

# moodes de vie



# Accueillir ses petits-enfants adolescents

Pendant les vacances, les grands-parents continuent de recevoir leurs petits-enfants devenus grands. Durée, activités, règles : quelques conseils pour un séjour réussi.

« **C**omme ils sont grands, ils viennent seuls en train », explique Anne-Marie, 73 ans, qui a cinq petits-enfants de 12 à 18 ans. « C'est l'occasion de prendre un peu d'autonomie. L'an dernier, l'aînée est venue passer une semaine avec une copine, et son cousin du même âge les a rejointes trois jours avec un copain. » Ils apprécient la maison provençale dotée d'une piscine. Cette année, Théo (photo) 17 ans, réitère avec une bande d'amis. Sa sœur Maylis, 15 ans, est venue avec eux pour une semaine. « Souvent, ils partent la journée en excursion, circulent en transports en commun. On surveille un peu et on prie beaucoup ! »

Plus des trois quarts des grands-parents, en moyenne, accueillent leurs petits-enfants. « Beaucoup éprouvent des sentiments ambivalents, révèle Monique Desmedt, psychologue et médiatrice. À la joie de ces retrouvailles se mêle une certaine appréhension, en raison des risques liés à l'autonomie de l'adolescent : sport extrême, vélo seul, rencontres à la plage, au bar, en soirée, où l'alcool circulera... C'est une vraie responsabilité, qui cause de l'inquiétude – davantage qu'avec ses propres enfants – à un âge où l'on commence à se sentir moins vaillant. » Papi ou mamie pour la première fois à 53 ans en moyenne, ils ont plus de 65 ans lorsque l'aîné des petits-enfants aborde la puberté.

« La distance géographique fait que l'on se voit peu, le lien est parfois ténu », poursuit cette écoutante à Allô grands-parents, service gratuit créé par l'association de l'École des grands-parents européens (EGPE). « Certains déplorent des difficultés avec les belles-filles ou leurs propres filles. » Or, avant qu'ils fassent leur valise, mieux vaut être raccord entre adultes. « La relation avec ses petits-enfants dépend pour une bonne part des parents », souligne la psychiatre Viviane Kovess-Masfety, elle est médiatisée par eux. Pour éviter de se trouver

en porte à faux, face à un ado assurant que « Maman, elle, elle veut bien... », il importe de clarifier les règles du jeu avec les parents en amont. Après, on adapte ! Les grands-parents ne sont pas dans un rôle éducatif,

sans pour autant laisser faire n'importe quoi : ils peuvent fixer leurs propres règles. »

**« À la joie des retrouvailles se mêle l'appréhension. C'est une responsabilité, qui cause de l'inquiétude. »**

MONIQUE DESMEDT, PSYCHOLOGUE

## FACE À LA VULNÉRABILITÉ

Parfois, l'adolescent se montre réticent car il appréhende de côtoyer ses grands-parents malades, déprimés, en fin de vie, veuf ou veuve. « Tout dépend de la manière dont les grands-parents le vivent eux-mêmes, relève-t-elle. S'ils sont pacifiés, ils peuvent rendre là un beau témoignage : la vulnérabilité et la mort font partie de la vie... Aux parents d'aborder le contexte, les symptômes de la maladie, afin que le jeune soit rassuré et ajusté dans son attitude sur place. » →

Théo, 17 ans, est accueilli une semaine chez ses grands-parents avec sa bande d'amis.



Avec ses grands-parents, on change d'environnement. Destinations favorites, selon le baromètre 2025 de Grand Mercredi : le bord de mer (61,3 %), la campagne (35,1 %), la montagne (25,8 %), l'étranger (14,5 %). Désormais arrière-grand-mère, Joëlle accueille souvent ses deux arrière-petits-enfants, dont l'aîné entre en classe de 6<sup>e</sup>. « Bien sûr, il y a l'ordinateur, les tablettes, la Switch », accorde cette dynamique retraitée de 76 ans, qui vit à la campagne. « Mais on les emmène aussi beaucoup dans la nature : accrobranche, atelier de découverte des espèces d'arbres, poèmes lus au milieu des bois, balades... Ils nous suivent ! »

### GÉRER LES TENSIONS

Pendant le séjour, la cohabitation peut susciter quelques tensions. Accueillir ces « ado-rables », selon la belle expression de la psychothérapeute Marie-Jeanne Trouchaud, suppose de l'adaptabilité : « Ils vivent une période de grands bouleversements physiques, hormonaux, existentiels. Souvent, ils se déprécient ; ils ont donc besoin d'être soutenus. Alors qu'ils étaient aimés, choyés dans leur foyer, une question les taraude : qui va m'aimer, me choisir ? Après avoir construit son identité par la filiation, l'adolescent a besoin de l'affirmer par l'affiliation. D'où



Cuisine, jeux de société, virée en ville... de quoi passer un bon été intergénérationnel en Provence.

l'importance de la reconnaissance de la bande de copains, des pairs. » Et l'intérêt moindre pour le Monopoly avec papi. Quant à aider au quotidien...

« Les grands-parents appartiennent à une génération qui a connu les Trente Glorieuses, le plein-emploi, qui a amélioré son niveau de vie, mais au prix de beaucoup de travail et de sacrifices », rappelle Viviane Kovess-Masfety, qui, après avoir publié *Être grand-mère aujourd'hui* (Odile Jacob, 2023), prépare le tome suivant, consacré aux grands-pères. « Leurs petits-enfants, eux, sont souvent élevés de manière hyperchoyée, très peu frustrés ni contrariés. Ils ont rarement le goût de

l'effort, du service rendu, le sens de l'autre, ce qui peut irriter ! » Certains grands-parents avouent même parfois se sentir envahis, mis à l'écart, voire utilisés – « je suis la bonne quand ils sont là ! ». La psychologue Monique Desmedt analyse : « Il existe en effet un côté régressif (qui surgit aussi côté parents !), conduisant à se mettre les pieds sous la table chez les aïeux, comme un moment de répit apprécié dans des vies si remplies. » Et de conseiller : « Demandez de l'aide, de manière précise et sans affect : débarrasser, mettre la table, étendre une machine... Laissez-leur préparer une pizza maison ou des pâtes à la carbonara ! »



Jean, 88 ans, a envoyé un mail à ses petits-enfants pour les inviter au festival Jazz à Vienne, en Isère, où il habite. « Comme je vis seul, je ne les accueille pas pour un long séjour, mais de manière ponctuelle, quand une occasion se présente », précise-t-il. Avec l'un, il a construit un banc en bois, avec l'autre, planté un prunier. Fan de nature et de marche, il emmène les volontaires à la montagne. « On a randonné, traversé des rivières. Ça fait de très beaux souvenirs ! »

Partager une activité pour renforcer les liens : c'est ce que plébiscite Didoux Moraillon, créatrice de la Fabrique by Didoux, à Orléans (Loiret), qui a imaginé un atelier destiné aux duos grands-parents/petits-enfants. Dans sa boutique aménagée colorée se côtoient machine à découpe laser, graveur sur verre, peinture... de quoi réveiller la créativité des petits et des grands ! Elle évoque une grand-mère qui a offert un atelier « porte-bijoux en bois » à trois de ses petits-enfants. « Chacun réalisait sa création, elle, comprise. Ils ont passé l'après-midi ensemble, et la réalisation a suscité des échanges intergénérationnels positifs. Ça permet de se connaître autrement. » Et l'objet personnalisé restera porteur de ces moments privilégiés. « Inviter la brochette de cousins, c'est sympa, mais cela ne

nourrira pas de liens privilégiés avec les grands-parents, remarque Viviane Kovess-Masfety. Toute relation se construit à deux. Il faut être seuls avec eux pour créer une connivence, aborder des sujets plus personnels. » Lors des vacances dans leur maison en Bretagne, Régine ne déroge pas aux journées « entre filles ». « J'ai commencé quand ma petite-fille avait 13 ans, relate la septuagénaire. Elle est venue sept ans en vacances avec une de ses meilleures amies. On envoie quelques jours le grand-père avec les petits-enfants garçons faire du bateau, une rando ou partir ailleurs. » Au programme pour ces dames : découverte d'une ville, lèche-vitrine, essai de vêtements, glaces, vernis à ongles, pique-nique à 20 h à la plage... « Les ados ne pensent pas aux écrans dans ces moments-là ! Ces virées féminines font partie de nos grands moments de complicité. Maintenant qu'elle a un petit copain, évidemment, ce n'est plus pareil. »

#### UNE PRÉSENCE SOUTENANTE

Inutile toutefois, aux yeux de Monique Desmedt, d'endosser à tout prix la casquette de gentil organisateur : « Des activités, ils en trouveront toujours ! Ce qui compte, c'est qu'ils puissent bénéficier auprès de leurs grands-parents d'une présence empathique et chaleureuse. » Elle encourage à s'intéresser à leurs centres d'intérêt, à valoriser leurs compétences, notamment numériques, à se laisser initier à une série, un jeu, une application. Ainsi, Elan s'est-il enquis : « Mamie, tu connais l'IA ? » « Un peu, a répondu Joëlle. Mais dis-moi, tu vas m'expliquer ! » La septuagénaire rit en évoquant ce souvenir : « Ils sont tellement fiers de pouvoir nous apprendre des choses ! »

L'adolescence est aussi la période des grands idéaux. « Trop souvent, les parents inquiets cherchent à ramener l'ado à la réalité, ce qui coupe la communication, alerte Marie-Jeanne Trouchaud. Les grands-parents ont souvent cette capacité à s'intéresser aux rêves, sans les juger. Ils peuvent offrir un espace de sécurité où l'ado ne se sent pas sous pression, mais accueilli comme il est, sans projections angoissées quant à son avenir. » Moins à l'aise avec les tout-petits, Jean apprécie de les voir grandir : « Quand ils

ont un portable, je les appelle régulièrement. Ils me parlent de tout : leurs études, leurs amours, leur foi, leurs projets. Les voir évoluer me remplit de joie. » Pour favoriser cette bonne relation, il s'agit d'adopter la juste attitude. « La moralisation, l'infantilisation et l'humiliation abîment la relation, prévient Marie-Jeanne Trouchaud, qui a notamment publié *Apprenez-leur la liberté* (First). Au lieu de leur expliquer la vie, critiquer, dénigrer, posons-leur des questions : « À ton avis, pourquoi les influenceurs font ça ? À qui les réseaux sociaux font-ils gagner de l'argent ? » Nos questions et notre tendresse les aideront à grandir, et non la cloche protectrice de nos bonnes intentions qui les étouffe. »

Un séjour chez les grands-parents offre enfin cette possibilité de découvrir « une autre philosophie de vie, un pan d'histoire avec leur passé, une ouverture avec leurs expériences, leurs voyages, souligne Viviane Kovess-Masfety. Bien que les ados soient plutôt autocentrés, il est possible d'élargir leur vision du monde par des visites de sites culturels et historiques adaptés à un jeune public avec des animations, des escape games. » Avec à la clé un bon goûter ! Joëlle l'illustre : « J'ai toujours beaucoup lu quand ils étaient petits et ils continuent aujourd'hui. Elan est passionné d'histoire, on prévoit de découvrir des musées, des châteaux, on l'a emmené deux jours sur le chantier du château de Guédelon (Yonne). »

Et en cas de bêtise ? « Qui n'en a jamais fait ?, rétorque Marie-Jeanne Trouchaud.

Sa vie n'est pas foutue pour autant ! Il ne s'agit pas de relativiser, mais de nommer la faute, réfléchir à la réparation et l'ouvrir sur un avenir, plutôt que de l'enfoncer. Les grands-parents peuvent témoigner et lui confier : « Moi aussi,

**« Ce qui compte, c'est qu'ils bénéficient auprès de leurs grands-parents d'une présence empathique. »**

MONIQUE DESMEDT

à ton âge... » Manifestons-lui notre confiance quant à son intention d'être heureux. »

Repas, activités, négociations... le quotidien chamboulé peut toutefois fatiguer. Monique Desmedt encourage donc les grands-parents à « savoir préserver leur vie personnelle, la sieste, les moments de ressourcement, oser partir se balader seuls ». Avant qu'ils ne retrouvent une maison bien silencieuse. ●

TEXTE STÉPHANIE COMBE

PHOTOS CHRISTELLE CALMETTES/HANS LUCAS

POUR LA VIE