

# LA LETTRE QUE VOTRE ADOLESCENT POURRAIT VOUS ÉCRIRE

*Nous avons tenu à répondre à une lettre largement diffusée sur Internet à propos de l'adolescence. Le mépris qu'elle montre envers les adolescents nous a indignées. En voici notre version « parentalité positive ».*

« **C**hers parents,  
C'est avec beaucoup de gratitude que je vous écris cette lettre. J'ai envie de vous dire combien je suis heureux de pouvoir partager avec vous au jour le jour mes joies et mes peines. Je sais que vous avez confiance en moi et que vous cherchez réellement à me comprendre.

Ma vie est parfois difficile, entre les exigences du lycée, l'incertitude quant à mon avenir, mes projets, mes relations, mais quoi qu'il se passe je sais que vous serez disponibles pour m'écouter et m'aider si j'en ai besoin.

Peu importent les questions qui se posent : l'heure du coucher, les devoirs, le linge sale, l'état de ma chambre, sortir, rester à la maison, partir de la maison, ne pas partir, la vie de famille, un/e petit/e ami/e, pas d'amis, des amitiés qui tournent mal, je sens que vous êtes ouverts à toutes mes expériences et prêts à me soutenir si je me sens en difficulté. J'ai profondément besoin que vous soyez toujours de mon côté. Que je puisse sentir la solidité de votre amour tandis que je tente de trouver le chemin de mon indépendance dans cette société à laquelle je veux moi aussi apporter ma pierre.

J'apprécie que vous respectiez ma vie privée, et cela me donne envie de la partager avec vous. J'apprécie que vous restiez à l'écoute sans m'imposer votre opinion, et que vous sachiez partager vos inquiétudes, quand vous en avez, sans les faire reposer sur mes épaules.

Lorsque vous êtes en difficulté, vous savez organiser votre propre soutien, et cela me permet de comprendre qu'être adulte, c'est savoir prendre en main sa vie et demander de l'aide autour de soi.

Je sais que vous continuez à grandir vous aussi, que vous êtes des personnes engagées, et pour cela aussi je vous remercie, car vous êtes des sources d'inspiration pour moi.

Je ne dis pas que tout est simple entre nous, nous sommes parfois en désaccord, nous avons des conflits, et nous en discutons avec beaucoup de ferveur et de respect mutuel. Il m'arrive de vouloir explorer des domaines qui vous effraient, mais vous restez dans l'acceptation de ce que je suis, je n'ai en aucun cas peur d'être jugé et quand je suis dans une situation difficile, je n'hésite pas à faire appel à vous.

Depuis toujours, nous passons de bons moments ensemble, entre les jeux, les câlins, les parties de fous rires... Chez nous, l'ambiance est

souvent joyeuse, parfois triste, mais je la ressens toujours comme authentique. Maintenant, j'ai un plus grand besoin de m'ouvrir sur le monde extérieur, de vivre ma vie, d'être avec mes amis et de rencontrer d'autres adultes qui me soutiennent aussi.

Je sais à quel point mon enfance a été bénéfique pour moi, parce que vous me respectiez comme une personne à part entière, tenant compte de mes choix, accompagnant mes chagrins et mes joies, toujours présents lorsque j'avais besoin de vous. J'ai parfois une nostalgie de cette époque, mais je sais combien elle a été constructive pour moi et je ressens qu'elle me permet d'affronter l'avenir avec confiance.

J'ai besoin de vous dire toute ma reconnaissance et de ressentir la profonde connexion entre nous dans cette période où je me prépare petit à petit à vous quitter. Je sais que ce départ sera peut-être difficile pour vous mais qu'il ne vous détruira pas, pas plus qu'il ne détruira l'amour entre nous. Je vous suis aussi reconnaissant de cette sécurité qui me donne la capacité à suivre ma propre route.

Avec tendresse, X. » 



Catherine DUMONTEIL-KREMER  
et Brigitte GUIMBAL

*J'apprécie que vous respectiez ma vie privée,  
et cela me donne envie  
de la partager avec vous*

Au sujet des relations parents-adolescents respectueuses, voir : *L'adolescence autrement*, de Catherine Dumonteil-Kremer, aux éditions Jouvence.