

Le jardin secret des ados, territoire à protéger

Dans un monde d'hypercommunication, les adolescents sont pressés de s'exprimer, par leurs parents et par l'explosion des réseaux sociaux.

L y a bien longtemps, la fille de Claire, alors âgée de 6 ans, lui avait confié la clé de son carnet secret, de peur de la perdre. Désormais, Claire ne connaît ni le code du téléphone de son adolescente âgée de 15 ans, ni celui de sa boîte mail. Elle reste à la porte de son jardin secret.

Bien avant la fille de Claire, l'adolescence a toujours été « *le temps des secrets* », selon l'expression de Marcel Pagnol, qui raconte, dans son roman du même nom, les rêveries de cet âge où, amoureux d'une jeune fille qu'il n'osait même pas regarder, il s'imaginait devenir son héros, la sauvant des flammes sous les vivats de la foule...

À cet âge sensible, en effet, tout à coup, on devient plus silencieux et l'on rêve sa vie, dans cet espace de jeu où tout est possible, où l'on peut s'essayer à telle ou telle attitude, comme si on enfilait des costumes successifs. « *On peut y être un autre*, écrit ainsi la psychologue Dana Castro. *C'est un monologue qui nous autorise à quelques mauvais sentiments et nous incite à devenir nous-mêmes. L'idée est d'essayer, mentalement du moins, divers rôles et scénarios, afin d'en tester les conséquences.* »

Ces rêveries, ces scénarios parfois loufoques échafaudés sous les jeunes crânes, en disent long sur leurs aspirations. C'est précisément pourquoi ils sont enfermés à double tour, murés sous plusieurs couches de silence. « *Le jardin secret alimente des rêves et permet de se préparer à des choses que l'on croit réservées aux adultes* », observe le professeur Philippe Jeammet, psychiatre et psychanalyste. Quitte à laisser parfois les parents sur leur faim. « *Je n'ai plus le droit de franchir la porte de la chambre de mon fils sans frapper*, déplore ainsi Anaïs. *Et je n'ai pas non plus accès à grand-chose de ses pensées intimes.* »

Alors, face à ce mutisme, chacun riposte à sa façon. Certains parents tentent de ruser. Caroline raconte : « *Je sens que ma fille commence à se poser des questions sur la sexualité mais elle ne m'en parle pas. Si moi j'évoque ce thème-là, elle se referme comme une huître. Alors, un jour, j'ai acheté un magazine people dans*

lequel s'étale la vie sentimentale des célébrités. Je lisais en faisant des petits commentaires. Parfois, elle mordait à l'hameçon. Par exemple, nous avons pu parler de l'infidélité. J'ai trouvé qu'elle avait des réflexions intéressantes et qu'elle voyait assez bien les choses. Ainsi, j'ai pu créer une sorte de complicité. Je ne voulais pas en savoir plus ; j'ai été rassurée. Je trouverais un peu déplacé de demander plus. Je n'ai pas besoin de tout savoir de sa vie. Chacun doit rester à sa place, je trouve. »

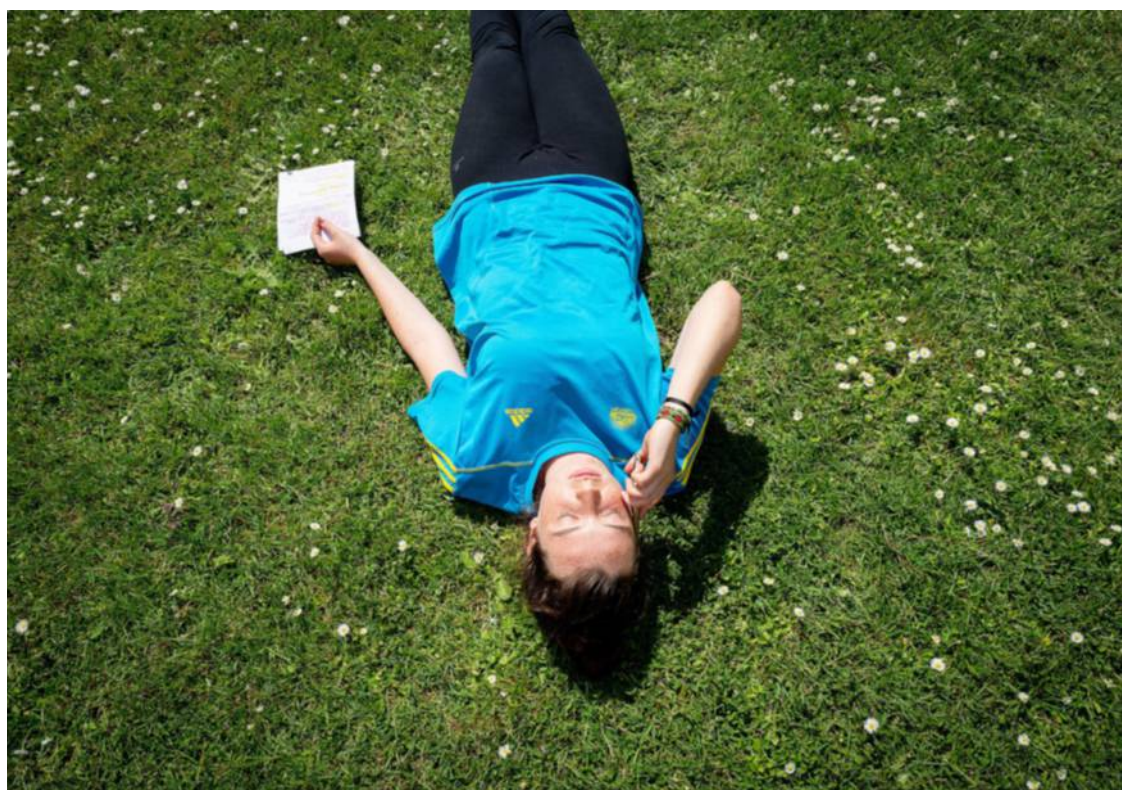
D'autres le vivent plus douloureusement, comme Damien. « *Mon fils ne me dit plus rien ; j'ai du mal à comprendre pourquoi mais j'ai parfois l'impression qu'il m'évite presque, plutôt que de me parler. C'est dommage. Je pourrais le conseiller, etc. Mais bon, je me dis que c'est une phase et que ça reviendra plus tard.* »

« Si l'on veut que l'adolescent partage un peu de son intimité, il faut l'avoir au préalable autorisé à s'exprimer. »

Rien de plus normal, estiment cependant les psys, que l'adolescent installe une distance psychique vis-à-vis de ses parents. Charge à eux, insistent-ils, d'accepter de ne pas tout savoir de la vie de leur enfant qui grandit. « *Un adolescent a horreur d'être transparent pour ses parents* », reprend ainsi Dana Castro. Rien ne sert donc de le titiller – « *Alors, c'est qui ton amoureux ?* » – ou de vouloir surveiller toutes ses fréquentations.

« *De toute façon, c'est complètement vain*, reprend Philippe Jeammet. *On ne peut jamais tout savoir des pensées de ses enfants.* » Selon ce spécialiste de l'adolescence, là n'est d'ailleurs pas l'enjeu. Ce qui compte davantage, c'est de savoir que l'on peut lui faire confiance, qu'il n'y a pas de loup caché dans le jardin secret, en somme, et que celui-ci n'abrite pas de souffrances.

« *Or la confiance se construit patiemment*, rappelle-t-il. *L'adolescence agit comme un révélateur de ce qui s'est déjà joué depuis l'enfance. C'est une question d'ambiance, de climat familial.*



À l'âge sensible de l'adolescence, on devient plus silencieux et l'on rêve sa vie. Florence Levillain/Signatures

Le jardin secret des ados, territoire à protéger

«Il est important de garder à l'esprit que les enfants grandissent autant au contact de leurs pairs, de leurs amis en particulier, que de leur famille.»

●●● Suite de la page 13.

On l'oublie un peu mais, au sein de la famille, les parents sont des créateurs d'ambiance. Ce sont eux qui laissent ou non un espace pour le dialogue, pour l'affirmation de soi. Si l'on veut que l'adolescent partage un peu de son intimité, il faut l'avoir au préalable autorisé à s'exprimer. Il doit avoir compris qu'il n'a pas à se réduire à un clone de ses parents, qu'il peut avoir des pensées différentes dont qu'il peut discuter avec eux. Le bon équilibre au sein d'une famille est de savoir que l'on n'est pas obligé de tout se dire mais de laisser aussi entendre qu'il n'y a pas de choses dont il est interdit de parler et de laisser à l'adolescent le soin de décider quand il le fera.»

«Acceptons l'idée que des expériences, bonnes ou moins bonnes, que des sentiments, positifs ou non, sont des sujets privés.»

La juste place des parents est donc essentielle et délicate et l'on ne peut avancer vers le jardin secret que sur la pointe des pieds. Elle suppose aussi d'admettre que des choses importantes se jouent à l'extérieur de la famille, souligne Dana Castro. «Il est important de garder à l'esprit que les enfants grandissent autant au contact de leurs pairs, de leurs amis en particulier, que de leur famille. Leurs amitiés et leurs amours, quel que soit leur âge, sont des affaires sérieuses. Acceptons l'idée que des expériences, bonnes ou moins bonnes, que des sentiments, positifs ou non, sont des sujets privés, et donc que nos enfants traitent avec leurs amis qui font partie de leur construction identitaire. Enfin, pour accompagner utilement nos enfants, commençons d'abord par apprendre ensemble les vertus de la patience. Dans leur découverte de la relation à l'autre, nous pourrions aussi éviter d'envahir leur espace mental sous prétexte de leur faire partager notre expérience : c'est de la leur qu'ils ont besoin. Et si jamais ils veulent connaître la nôtre, pas de souci, ils nous le feront tout simplement savoir.» Les parents doivent ainsi eux aussi cultiver leur jardin secret.

Emmanuelle Lucas

repères

À lire

Petits silences, petits mensonges. Le jardin secret de l'enfant, par Dana Castro, Albin Michel. Au fil de cet ouvrage plutôt destiné aux parents, la psychologue clinicienne explore cet espace intime qu'est le jardin secret. À travers cette visite érudite et tendre dans la rêverie des plus jeunes, on découvre surtout un processus qui aide à grandir et mérite d'être respecté.

Pour nos ados, soyons adultes, de Philippe Jeammet, Éd. Odile Jacob, 2010. L'ancien chef du service de psychiatrie de l'adolescent de l'Institut Montsouris à Paris dessine des pistes loin de tout simplisme, afin que les parents soient présents mais pas trop auprès de leurs ados. Cet âge est en effet, explique-t-il, celui des paradoxes et des tiraillements.

témoignages

«Il est devenu muet comme une carpe»

Béatrice, mère de Gaspard (17 ans)

«Il y a quelques années, quand mon fils est entré au collège, il est devenu beaucoup plus secret qu'il ne l'était jusqu'alors. Tandis que, quand il était petit, nous passions beaucoup de temps ensemble et qu'il me confiait toutes ses petites histoires, un beau jour, il a commencé à prendre ses distances et à ne plus rien me raconter. Ça a commencé par la rituelle question : «Comment ça s'est passé au collège ?» Là où quelques mois auparavant il m'aurait raconté sa journée par le menu, il est devenu muet comme une carpe. Aujourd'hui, il a 17 ans, et je ne sais plus grand-chose de la vie qu'il mène à l'extérieur de la maison. Je sais qu'il a un bon copain mais pas



Les pys estiment normal que l'adolescent installe une distance psychique vis-à-vis de ses parents. Vincent Migeat/Agence VU

Une forêt mystérieuse plus qu'un jardin secret

vraiment ce qu'ils font ensemble. Je n'ai qu'une certitude, c'est qu'il a une vie intérieure très riche. Je veux lui laisser cette discrétion dont il s'entoure. Parfois, il exprime sa sensibilité par la musique et compose des morceaux qu'il me donne à écouter. J'y vois une marque de confiance et une fenêtre ouverte sur ce jardin secret d'habitude fermé à double tour.»

«Je m'imagine être une star»

Garance, 14 ans

«Parfois, je rêve à d'autres vies que la mienne, celle d'une collégienne à Paris qui passe d'un cours à l'autre. Par exemple, quand je suis dans le métro ou quand je marche dans la rue, je commence à m'évader. Je m'imagine star de cinéma, dans un film à succès. Chacun peut me croire en route pour le col-

«Parfois, je rêve à d'autres vies que la mienne, celle d'une collégienne à Paris qui passe d'un cours à l'autre.»

lège mais moi je suis en haut de l'affiche. Je rêve que les passants dans la rue me reconnaissent et je trouve ça drôle. Je me prête des amitiés avec mes idoles. Je me permets même de prendre mille petites revanches, en refusant des autographes à certains camarades de classe, par exemple. Je trouve tout cela formidable. Plus jeune, déjà, j'ai même fait une vidéo dans laquelle je parlais à mes fans, mais pour rien au monde je ne la montrerai à quelqu'un. Souvent, je finis néanmoins par me demander si, dans une telle vie, je

devrais continuer à aller à l'école ou si je devrais tout arrêter pour ma carrière.»

«Quand j'ai été malade, mon jardin secret m'a donné de la force»

Roxane, 16 ans

«Avoir un jardin secret est une richesse. J'y trouve toujours de la ressource, notamment quand j'ai des problèmes. Par exemple, j'ai été hospitalisée car j'ai eu un cancer et quand j'étais en chambre stérile, mon jardin secret m'a beaucoup aidée à trouver de la force. Je me disais que j'allais devenir chercheuse et que je trouverais un moyen de mieux soigner les gens. Je rêvais aussi que j'allais vivre pleinement ma vie future. C'était essentiel à ce moment-là.»

Recueilli par Emmanuelle Lucas

Entretien. Selon le chercheur, les parents doivent guider la vie numérique de leurs enfants, car la frontière entre le privé et le public a volé en éclats avec les réseaux sociaux.

«En ligne, il ne peut y avoir de secret»

Pascal Plantard

Anthropologue
des usages numériques

Est-ce que les adolescents ont encore un jardin secret à l'heure du numérique ?

Pascal Plantard : Cette notion de jardin secret suppose une part d'intimité aujourd'hui fortement remaniée avec la montée en puissance du numérique. En ligne, il ne peut y avoir de secret. Les chercheurs ont même dû inventer un nouveau mot pour cela : on parle d'«extimité». Ce terme désigne l'exposition de l'intime, par l'intermédiaire du numérique, sur une forme de place publique plus ou moins maîtrisée. Ainsi, les collégiens commencent par jouer à Fortnite, qui est un jeu vidéo interactif. Ils y dialoguent avec d'autres joueurs qu'ils ne connaissent pas. Ils se filment aussi en train de jouer et commentent les parties des autres sur YouTube. Plus grands, ils passent sur les réseaux sociaux comme Snapchat ou Instagram, où la mise en scène de soi est permanente, les commentaires incessants. Tout le problème est que les adolescents sont laissés très seuls face à une certaine illusion de pouvoir maîtriser ce qu'ils montrent d'eux-mêmes. Seuls cer-

«Je me méfie beaucoup d'un discours jeuniste qui vante les compétences soi-disant innées des "digital natives". Il conduit certains parents à se dire qu'ils n'ont rien à apporter à leurs ados.»

tains savent développer des microgroupes avec lesquels ils partagent des centres d'intérêt. Dans ce cas-là, Internet leur offre même une sorte de journal semi-intime, mais c'est loin d'être la majorité des jeunes.

Dans quelle mesure les réseaux sociaux offrent-ils un espace d'expérience de soi remplissant une fonction assez proche du jardin secret ?

P. P. : D'une certaine façon, les réseaux sociaux permettent, comme le jardin secret, de se rêver, de s'inventer des histoires, de tester des possibilités. Un exemple tout simple est celui de l'apparence physique. En quelques clics, on peut modifier une photo, ajouter des cheveux de telle couleur, des lunettes, des looks puis tester le résultat auprès des autres. Si on reçoit des tas de «like» alors, on sait que c'est bon. De la même façon, on peut aussi tester des opinions et attitudes diverses en suivant tel ou tel groupe. Pour l'adolescent qui se cherche, c'est un peu une nouvelle façon de s'inventer une vie sans que cela se traduise forcément dans la vie réelle.

Quel rôle les parents peuvent-ils jouer ?

P. P. : Un rôle déterminant, mais les parents ne le savent pas toujours. Le gros risque est même celui d'une sorte d'auto-disqualification parentale. Je me méfie beaucoup d'un discours jeuniste qui vante les compétences soi-disant innées des «digital natives». Il conduit certains parents à se dire qu'ils n'ont rien à apporter à leurs ados. Il faut, à l'inverse, les convaincre que la seule vraie question des usages numériques est celle du capital culturel qui permet ou non de comprendre le sujet et que ce sont les parents qui le transmettent. C'est en parlant, en se constituant une culture partagée que l'on aide au mieux les enfants.

Recueilli par
Emmanuelle Lucas

Prochain dossier :
À chaque enfant son autonomie

pistes

À voir

Lou! Journal infime, un film français de Julien Neel, sorti en 2014.

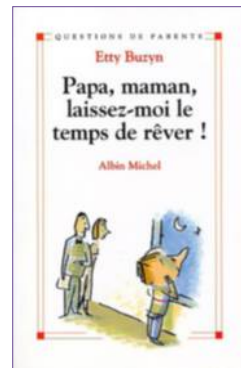
Avant d'être un film, Lou! a d'abord été un vrai succès de librairie. Ses aventures se sont vendues à plus de 2,5 millions d'exemplaires et ont raflé, en 2005, le prix jeunesse des 9-12 ans au Festival international de la BD d'Angoulême. En 2014, c'est l'auteur lui-même, Julien Neel, qui a transposé cette histoire sur grand écran dans une comédie acidulée. Sa jeune héroïne, touchante, est une collégienne de 13 ans, timide et créative, qui se perd comme personne dans ses rêveries fantaisistes. Et seule l'arrivée de Tristan au collège la ramène un peu sur terre.

À lire

Secrets de famille mode d'emploi, de Serge Tisseron, Marabout, 2013.

En guide très sûr, l'auteur se promène dans les jardins secrets des familles. Il se penche sur leur nature ambivalente et invite à faire le tri entre les «bons» secrets, qui rendent disponibles au monde, et les «mauvais», qui, à l'inverse, enferment. Il montre aussi comment ces secrets, parfois, peuvent peser sur plusieurs générations.

Papa, maman, laissez-moi le temps de rêver, d'Etty Buzyn, Albin Michel, 2015.



Et si on laissait nos enfants tranquilles, sans les solliciter sans cesse et en leur accordant, tout

simplement, le droit de rêver ? Telle est l'invitation de la psychanalyste qui montre les bienfaits de laisser les enfants cultiver leur jardin secret.

#AirDuTemps. France Télévisions diffuse seize films ludo-éducatifs sur les gestes barrières mettant en scène des héros de séries animées.

L'animation au service de la lutte contre le coronavirus



Petit Ours Brun s'engage pour expliquer les gestes barrières. FTV

Une comptine pour apprendre à bien se laver la main avec Petit Ours Brun, un cours avec les As de la jungle expliquant comment tousser dans son coude, une danse enseignée par Angelo la Débrouille qui permet de se saluer avec les pieds : France Télévisions a mis ses héros jeunesse au service de la lutte contre le coronavirus, comme l'avait fait en mai dernier le chanteur Aldebert dont le clip *Corona Minus* a été vu plus de 4 millions de fois sur YouTube.

«Nous voulions à tout prix éviter d'angoisser les enfants.»

Depuis la veille de la rentrée, le groupe diffuse 16 courts métrages ludo-éducatifs qui mettent en scène les personnages des séries animées françaises explicitant les gestes barrières. Ils sont visibles sur France 3, France 4, France 5, ainsi que sur les plateformes france.tv et Lumni et sur l'application jeunesse Okoo. «Nous avons veillé à ce que le contenu des messages soit conforme aux recommandations du conseil scientifique, en les faisant valider par le ministère de la santé», souligne Tiphaine de Ragueneau, directrice des jeunes publics et de l'animation du groupe public.

«Nous avons insisté sur la pédagogie pour les plus petits et sur l'humour pour un public plus âgé. Nous voulions à tout prix éviter d'angoisser les enfants et avons donc adopté un ton positif», précise Tiphaine de Ragueneau. Dans la mesure où la collection est destinée à un public de 3 à 12 ans, la question du masque s'est posée, puisqu'il est obligatoire pour les enfants à partir de 11 ans. Ils apparaissent ainsi dans un épisode déjanté – bien que pas forcément très clair – de Grizzy et les lemmings.

Notre avis

Lancée en juin, la production par des sociétés françaises membres du syndicat AnimFrance a été rapide, sans être pour autant bâclée. Plutôt réussis, ces films ne sont pas de simples montages de scènes déjà produites pour d'anciens épisodes, comme TF1 a pu le faire avec la série *Miraculous* afin de diffuser très tôt, dès le mois de mai, un clip détaillant, lui aussi, les gestes barrières.

À la différence de la campagne «Manger, bouger», portée par l'ensemble des diffuseurs, cette collection sera uniquement diffusée sur France Télévisions. Il aurait pourtant été judicieux d'unir les efforts des chaînes françaises pour proposer le plus largement possible ces petits films d'utilité publique et ludique.

Stéphane Dreyfus