

ENFANTS

Non, il n'est PAS PARFAIT

Un point noir sur le nez, trois kilos en trop... On a beau savoir que notre ado vit une période difficile, on ne peut s'empêcher de le lui faire remarquer. Pourquoi ?

PAR VALÉRIE JOSSELIN

On dit que l'amour des parents est aveugle. Pourtant, quand notre ado a « un truc qui cloche », qu'on le trouve mal fagoté ou défiguré par un bouton d'acné, ça devient une fixette : d'accord, il est le plus beau... mais il pourrait être mieux, quand même ! Et voilà, on va forcément lâcher la pique qui nous démange : « Tu te nettoies bien le visage le soir ? », « Il est joli ton polo orange, mais... », « Et si tu évitais de reprendre du dessert ? » Loin de nous l'idée de lui faire de la peine, on veut surtout lui rendre service en attirant son attention sur ce qu'il pourrait améliorer. Qui aime bien châtie bien, dit-on. Mais qu'est-ce qui nous touche à ce point pour que tout ce qui concerne leur physique nous pousse à réagir ainsi ? Parce qu'à voir leur tête et leurs réactions, on comprend vite que ce n'est pas la bonne méthode.

LA NATURE EST BIEN FAITE

A moins d'être un spécialiste de la communication non violente, difficile de ne pas se laisser dépasser par nos émotions quand cet enfant à la tête d'ange, dont on était si fier de montrer les photos, entre dans « l'âge ingrat ». « Avec sa voix qui mue et sa moustache naissante, il ressemble à un grand dadais pas fini. Je n'arrive plus à le trouver beau ! » ose avouer Hélène, mère de Paul, 15 ans. Coauteure de *Nous sommes des parents formidables!* (Dunod), la psychologue Cécile Desmazières-Berlie nous rassure :

« C'est une réaction fréquente ! Leurs disgrâces physiques nous atteignent dans notre narcissisme et blessent notre amour-propre, parce que eux, c'est un peu nous ! On les voudrait parfaits, sans défaut, et voilà qu'ils font "tache" et nous déçoivent. » Et si la nature était bien faite ? « Ses imperfections nous ôtent l'envie de les câliner, de les garder pour nous, explique la spécialiste. Elles nous aident à défusionner et, surtout, quand l'enfant est de sexe opposé, à prendre conscience que son corps ne nous appartient pas. » Par exemple, ce père qui, dans le cabinet de la psy, dit ne pas supporter que sa fille ait des poils

Les parents sont les plus mal placés pour faire passer les messages délicats.

sous les bras... au point de lui demander de sépiler. Refus catégorique de l'ado. Et on la comprend. « A travers cette demande, la jeune fille peut se sentir regardée comme un objet de désir par son propre père... qui, lui, a bien du mal à accepter qu'elle soit devenue une femme. » Retenons que, d'une manière générale, les parents sont les plus mal placés pour faire passer les messages délicats. « D'ailleurs, ceux-ci prennent trop souvent une forme injonctive ("Va te raser", "Va te laver", "Arrête de te triturer la peau"...). Difficile à supporter pour l'ado, prévient la psychanalyste Anne-Catherine Sabas*. Une tante, un





parrain ou le médecin de famille aura davantage d'impact et, surtout, de recul», recommande-t-elle.

UNE RIVALITÉ INCONSCIENTE

Mais il faut bien l'avouer, parfois, ça défoule... « Je vis seul avec mon fils et je travaille beaucoup, confie Olivier. Parfois, quand je rentre le soir à la maison, je me sens envahi dans mon espace en voyant Tim avec sa coupe de footaux – que je déteste! –, avachi sur le canapé. Je ne peux pas m'empêcher de l'agresser sur ses cheveux rasés sur les côtés, ils cristallisent mon énervement. » Voilà qui a le mérite de la franchise. Nathalie aussi fait un effort louable de remise en question en avançant que sa fille aurait un peu pâti de sa crise de la cinquantaine.

REFUSER DE « VOIR », C'EST MIEUX ?

« Quand j'étais ado, j'avais un problème de prognathisme, témoigne Marie. Mon père refusait que l'on m'opère de la mâchoire. "Tu es très bien comme tu es", répétait-il. A peine majeure, je me suis fait opérer contre son gré. » Pour la psychologue Cécile Desmazières-Berlie, il est préférable que ce type de demande n'émane pas du parent. Surtout « à une époque où la chirurgie esthétique sur les jeunes se banalise et où les filtres photo sévissent sur Instagram. Si quelque chose cloche vraiment, les autres le pointeront forcément et il sera alors opportun d'y réfléchir calmement. Plus le parent use d'un "droit de regard" sur le corps de l'adolescent, plus celui-ci va jouer la provocation en multipliant, par exemple, les tatouages ou les teintures. Une façon de rappeler à l'adulte que, de son corps, il fait ce qu'il veut »!

« Je pense au fond que j'étais presque jalouse de sa jeunesse. Je ne pouvais pas m'empêcher de lui faire remarquer qu'elle avait des boutons ou les cheveux gras, je la rabaisais et je m'en voulais... En réaction, Julie m'attaquait sur mes cheveux blancs ou sur mes rides. C'était de bonne guerre! » Anne-Catherine Sabas l'explique: « Un jeu de rivalité inconsciente peut se mettre en place, particulièrement entre mère et fille. En séance, on voit qu'elles ne se font pas de cadeaux, observe-t-elle. Or, c'est au parent de stopper le "ping-pong" verbal qui peut tourner à la surenchère, notamment en s'excusant d'une pique maladroite, et de réfléchir à des moyens de retrouver de la sérénité dans sa vie professionnelle ou personnelle, pour se poser en allié de l'ado, et non plus en adversaire. »

DIFFICILE DE LÂCHER PRISE

Mais si ce surpoids ou ces boutons nous sautent à ce point aux yeux, c'est peut-être qu'ils font écho pour nous à d'anciens complexes. « A 14 ans, j'étais dévorée par l'acné, se souvient France. Au lycée, mes copines ne voulaient plus me faire la bise, je ne sortais plus ou alors au cinéma, pour rester dans la pénombre. Résultat, quand ma fille a commencé à avoir des boutons, j'ai paniqué. J'avais peur qu'elle ne vive le même enfer que le mien. » Bien sûr, on aimerait leur épargner la souffrance et les moqueries. « Surtout que, lorsqu'ils étaient petits, il était de notre ressort de prendre soin d'eux, de pouvoir calmer leurs pleurs, d'anticiper les dangers, observe Cécile Desmazières-Berlie. En revanche, à l'adolescence, non seulement ce n'est plus possible, mais ce n'est pas souhai-

table. D'autant que ce qui nous pose problème à nous peut ne pas déranger notre enfant! Ses "défauts" physiques nous plongent dans l'impuissance. Les pointer du doigt nous donne l'illusion de conserver la mainmise sur la situation et trahit notre besoin inconscient de vouloir garder le contrôle. »

INTERVENIR À BON ESCIENT

Faut-il alors faire comme si de rien n'était? « Pas forcément, répond la psychologue. Il est préférable que le parent garde à l'esprit qu'il peut être une ressource pour son enfant en cas de difficulté. » En insistant sur ses atouts qui échappent à la crise pubertaire (sourire, regard...) ou en partageant son vécu (« Moi aussi, j'ai eu à batailler contre mes boutons/mon surpoids... Voilà ce qui a marché! »). Le soutien logistique (désodorant, soin assainissant, conseil d'un professionnel...) est aussi le bienvenu. « Il ne faut pas non plus hésiter à lui tendre la perche avec bienveillance », conseille Anne-Catherine Sabas. Par exemple: « Ce n'est pas une période facile. Ça va pour toi, en ce moment? », « A l'époque, je me sentais seul avec mes problèmes, j'aurais bien aimé pouvoir en parler à mes parents et qu'ils m'aident... » « La semaine dernière, c'est ma fille qui m'a demandé conseil sur sa tenue, s'amuse Hélène: "Maman, j'ai un rendez-vous, comment je m'habille?" Comme elle avait pris des fesses et que son pantalon la grossissait, je me suis permis d'avancer: "Tu veux vraiment que je te donne mon avis?" Apparemment, elle était mûre pour l'entendre! »

* Auteure d'Une famille enfin paisible. Sortir du cycle des conflits, Rocher.