations à but non lucratif et d'intérêt public, comme le COREP (Centre d'orientation et d'exams psychologiques), où des psychologues proposent des tests complets. Il peut se renseigner directement auprès des établissements lors des journées portes ouvertes. Enfin, votre fils pourrait discuter avec des étudiants ou des adultes de son entourage. Savoir comment les autres ont fait leur choix, ce que l'on apprend dans telle ou telle école, à pouvoir aller passer une demi-journée dans l'entreprise d'un proche pour percevoir la réalité d'un secteur professionnel. Ces démarches l'aideront à comprendre ce qui le tente et à faire des choix. L'orientation se décide tout au long des études et de la vie professionnelle. Dans un premier temps, il faut choisir un domaine et un cadre (études courtes ou longues, école ou université, etc.). Ensuite, au cours de son cursus et des rencontres les choix s'affinent.

« MON FILS EST EN 6E. IL A PAS MAL DE LEÇONS ET DE DÉFINITIONS À APPRENDRE PAR COEUR. IL S'Y OPPOSE. COMMENT L'AIDER ? »



La réponse d'Émilie Bost, psychologue à l'Ecole des Parents et des Educateurs IDF

Le passage en 6e est une étape importante pour le collégien. Il découvre un rythme de travail différent avec plusieurs professeurs, dans un environnement où il se retrouve parmi les plus jeunes. L'entrée en 6e marque le passage de l'enfance à l'adolescence, les prémices d'un changement. Cette maman doit entendre cette opposition pour la comprendre et pouvoir aider son fils. Il est d'abord important de savoir si cette attitude est nouvelle. Si le refus d'apprendre les leçons concerne toutes les matières ? Si l'opposition se manifeste aussi dans la vie quotidienne ? Si cet enfant considère qu'il est inutile d'apprendre par coeur, on peut lui en expliquer l'intérêt. Celui de pouvoir restituer des notions importantes, comprendre le monde qui l'entoure, développer ses capacités d'apprentissage et intellectuelles : expliquez-lui que le cerveau est comme un muscle qu'il faut entraîner pour qu'il soit efficace. Ce garçon ressent peut-être un manque d'attention au collège (à l'école primaire, son enseignant était peut-être plus attentionné), et, par son refus d'apprendre ses leçons, il trouve le moyen d'attirer l'attention de ses parents. Il peut aussi exprimer un ras-le-bol, car il rencontre des difficultés à s'adapter au nouveau rythme du collège. Il faut alors l'aider à s'organiser, en veillant à lui laisser une part d'autonomie pour décider quand et comment il fait ses devoirs. Mais aussi l'aider à trouver la méthode d'apprentissage qui lui convient : en recopiant les points essentiels, en la chantant, en l'écoutant... Enfin, ce garçon ressent-il peut-être une volonté de s'affirmer et de marquer sa différence. Il teste ses parents et les limites qu'ils lui fixent. Il est rassurant et structurant pour l'enfant (et l'adolescent) que les parents maintiennent le cadre et assurent une continuité avec les exigences de l'établissement scolaire.

« MON FILS DE 16 ANS NOUS A ANNONCÉ QU'IL NE VEUT PAS PARTIR AVEC NOUS CET ÉTÉ, MAIS AVEC SES COPAINS. N'EST PAS TROP JEUNE ET QUEL CADRE DEVONS-NOUS LUI FIXER ? »

La réponse d'AÏCHA SULTAN, psychologue clinicienne à l'Ecole des Parents et des Educateurs IDF

La plupart des adolescents n'aiment pas être confinés dans l'espace familial. À 16 ans, le fait de manifester un désir d'indépendance est normal. Ne répondez pas tout de suite à cette demande, mais prenez le temps nécessaire pour donner à votre ado une réponse la plus juste possible après avoir considéré plusieurs points. Premièrement, prenez toutes les informations concernant ces vacances qu'il souhaite passer avec des copains : où ? Y aura-t-il un adulte référent pas trop loin ? Comment le séjour s'organise-t-il ? etc. Si le projet vous semble mal ficelé ou trop flou, vous pouvez refuser en vous justifiant avec des arguments. Votre fils sera certainement en colère, mais si la décision est juste, il en sera sécurisé. Deuxièmement, en toute objectivité et sans être dans la surprotection, considérez-vous que votre enfant est assez mature, responsable et capable de se débrouiller seul ? Si vous ne le pensez pas, alors proposez lui plutôt qu'il s'inscrive avec plusieurs copains dans un camp pour jeunes, ou bien qu'il invite un ou des copains en vacances avec vous. Pensez aussi à préserver un moment pour les vacances familiales qui, en dehors du "traintrain" quotidien, participent à un lien fort et à la cohésion de la famille. Ayez aussi en tête de proposer des vacances suffisamment attractives pour vos adolescents.

« NOTRE FILLE, EN 6E, A DE BONS RÉSULTATS DEPUIS LA MATERNELLE. MAIS DEPUIS QUELQUES TEMPS, ELLE REFUSE NOTRE AIDE OU BIEN CONTESTE NOS EXPLICATIONS.COMMENT ÉVITER LES CONFLITS SYSTÉMATIQUES PENDANT LES DEVOIRS ? »



La réponse de MARIE DE BONNIÈRES, psychologue clinicienne à l'Ecole des Parents et des Educateurs IDF

Dans un premier temps, il faut vérifier si le comportement de cette collégienne entraîne des répercussions sur ses résultats scolaires : s'ils se maintiennent et restent corrects, cela permet de relativiser. L'entrée en 6e marque une grande évolution pour les enfants. Il y a changement de rythme scolaire, de travail : le collégien doit apprendre à s'organiser, notamment pour les devoirs. C'est également le début de l'adolescence. Cette jeune fille exprime peut-être tout simplement son désir d'autonomie et une certaine prise de distance avec ses parents. Ceux-ci peuvent lui faire confiance et réfléchir avec elle à une nouvelle manière de s'organiser et de travailler seule, en lui précisant que si elle a besoin d'aide ils restent disponibles. Cette jeune fille ressent certainement le besoin de faire ses propres expériences : les parents ne doivent pas oublier que c'est en faisant des erreurs que l'on apprend. Enfin, elle exprime sans doute aussi le

souhait de passer du temps avec ses parents sans qu'il soit question de résultats, scolaires ou extra-scolaires. Il est important de préserver des moments de complicité et de plaisirs partagés, sans idée de performance.

« MON FILS, EN TERMINALE S, VEUT FAIRE MÉDECINE. SES RÉSULTATS SCOLAIRES SONT CORRECTS, MAIS COMMENT LUI FAIRE COMPRENDRE QU'IL FAUDRA UN RYTHME DE TRAVAIL BEAUCOUP PLUS SOUTENU L'AN PROCHAIN ? »

La réponse d'Anne Jaffeux, psychologue clinicienne

Vos craintes sont justifiées. La PACES (première année commune aux études de santé) est une année incontournable qui demande beaucoup de travail. Prenez le temps de parler avec votre fils de son choix d'études. Est-il vraiment sûr de vouloir s'engager dans des études de médecine ? Comment s'imaginer t-il cette année ? Proposez lui également de se rendre sur des forums d'anciens étudiants de P1 (première année) pour se faire une idée de ce que lui attend. Cette année va lui demander une organisation et une gestion rigoureuse de son travail universitaire, dans un univers différent de ce qu'il a connu. Concrètement, il va devoir acquérir une autonomie de travail et une méthodologie. Plusieurs matières ne seront évaluées que par des QCM, ce qui exige de développer rigueur et concision. C'est très différent de ce que ses professeurs attendent de lui au lycée. Si votre fils reste ferme sur son choix d'études, pas de panique ! Faites-lui confiance, sa motivation lui permettra d'acquérir les outils intellectuels nécessaires à sa réussite. Sur les forums étudiants, il trouvera également de nombreux conseils méthodologiques pour réussir le concours. Enfin, en PACES, grâce à un système de tutorat, les étudiants de 1re année sont suivis par ceux de 2e et 3e années.