

## Trois manières de réagir à la crise d'adolescence [Kimberly Coyle 15 octobre 2018](#)



GettyImages

*Quelques pistes pour passer le plus sereinement possible, en tant que parent, ces années difficiles.*

Avant d'avoir des enfants, on pense que si on les élève correctement, si on prie suffisamment et si on donne l'exemple, ils sautent l'étape « crise d'ado ». L'étape des mensonges, des scènes, des gros mots, des addictions... Mais les enfants ne font pas toujours les choix que nous attendons d'eux. Voyons dans leur attitude, non pas une gifle face à nos compétences parentales, mais plutôt leur propre développement personnel. Ils prennent des décisions, et apprennent à vivre en conséquence. Ils écrivent leurs propres histoires. Et nous, parents, nous pouvons les aider à éditer ces histoires. Mais nous ne pouvons pas écrire le récit pour eux. Voici quelques pistes pour passer le plus sereinement possible ces années de mise à l'épreuve.

### **Ce n'est pas de votre faute s'ils font de mauvais choix**

Nous voulons que nos enfants apprennent à vivre dans le monde tout en grâce et en vérité. Nous voulons qu'ils incarnent la gentillesse et l'intégrité. Nous souhaitons qu'ils adoptent une foi vivante, une foi qui les guide vers une vie juste. Mais à 11, 14 ou 17 ans, ils ne peuvent pas respecter ces normes. Même à l'âge adulte, on a du mal ! Arriveront des moments où ils feront preuve de cruauté. Ils vont nous mentir. Ils vont tricher à l'école, boire de l'alcool ou faire le mur à 2h du matin. Lorsqu'ils ne respectent pas nos normes, nous pensons que nous échouons.

### **Lire aussi : Jeunesse : la face sombre du web**

Lorsque nos enfants font de mauvais choix, ce n'est pas le moment de nous plaindre, de culpabiliser en nous demandant où nous nous sommes trompés. C'est l'occasion de faire la lumière sur leur comportement, et de se concentrer sur les conséquences. En tant que parent, il est de notre devoir de garder nos émotions sous contrôle.



### **Soyez là pour les rattraper quand ils tombent**

Nos maisons devraient être l'endroit le plus sûr et le plus doux, un lieu de grâce, d'espace, où nous leur donnons la place nécessaire pour que, s'ils se salissent, on les aide à se nettoyer ensuite. Les limites sont bonnes et nécessaires, mais nos enfants vont les tester. Laissez-les repousser les limites que vous avez définies, mais dites-leur que s'ils les transgressent, vous serez là pour les guider à nouveau.

### **Punissez-les, mais soyez emphatique**

En reconnaissant notre propre besoin de grâce, nous pouvons mieux l'appliquer à nos enfants. Prendre conscience de nos propres besoins nous aide à passer de la colère à l'empathie lorsque nous avons affaire à un comportement négatif de la part d'un de nos enfants. Nous avons tous fait de mauvais choix, et pouvons continuer à le faire. De quoi aviez-vous le plus besoin lorsque vous avez commis une erreur lorsque vous étiez enfant ? Rappelez-vous les sentiments de peur, de défi, de remords ou de crainte que vous avez éprouvés. Quelle réponse attendiez-vous d'un parent ? De quoi aviez-vous le plus besoin ? Très probablement, d'une correction, mais avec une bonne dose de grâce. Comme nous, nos enfants découvrent le monde en faisant des essais et des erreurs. Plutôt que de les laisser sombrer dans des endroits sombres et difficiles, notre présence à leurs côtés peut les éclairer.