



Parents, *bienvenue sur* “Planétado” !

PORTES QUI CLAQUENT, CHEVEUX ROUGES EN PÉTARD ET VÊTEMENTS DÉLIRANTS, TÉLÉPHONE, MUSIQUE ET COPAINS, COUPS DE BLUES ET COUPS DE GUEULE... LA PLANÈTE DES ADOLESCENTS N'EST PAS DE TOUT REPOS... POUR LES ADULTES ! TOUT LE MONDE S'ACCORDE À RECONNAÎTRE LA DIFFICULTÉ D'ÊTRE PARENT. ELLE AUGMENTE ENCORE QUAND SON ENFANT DEVIENT UN ADOLESCENT, QU'IL SE DÉTACHE ET NE CORRESPOND PAS FORCÉMENT À CE QU'ON IMAGINAIT. ALORS COMMENT FAIRE ?



LAURA SALARIS

C'est quoi un adolescent, c'est qui ?

Entre enfance et maturité adulte, l'adolescence s'étire. Autrefois courte, elle s'est aujourd'hui allongée de l'âge de 10-11 ans jusqu'à 24-25 ans, voire davantage.

L'adolescence est d'abord le temps d'un processus physiologique qui transforme un enfant en adulte : la puberté (entre 10 et 13 ans pour les filles, 11 et 14 ans pour les garçons). Le corps se métamorphose de façon non programmable, non maîtrisable, inéluctable et pas forcément comme le jeune concerné l'aurait souhaité. Cette évolution va avec une prise de conscience de son identité sexuelle et l'émergence de pulsions agressives et sexuelles. L'adolescent a besoin de prendre ses distances avec ses parents et le modèle proposé par ceux-ci. Pour cela, il va s'opposer à eux et trouver de nouveaux modèles à l'extérieur.

L' ADOLESCENCE VIVANTE EST REBELLE

C'est ainsi que le jeune peut bâtir son identité propre et s'affirmer. Il doit aussi apprendre à gérer son autonomie, pour réussir son insertion sociale. Certains auteurs parlent d'une "seconde naissance", mais totalement influencée par tout ce qui a été vécu dans l'enfance bien sûr. On considère généralement que l'adolescence prend fin quand le jeune a acquis son autonomie, qu'il ne vit plus sous le toit de ses parents et subvient régulièrement à ses besoins. Ainsi, l'allongement des études et la difficulté à trouver un emploi stable (et donc à pouvoir assumer la charge d'un logement indépendant) ont fait reculer la date de sortie de l'adolescence, de

même que l'évolution des relations entre les parents et leurs enfants.

ADOS QUI RIENT...

De nombreux parents s'inquiètent parce que leur enfant "répond" et ne file plus doux. Cette attitude prouve au contraire que l'adolescent se porte bien.

Un adolescent en bonne santé, c'est en effet une personne qui "fait du bruit", qui bouge, qui n'est pas d'accord. Pour le jeune, la période de l'adolescence - riche de bouleversements, est aussi celle des copains, des rencontres, des découvertes hors de la famille, du plaisir de vivre. L'horizon s'élargit. L'amour et l'amitié, au centre des préoccupations, se vivent intensément. Les adolescents ont soit d'absolu, rêvent et refont le monde.

C'est l'âge des grandes questions existentielles, l'âge philosophique. Les périodes très actives alternent avec une certaine apathie parfois.

61 % DES JEUNES DE 22 ANS
VIVENT CHEZ LEURS PARENTS
36 % DE CEUX DE 25 ANS
15 % DE CEUX DE 29 ANS



TERRALUNA



TERRALUNA

PARENTS, DÉCOMPLEXEZ UN PEU !

Il faut se faire une raison, les parents parfaits n'existent pas... Etre soi-même, c'est le secret. Tous les spécialistes de l'adolescence s'accordent sur ce point. Les parents qui n'hésitent pas à réaffirmer leurs valeurs - et des repères clairs, aident leur adolescent à tracer son propre chemin, en prenant position "contre". Quel intérêt ? Celui pour l'adolescent de pouvoir se détacher, se débarrasser de l'image que ses parents ont projetée sur lui et de pouvoir se définir personnellement. Bref, petites disputes sur les horaires, les repas, l'habillement ou les idées, désordre, exubérance et portes qui claquent montrent que l'évolution vers l'âge adulte est en bonne voie.

Donc les parents d'adolescents sont "condamnés" à être... des parents pour contribuer au bon développement de leur enfant ! C'est à dire établir des règles (sans rigidité non plus), agir selon leur conviction (et laisser de côté "ce que font les autres"), tout en respectant le fait que leur enfant ait des idées différentes. Il ne s'agit pas d'être fermés et bornés, voire hostiles, il s'agit de fixer de justes limites sur lesquelles l'adolescent peut s'appuyer. C'est aussi pour lui le moyen de ne pas se sentir abandonné. Les parents se doivent de lui fournir un toit et une sécurité matérielle, un nid rassurant duquel leur enfant, si fragile encore, peut prendre son envol en plusieurs étapes.



FNMF - N. MERGUI

PARENTS QUI PLEURENT !

L'adolescence n'est pas de tout repos et elle épuise la plupart des parents ! Parents qui ont parfois tendance à oublier leur propre expérience de ces métamorphoses, et les désirs, les élans, les colères qu'ils ont eux-mêmes éprouvés à cet âge qu'on dit parfois "ingrat"...

L'adolescent avec ses exigences, ses questions pertinentes, fait généralement preuve d'un instinct très sûr pour pointer les incohérences et les contradictions de ses parents.

Il les oblige soudain à remettre en question leurs propres désirs, à se confronter aux "questions qui fâchent". Il réactive leur adolescence, idéalisée ou refoulée, plus particulièrement si elle a été incomplètement ou mal vécue, et leurs relations avec leurs propres parents. Entre 40 et 50 ans, c'est d'ailleurs l'âge où l'on peut les perdre et celui des bilans, parfois de ce qu'on appelle la "crise du milieu de vie".

NON AU PARENT-COPAIN

A l'adolescence, l'amitié est primordiale. La plupart des jeunes ont de nombreux amis et copains ; ils n'ont pas besoin de leurs parents pour ça ! L'adolescent en bonne santé fait tout pour se détacher, se différencier, s'opposer à ses parents.

Il faut le laisser s'inscrire en négatif contre eux. Si ceux-ci se mettent à vouloir lui ressembler : c'est le monde à l'envers ! Les parents-copains n'ont généralement pas pleinement vécu leur propre adolescence, ils n'acceptent pas de vieillir. Au contraire, le jeune doit pouvoir compter sur des parents bien à leur place de parents, qui font preuve d'autorité, d'opinions personnelles et appartenant à une génération différente avec des goûts, un langage, des opinions et des activités bien à elle (ringards ? Oui, oui !).



TERRALUNA



TERRALUNA

ET NON À LA CULPABILITÉ

Les désirs nombreux des adolescents doivent être entendus et reconnus mais c'est à eux de trouver les moyens de les réaliser. Face à leurs fréquentes tentatives de culpabilisation, une réponse des parents peut être : "Oui, je comprends, tu voudrais ceci. Qu'es-tu prêt à faire pour y parvenir ?".

Ils l'ont dit :

- "Etre parent, cela revient à supporter le fait d'être inadéquat" Freud
- "Etre tolérant, sans être négligeant" Edwige Antier
- "Les parents d'adolescents sont là pour prendre des coups, et y survivre." Alain Braconnier
- "Le rôle des parents, c'est de donner à l'enfant les armes pour se passer d'eux." Françoise Dolto



chez les 15/24 ans :

Le **s**u**r**i**c**i**d**e **e**t **a**u**t**r**e**s **d'**u**n**e **f**a**ç**o**n** **p**l**u**s **g**é**n**é**r**a**l**e, **d'**a**u**t**r**e**s** **é**t**u**d**e**s **m**o**n**t**r**e**n**t **q**u**e**, **c**h**e**z **l**e**s** **a**d**o**l**e**s**c**e**n**t**s**, **s**i **l**e **c**o**r**p**s** **n**e **s'**e**s**t **j**a**m**a**i**s **p**o**r**té **a**u**s**s*i* **b**i**e**n, **e**t **s**i **l**a **s**a**n**té **m**e**n**t**a**l**e** **d**e **l**a **p**l**u**p**a**r**t** **d**e**s** **j**e**u**n**e**s **e**st **b**o**n**n**e**, **l**e **n**o**m**b**r**e **d'**a**c**c**i**d**e**n**t**s, **l**e**s** **t**a**u**x **d**e **s**u**i**c**i**d**e** **e**t **d**e **d**é**p**r**e**s**s**i**o**n **r**e**s**t**e**n**t** **t**r**o**p **é**l**e**v**e**s **e**t **n**e **d**i**m**i**n**u**e**n**t** **p**a**s**. **40** **000** **a**d**o**l**e**s**c**e**n**t**s** **e**n**t**r**e** **15** **e**t **24** **a**n**s** **f**o**n**t **u**n**e** **t**e**n**t**a**t**i**v**e** **c**h**a**q**u**e **a**n**n**é**e** **e**t **1000** **e**n **m**ere**u**r**e**n**t** **(**chiffre qui a doublé au cours des vingt dernières années) dont pour deux tiers des garçons.

Portrait santé des jeunes de 12 à 25 ans

Le Comité français d'éducation pour la santé vient d'éditer les premiers résultats de son « Baromètre santé » 2000. En voici quelques éléments, concernant la population des 11 millions d'adolescents.

ENTRE 12 ET 14 ANS, 1 JEUNE SUR 4 SE TROUVE TROP GROS

A cet âge, la majorité des garçons (68,8 %) déclare « se trouver tout à fait bien comme ils sont ». Les filles sont moins enthousiastes (47,7 %). 57,8 % des garçons interrogés ont fait au moins deux heures de sport la semaine précédant l'enquête contre 41,4 % des filles. Les garçons sont plus nombreux que les filles à présenter un indice de masse corporelle (IMC) supérieur aux valeurs conseillées : 16,8 % contre 10,8 % des filles. Un jeune sur quatre entre 12 et 14 ans se trouve déjà un peu trop gros, plus d'un tiers (35 %) des filles de cet âge. Entre 15 et 19 ans, près d'une jeune fille sur cinq (18,8 %) avoue avoir une conduite alimentaire perturbée. Elles sont 20,3 % entre 20 et 25 ans.

A L'ADOLESCENCE, ON SE SENT IMMORTEL.

Pour cette raison, les campagnes d'information sur la prévention n'ont aucun impact sur les jeunes. En moyenne, les jeunes fument leur première cigarette à 15 ans. La grande majorité des 12-25 ans reste non fumeuse (63 %) mais 24,1 % des 12-17 ans fument, les filles plus que les garçons jusqu'à 17 ans. Entre 18 et 19 ans, près de la moitié des filles et des garçons fument.

Le taux de buveurs hebdomadaires d'alcool est de 39,1 % chez les garçons de 15 à 19 ans, de 20,3 % chez les filles du même âge. Il passe respectivement à 63 % et 32,2 % de 20 à 25 ans. Il s'agit d'une forte consommation le week-end. 11,6 % des jeunes interrogés avaient fumé du cannabis au cours des 30 derniers jours, le taux monte à 20,5 % au cours de l'année.

Les garçons prennent davantage de risques que les filles : 27,4 % d'entre eux ont eu un accident au cours des 12 derniers mois contre 17 % des filles. Celles-ci ne sont que 6,6 % à déclarer avoir fait quelque chose de « risqué » au cours du dernier mois alors que près d'un garçon sur 5 revendique une prise de risque (17,6 %). Ils sont aussi un peu plus d'un sur 10 à déclarer avoir subi de la violence (10,4 %) et à l'avoir provoquée (10,2 %). Les 12-14 ans sont les plus belliqueux. Les filles sont deux fois moins nombreuses à subir la violence (5,3 %) et ne la pratiquent guère (3,7 %). En revanche, elle déclarent avoir subi, au cours de leur vie, des violences sexuelles à 4,4 %, contre 0,5 % des garçons.

Entre 15 et 19 ans, c'est l'âge, toutes générations confondues, où la population féminine pense le plus au suicide : 11,8 % d'entre elles (contre 3,7 % des garçons). Hélas, nombre d'entre elles passent à l'acte puisque 6,9 % des 15-19 ans déclarent avoir fait une tentative de suicide au cours de leur vie.

CALCUL DE L'IMC :

le poids en kilos, divisé par la taille en mètre au carré. Idéalement, il doit être compris entre 20 et 25.

Moins = maigre, plus = surpoids ; plus de 27,8 (homme) ou 27,3 (femme) = début d'obésité.



FNMF - N. MERGUJ

APRÈS LES ACCIDENTS DE LA ROUTE, LE SUICIDE EST LA DEUXIÈME CAUSE DE MORTALITÉ DES ADOLESCENTS. LA GRANDE MAJORITÉ DE CEUX QUI S'EN SORTENT NE RÉCIDIVE PAS. CE PASSAGE À L'ACTE MARQUE SOUVENT TOUT LE CONTRAIRE D'UNE ENVIE DE MOURIR ! C'EST UN APPEL À L'AIDE, LE MOYEN D'ÊTRE ENTENDU, DE FAIRE ENFIN CESSER LA SOUFFRANCE. SOUTENU, LE JEUNE VA PRENDRE UN "NOUVEAU DÉPART".

QUAND S'INQUIÉTER ? QUE FAIRE POUR ÉVITER LE PIRE ?

Comment déceler que "ça va mal" ?

"Mais comment faire pour discuter avec un adolescent buté ?"



TERRALUNA

// J'en peux plus"... "Bientôt, vous allez être enfin tranquilles..." Les messages de ce type sont à prendre au sérieux, contrairement aux idées reçues.

Et plus encore s'ils s'accompagnent de changements importants et soudains dans les habitudes, attitudes et comportements du jeune (chute brutale des résultats scolaires, changement radical de style vestimentaire, etc.), surtout s'il s'agit d'un repli sur soi (isolement inhabituel, refus de voir ses copains, enfermement...). L'apathie (longs séjours devant la TV, "rien envie de faire", pas de plaisir, arrêt du sport,

tristesse...) doit inquiéter tout autant que l'agressivité, qu'elle s'exprime contre les autres (disputes violentes, bagarres, actes délictueux comme du vandalisme, etc...) ou contre soi-même (grosses prises de risque, boulimie, anorexie, consommation de médicaments psychotropes, de toxiques en usage "dur" comme les alcoolisations excessives répétées...). Une euphorie après une longue période de déprime peut aussi être un signe de décision de passage à l'acte.

Insomnies, endormissements tardifs, fatigue au long cours, stress... autant de symptômes qui, accumulés, répétés et intenses, sont le signe d'un réel mal-être, à prendre rapidement en compte.

DIALOGUER, CE N'EST PAS INTERROGER !

Face à un adolescent dont le comportement inquiète, mieux vaut ne pas s'affoler et dialoguer, parler, écouter. Tels sont les conseils des spécialistes. "Dialoguer", le grand mot est lâché, penseront certains parents.

Communiquer vraiment, avec qui que ce soit, c'est en effet la chose la plus difficile à réussir. Pourtant c'est possible, même avec un adolescent. D'abord il ne s'agit pas de faire passer un interrogatoire ! Tous les parents se heurtent à un mur

quand ils posent des questions directes. En revanche, nul ne peut interdire à quelqu'un d'exprimer son inquiétude : "Je m'inquiète pour toi, pour telle ou telle raison. Puis-je faire quelque chose ?". Si on ne parvient pas soi-même à amorcer le dialogue, on peut peut-être passer par une tierce personne. Dans tous les cas, avoir exprimé son inquiétude permet à son enfant de se sentir moins seul.

Face à une personne qui dit sa souffrance, adolescent ou pas d'ailleurs, il



TERRALUNA

"Ne pas avoir appris à communiquer est une chose, continuer à ne pas savoir en est une autre."
Jacques Salomé



TERRALUNA

Le suicide ?
Ni courage, ni lâcheté :
désespoir.



TERRALUNA

faut savoir accueillir celle-ci, l'accepter sans la minimiser. Les "ce n'est rien", "ça va passer", "à ton âge, on a toute la vie..." sont des petites phrases difficiles à entendre pour quelqu'un qui se sent englué dans sa douleur, qui ne sait pas comment en sortir.

Cela renforce son sentiment d'être seul au monde, incompris. De même, les jugements isolent encore davantage ("mais tu as tout pour être heureux", "tu ne peux pas te permettre", "décidément tu es comme...", "après tout ce que nous avons fait pour toi"...). Les recettes toute prêtes renforcent l'impression d'incompétence ("mais, sors, bouge-toi!", "Dans la vie quand on veut...", "fais ceci, fais comme ça"...): "Les autres savent et font ce qu'il faut faire et moi je ne sais rien, je n'arrive à rien", pense la personne déprimée ou dépressive. Elle en conclut que décidément, elle ne vaut vraiment rien.

DIALOGUER C'EST ACCEPTER... D'ENTENDRE

Dialoguer c'est d'abord accepter d'entendre ce que dit l'autre, même si ça fâche ou bouleverse.

C'est ensuite parler en utilisant le "je". Pour un parent, ce sera peut-être exprimer ses propres doutes à un moment de son existence, raconter une expérience de sa propre adolescence... Il faut oser aborder les sujets de fond et dire des paroles "vraies". Le psychologue Jacques Salomé a beaucoup écrit, en donnant des exemples simples et concrets, sur ce point de la communication vivante (voir bibliographie).

Parler du suicide, par exemple, n'a jamais tué personne même si le sujet reste très tabou. Cette acceptation de la souffrance de l'autre va avec celle d'une certaine impuissance. Non, le parent ne peut pas tout pour son enfant qui devient adulte. Il ne peut lui éviter les difficultés de la vie, les souffrances, ni les deuils.

SE FAIRE AIDER

L'aveu d'une volonté de se suicider, d'une toxicomanie ou de lourdes prises de risque est un moment très douloureux pour la personne qui reçoit les confidences. Personne (parent, copain, membre de la famille...) ne peut rester tout seul avec une telle charge. Il est important de pouvoir en parler autour de soi à

CAUSES DE SUICIDE DES ADOLESCENTS

Un adolescent qui se suicide, sur 5, présente un problème psychiatrique (schizophrénie, dépression...). Sinon dans la majorité des cas on retrouve : soit un dysfonctionnement familial grave (violence, abandons, etc.) dont les abus sexuels dans 40 % des cas de suicide d'adolescent, soit au contraire la famille sans problème ni conflit où cependant se cachent non-dits et/ou secrets de famille ou bien une confusion des générations (parents copains par exemple).

Faire appel à une personne extérieure, c'est un acte courageux et responsable, estime Françoise Dolto



une personne de confiance et peut-être de faire appel à une aide extérieure : un lieu (ou numéro de téléphone) d'aide et d'écoute aux familles, un psychiatre ou psychologue, le médecin de famille...

ENCOURAGER, VALORISER

L'adolescent, écorché vif, a un besoin énorme d'être rassuré, valorisé, écouté, de se sentir soutenu mais pas assisté. Si on se met à tout faire pour lui, à sa place, il croit qu'il n'est "bon à rien".

Valoriser, c'est mettre en avant les possibilités, relever les compétences, encourager les initiatives. Par exemple, un parent peut se trouver face à une création de son enfant qui lui déplaît fortement. Il ne s'agit pas de mentir et dire : "C'est super !", un parent a le droit de ne pas aimer ce que fait son enfant (les générations n'ont pas les mêmes goûts et références). En revanche, il faut reconnaître la créativité : "Qu'est-ce que tu as comme idées ! Je suis épaté(e) par ton imagination..."

Les projets des jeunes doivent être encouragés (mais surtout pas réalisés à leur place !). Ils les aident à se séparer, à se projeter dans l'avenir, à devenir autonomes et à entrer dans la vie sociale. Parfois, l'idée peut sembler tout à fait irréalisable ou utopique : il faut laisser faire, ne surtout pas se moquer ou être décourageant. L'échec est aussi formateur que la réussite, dès lors que l'un ou l'autre n'appartient qu'à soi. Ce sont surtout l'enthousiasme et la créativité qui importent.

SEXUALITÉ, CONTRACEPTION, SIDA, COMMENT EN PARLER ?

L'idéal c'est que la sexualité ait été abordée naturellement, depuis l'enfance, en répondant aux questions de l'enfant, sans les précéder, ni les évacuer.

Si tel n'a pas été le cas, le dialogue sur ce sujet à l'adolescence peut se révéler difficile, car la gêne parentale ne disparaîtra sans doute pas et que la très forte pudeur naturelle des adolescents s'y ajoutera. Il existe peut-être d'autres interlocuteurs possibles dans l'entourage.

Des cours d'éducation sexuelle sont donnés au collège dès la classe de quatrième puis au lycée. Mais ce n'est qu'une des façons, théorique, d'appréhender le sujet. Les adolescents en parlent beaucoup, ils ont tous plus ou moins vu (pas forcément à la maison) des images pornographiques. Parallèlement, les clichés idylliques perdurent.

L'adolescent se trouve souvent avec deux visions de la sexualité : l'aspect médical (anatomie et contraception) et les clichés (aussi bien ceux des images pornographiques qu'à l'autre extrême, les émissions et fictions TV où tout est pour le mieux dans un monde merveilleux de beauté et de facilité).

A l'adolescence, tout ce qui est dangereux et interdit est désirable.



Les questions que se posent un adolescent sont d'un tout autre ordre. Face à la transformation de son corps, à la violence des pulsions qui l'animent, il se demande s'il est "normal", et s'il peut plaire, s'il est désirable. Voilà ses principales angoisses. Il a souvent du mal à faire le lien entre toute la théorie entendue et ce qu'il vit dans son corps.

Au-delà des informations, nécessaires bien sûr, sur la contraception, la grossesse, l'avortement, le sida, l'adolescent a surtout besoin d'entendre que la sexualité est aussi plaisir, rencontre, acte d'amour, dans le respect mutuel, que la vie amoureuse est différente pour tous, que chacun doit faire ses propres expériences.



IL FAUT SAVOIR QUE :

- malgré l'apparente liberté, l'âge moyen du premier rapport sexuel reste toujours situé vers 18 ans : 17 ans et demi pour les garçons et 18 ans et demi pour les jeunes filles,
- une expérience homosexuelle à l'adolescence peut permettre de constituer son identité sexuelle définitive (étape de découverte de soi-même),
- les jeunes sont bien sensibilisés au sida mais peu aux autres maladies sexuellement transmissibles,
- on recense 10 000 grossesses précoces en France par an,
- la pilule du lendemain dans les 72 heures empêche la survenue d'une grossesse dans 75 à 85 % des cas,
- les consultations des centres de planification familiale sont anonymes et gratuites (tous les moyens de contraception y sont délivrés gratuitement pour les mineurs et les non-assurés sociaux).

TOUJOURS "PENDU" AU TÉLÉPHONE !

Longues conversations avec la meilleure amie quittée il y a une heure et qui sera retrouvée le lendemain... appels courts et incessants pour préparer une sortie... le téléphone est un organisateur de la vie sociale et collective des jeunes.

Il ne faut pas hésiter à responsabiliser (présentation des factures et participation aux frais à partir d'une certaine limite, négociée en commun).

Quant au téléphone portable, une étude anglaise prétend qu'il pourrait réduire la consommation de cigarettes ! En effet, comme elles, il "donne une contenance", permet de jouer à l'adulte et... pèse sur le budget d'argent de poche.



TERRALUNA

JE FUME MOI-MÊME, COMMENT L'INTERDIRE ?

Evidemment cette position n'est pas tenable. Le message de prévention contre le tabac passe mieux plus précocement, vers 8 ou 9 ans, sans dramatisation excessive (plus on diabolise un produit, plus l'adolescent risque d'être attiré ensuite). En tant que parent fumeur, on peut néanmoins rappeler les dangers du tabac et dire ses propres contradictions à ce sujet. Un ex-fumeur peut parler des raisons qui l'ont poussé à arrêter et des difficultés qu'il a eues. Pourquoi ne pas instaurer des espaces non-fumeurs, que chacun sera tenu de respecter ? Ils aideront peut-être tout le monde à diminuer sa consommation.



TERRALUNA



TERRALUNA

DE L'AIDE

- **Au 04.72.00.05.30** : service Ecoute-famille de l'Ecole des parents et des éducateurs du Rhône (soutien anonyme, par des professionnels, du lundi au jeudi 9h-12h et 14h-17h, le vendredi 9h-18h).
- **L'Ecole des parents**
Loire et Haute Loire : 04.77.92.67.48
Drôme : 04.75.46.85.30
Vaucluse : 04.90.82.79.48
- **Numéros anonymes et gratuits :**
Fil santé jeunes : 0800-235-236
(tous les jours de 8 heures à minuit, le numéro vert au service des adolescents de l'Ecole des parents et des éducateurs et du ministère de la santé.
Sida info service : 0800 840 800
Drogues info service : 0800 23 13 13
Allo enfance maltraitée : 119
- Les Centres médico-psychologiques (CMP) accueillent gratuitement et proposent un suivi psychologique.
- Les Centres de planification familiale proposent des consultations médicales gratuites liées à la sexualité et à la contraception.
- Des lieux d'accueil et d'écoute, des "espaces santé jeunes" existent dans de nombreuses villes (se renseigner à la mairie).
- La Fondation de France et le Collège Rhône-Alpes d'Education pour la Santé (CRAES) organisent régulièrement des cycles de conférences sur l'adolescence en collaboration avec les ADES de Rhône-Alpes.
Pour le programme de l'année 2001 : renseignements au CRAES/CRIPS - Louisa Beyragued : 04.72.00.55.70.

DES CONSEILS

Le magazine de l'Ecole des Parents (tous les 2 mois + des numéros hors série très complets) sur abonnement : B.P.5 - 14410 VASSY
www.ecoledesparents.org

Bibliographie

"La cause des adolescents"
Françoise Dolto - Pocket (1988)

"Ces ados qui nous prennent la tête"
Jean-Marie Forget
collection "Le métier de parents",
Editions Fleurus (1999)

"L'adolescence aux mille visages"
A. Braconnier et D. Marcelli
"adolescences"
Editions universitaires

"Elever mon enfant aujourd'hui"
Edwige Antier - Le livre de Poche
(1999)

"Adolescences"
Philippe Jeammet - Editions Syros

"Baromètre santé premiers résultats 2000 - Enquête auprès des 12-75 ans" réalisé par le Comité français d'éducation pour la santé et l'Assurance maladie
(CFES - 2 rue Auguste Comte, BP 51 - 92174 Vanves cedex et dans tous les départements : ADES - Associations départementales d'éducation pour la santé)

"Heureux qui communique"
Jacques Salomé
Editions Albin Michel (1996)

A LIRE AUSSI

"Souffrances et violences à l'adolescence. Que penser ? Que faire ?" - P. Baudry, C. Blaya, M. Choquet, E. Debarbieux et X. Pommereau - rapport à Claude Bartolone, ministre délégué à la Ville - Editions Actions sociales et confrontations, ESF (2000)

"Quand l'adolescent va mal"
Xavier Pommereau (J'ai Lu n° 7147)

"Un coquelicot en enfer"
Xavier Pommereau (Lattès)

"Que transmettre à nos enfants ?"
Philippe Jeammet (Le Seuil)

"Les nourritures affectives"
Boris Cyrulnik - Editions Odile Jacob (1993)

"Si je m'écoutais, je m'entendrais"
Jacques Salomé -

De nombreux éditeurs ont créé une collection spécial parents :

- "Questions de parents" chez Albin Michel,
- "Le métier de parents" chez Fleurus,
- "Du côté des parents" chez Milan,
- "Enfance et développement personnel" chez Dunod,
- "1001 bébés" chez Erès,
- "Parents/Enfants" chez Retz/Pocket
... pour ne citer qu'eux.