

Monoparentalité et construction des repères avec l'Adolescent

Carlos León¹

Cet atelier s'inscrit dans le cadre d'une campagne voulant renforcer les compétences des parents et des enfants. Assurer à ces derniers, un départ solide pour un devenir social, responsable, satisfaisant et en autonomie est un vaste programme. Nous le savons, cela demande beaucoup de travail, de la vocation, de l'art... Et d'autres qualités que vous pouvez bien ajouter, de l'humour, de la créativité... En tout cas de la patience pour mieux tolérer nos écarts de perfection devant un monde difficile.

Une famille est quelque chose de complexe qui défie notre compréhension et nous contraint à improviser toujours des nouvelles solutions. Parmi tous les piliers éducatifs qui « donnent de la force », nous allons traiter cette délicate question « des limites » dans l'âge de l'adolescence et dans notre condition de familles monoparentales. J'ai préparé quelques pistes pour y réfléchir. Première observation, la parentalité n'est pas une science exacte ! Il n'y a pas de réponse type car il y a de multiples formes d'être parents ! D'où l'importance de se situer et de remanier votre style parmi les diverses formes possibles pour mener à bout la mission d'accompagner l'adolescent dans son processus de croissance.

¹ Conférence- Atelier proposé par l'Association des Familles Monoparentales dans le cadre de la campagne « L'Education Donne de la Force », le 11 mars 2007 sur le thème « Mettre des limites ».

C. León. Dr en psychologie. Spécialiste FSP Enfance & adolescence. Thérapeute, formateur et intervenant, Association CTAS, et Association Parole. Genève.

Cette période est charnière dans la vie d'une famille. Prélude d'une future séparation, le parent peut commencer à angoisser. Mon conseil : profitez encore, le temps qu'ils s'envolent. Ma contribution : des idées pour réfléchir à vos manières d'être parents, à votre tâche de construction des repères avec votre adolescent et au mode de vie qui s'accorde le mieux à votre petite niche. Vous allez réaliser que vous êtes de bons parents et que vous avez juste besoin de mettre un peu d'ordre dans vos idées.

L'adolescence : un changement global et solidaire. L'adolescence ne se traduit pas nécessairement par une relation conflictuelle. Cela dépend du composite spécial formé des caractères, des personnalités, du style des liens et de parentalité. L'adolescence est en tous cas une phase importante dans la vie d'une famille dont tous les membres suivent ce changement. La complaisance de l'enfant disparaît, des besoins d'affirmation, d'identité et d'autonomie se font sentir. Ce passage de l'enfance à l'âge adulte n'est pas simplement une crise passagère due à la puberté. L'adolescence est en tous cas une phase importante dans la vie d'une famille. Ce n'est pas une affaire de l'adolescent seulement, tous ses membres suivent ce changement. La complaisance de l'enfant disparaît, des besoins d'affirmation, d'identité et d'autonomie se font sentir. C'est une période de construction forte, de structures de pensée et affectives qui préparent à la construction d'une identité et à une organisation autonome des règles, des valeurs, d'affirmation de la volonté. En tant que parents nous devons nous confronter à de nouvelles exigences dans notre obligation de garantir la santé physique et psychique de notre enfant. En tant que monoparentaux nous devons reconsidérer les rôles assignés aux parents dans la tradition.

Lui, l'adolescent a toute une nouvelle charge de besoins à exercer. Meut par des convictions en construction, il peut être maladroit. Il doit apprendre de ses erreurs au risque d'offenser souvent l'image idéale, la projection que nous plaquons sur lui! Notre désir de perfection mais aussi notre désir de calme et de stabilité sont atteints par ses déséquilibres provisoires – sans parler ici de troubles – car toutes ces transformations sont susceptibles de provoquer des oscillations temporaires dans son comportement et son

interaction. Les mœurs, les métamorphoses d'identité peuvent se suivre rapidement l'une à l'autre, d'un jour au suivant à la recherche de stabilité.

La condition monoparentale. Reconsidérons l'héritage des images assignées au père et à la mère, en lien par exemple à la discipline, l'indulgence, la tendresse, la protection, l'organisation, l'exigence, la loi, l'application de conséquences à suivre en cas d'infraction d'une règle. **Etre doux, bienveillant, protecteur, brave, etc., ne sont pas des rôles strictement liés à notre condition d'homme ou de femme.** Ces clichés traditionnels sont justement liés à une époque et ils se conforment difficilement à l'évolution de la structure familiale qui s'est fondamentalement modifiée depuis 30 ans. Le nombre d'enfants par famille s'est réduit et les ménages composés d'un parent et d'enfants de moins de 16 ans sont devenus un phénomène urbain grandissant (en Suisse, Genève et Zurich sont en tête de liste). La condition monoparentale n'est donc pas « un malheur qui n'arrive qu'à moi », elle s'inscrit dans un mouvement de société ! Face à l'arrivée de cette condition et aux responsabilités de parent seul, attention à la tendance à culpabiliser, surtout si l'on est immergé sous le poids de la fatigue, et le train de vie « boulot – dodo - famille réduite » !

Ces rôles parentaux traditionnels peuvent peser mais c'est à nous de les dépasser. A nous de les adapter au fait - encore un peu négligé - que la fonction parentale peut prendre une diversité de formes d'expression et de facettes. De quoi se sentir perdu. Difficile d'assumer, d'alterner ces diverses facettes quand on est le seul « pilote » ! Les diverses possibilités d'être « père et mère » assumées par un seul parent peuvent créer confusion, désordre, embarras. Difficile de se représenter, d'assumer, d'alterner ces diverses facettes quand on est le seul « pilote » sans pouvoir se relayer avec quelqu'un d'autre ! Difficile de contrôler les colères quand on porte toutes les casquettes. On tombe dans la fatigue, dans l'impuissance, les brimades, les humiliations, les ordres hurlés deviennent... un cri d'impuissance, un style autoritaire d'être parent ! On sait que l'insécurité financière, le chômage, les tensions, la détresse, l'abus d'alcool, le divorce, la rupture, le processus de deuil d'une relation,

l'isolement social peuvent être une source de stress et augmenter la probabilité que le parent adopte des conduites à risque. Il peut aussi arriver aussi que l'ombre du parent absent puisse produire des tendances compensatoires, un mode de lien fusionnel « trop » complaisant, un style couvreur étouffant ! Le style décrocheur peut aussi s'installer : notre passivité pouvant être le signe d'une tristesse que cherche un sens !

Une remarque importante : la plupart de ces questions vous concernent vous en tant que personne adulte. **Ces questions sont liées aux limites, mais aussi « à vos limites » et à vos stratégies de ressourcement, de comment vous donnez satisfaction à vos besoins affectifs et d'épanouissement en tant que personne et non seulement en tant que parent.** C'est un thème en soi pour un autre atelier : « Sources de gratification et d'enrichissement personnel », « y a-t-il une vie après la condition de mono parent ? », « Mon parcours de vie, mise au point ! ». Gardez en vue que vous avez besoin d'un espace de ressourcement, de mieux être, et que s'il n'est pas présent aujourd'hui dans vos habitudes hebdomadaires, il vous est indispensable de commencer tout de suite à le construire. Allez seul à la piscine, puis invitez quelqu'un. Faites des rituels journaliers simples, les premiers 5 minutes à la maison vous ne faites rien ! En fin de journée, prenez un bain aux bougies. Avant de déborder, expirez à fond trois fois. C'est le premier pas. Vous l'avez déjà dit autrement, « tout va mieux quand je ne suis pas stressée » !

Il est plus simple ensuite de réfléchir à des questions stratégiques. **Comment et quand passer du rôle de pouvoir et de domination à celui de complice ? Comment alterner des attitudes consentantes, négociatrices et intransigeantes tout en restant cohérents et sans nous figer dans une posture extrême ?** Dois-je dans mon cas plutôt me fixer dans une posture extrême ? Si oui, laquelle ? Mes changements d'humeur sont à la base du manque de contrôle dans mes stratégies organisationnelles ? Etc. Il est plus simple ensuite de réfléchir à des questions stratégiques. Essayez d'approfondir ces questions, avec moi, individuellement ou entre vous de façon solidaire. Echangez vos distinctes expériences ! C'est le deuxième pas.

[Réfléchir autrement les limites : l'adolescent compétent, la co-construction de repères.](#) Mettre des limites, nous efforcer à bien éduquer nos enfants, nous pratiquons cela depuis des années ! Nous connaissons tous l'expérience de devoir résister aux pressions et pulsions de l'enfant, de traverser le doute et la culpabilité dans ce faire. Empêcher nos rejetons d'obtenir ce qu'ils désirent, savoir supporter la pression de leur faire suivre des frustrations, de faire barrière à leurs désirs n'est pas facile. Nous avons enfin appris que l'amour à nos enfants n'est pas une servitude inconditionnelle à leurs souhaits car en dessus des sentiments il y a l'ordre moral de la responsabilité parentale que guide notre vocation. L'adolescence de notre enfant a ça de beau, elle nous réconcilie avec ce devoir de protection. Nous commençons à constater des brins de responsabilité, le désir de s'assumer, des allers-retours entre la dépendance et l'autonomie.

[Au sujet des limites, dans le modèle patriarcal traditionnel, il y a aussi des choses à revoir.](#) Le parent y est une sorte d'acteur, énergique qui, par des moyens vigoureux, implante, freine, arrête un enfant passif, volontariste dans l'assimilation d'une borne qui le restreint. Cette idée très répandue, ne fait pas trop justice aux efforts constants de performance et aux désirs d'acceptation et de perfection des enfants ! Il y a donc deux lectures sur le même phénomène. A nous de relativiser pour ne pas mettre de l'huile sur le feu d'un adolescent, embrasé par ses besoins d'exploration, d'affirmation, d'image de soi en autonomie. L'adolescent n'est pas nécessairement en recherche constante de limites, il ne joue pas de façon volontariste à nous mettre hors de nous. Il teste ses nouveaux pouvoirs ! Ne pas confondre exploration avec provocation. Il a d'autres préoccupations, les siennes, même s'il ne nous les dit pas. Il a aussi un besoin d'intimité. Il ne faut pas tout dire ! Le silence peut avoir une valeur. Le langage non verbal a ses codes.

Par contre, l'effet qu'a son comportement sur nous est un bon indicateur pour activer et guider notre choix « stratégique » de parent. Ordonnance, dogme, puissance, domination sont des cartes qui se jouent facilement à

l'aide d'un peu d'adrénaline, cette hormone qui augmente la tension artérielle, le rythme cardiaque, le glucose dans le sang et nous prépare au combat ! Ecoute, acceptation, guidage respectueux à distance, c'est une autre paire de manches ! Et le vrai joker en tout ça, est notre pouvoir à donner procuration, à mandater notre enfant à agir à l'extérieur au nom des valeurs que nous lui avons inculquées. Il paraît que même si, à l'adolescence, les enfants « rejettent » bien des valeurs acquises au foyer, les jeunes adultes auront conservé à peu près 75% de leurs valeurs familiales. C'est plutôt rassurant !

[Voilà ce que je vous propose: l'idée novatrice de traiter avec un individu actif et en développement qui prend ses responsabilités, saisit les occasions de faire ses marques, reconnaît et utilise par lui-même les repères hauts dans notre hiérarchie de valeurs.](#) La bonne nouvelle est que nous pouvons être parents « hyper C » avec l'adolescent, en convivialité, confiance, créativité, en faisant des compromis, des « contrats » même tacites, tout en restant crédibles ! Rendre autonome, transmettre notre pouvoir d'adulte sont des concepts de parentalité nouveaux. En tant que première génération monoparentale nous avons un défi à relever : essayer des nouvelles formes d'être parents pour mieux aider nos enfants à construire leurs repères intérieurs de ce qui nous constitue comme être humains ! La discussion est ouverte.

Livres recommandés

- Bettelheim, B. 1995. Parents et enfants. Robert Laffont.
- Bettelheim, B. 1973. Dialogues avec les mères. Robert Laffont.
- Gordon, Th. 1970. Parents efficaces. Marabout.
- Piaget, J. Six études en psychologie.
- Rosenberg, M. 2003. La communication non violente au quotidien. Jouvence.
- Winnicott, D. 1986. Conversations ordinaires. Gallimard.
- Winnicott, D. 1993. Conseils aux parents. Payot.