

Compte-rendu du Café des grands-parents du jeudi 25/09/2025

Thème : Thème : *Quand survient l'adolescence*

Trente-deux grands-parents ont participé à ce Café des grands-parents.

Un café des grands-parents empathique et respectueux

Un grand respect entre les personnes, certaines viennent pour la première fois, d'autres sont souvent présentes : intérêt pour ce thème, écoute attentive, accueil agréable, confidentialité.

Catherine et Marie-Noëlle, nos deux actrices, ont interprété avec talent une saynète de théâtre forum réaliste et drôle.

Introduction :

L'adolescence, nous avons l'impression de bien la connaître car nous l'avons traversée nous-mêmes et nous avons été témoins de celle de nos propres enfants.

Mais qu'est-ce que l'adolescence ?

Elle se définit comme une étape unique de développement humain entre l'enfance et l'âge adulte. Selon l'OMS, elle se situe entre 10 ans et 19 ans.

Les études en neurosciences déterminent une maturation du cerveau adolescent plus tardive jusqu'à 25 ans. Notons qu'adolescent vient du latin « adulescens » qui signifie « Celui qui est en train de croître ».

Il serait faux de dresser un tableau unique, monolithique de l'adolescence.

C'est une période aux contours flous, complexe et riche à la fois, plurielle quant à l'âge de son surgissement, sa durée, ses manifestations ainsi que son contexte familial et sociétal.

« L'ado » se trouve dans un processus d'autonomisation qui ne va pas de soi. Ce processus est sous-tendu par une pleine mutation, un réel bouleversement physique, hormonal, psychologique, sexuel et social. Ces modifications s'accompagnent de changements importants dans la relation à soi, aux parents, aux pairs et à la société.

En famille on assiste à une contestation des règles allant parfois jusqu'à la révolte, les parents ayant cessé d'être les modèles identificatoires.

Ce comportement participe à la tentative d'autonomisation souvent ambivalente.

En revanche, la relation aux amis, aux pairs va se révéler très importante et certainement motrice dans une construction positive de l'image de soi.

Cette relation passe par des contacts directs ou aujourd'hui par les réseaux sociaux.

On ne peut ignorer ici le rapport accablant de la commission d'enquête sur les effets psychologiques désastreux de TIKTOK concernant les adolescents. Si la fragilité émotionnelle est caractéristique de cette étape de la vie, notons parallèlement une richesse dans la soif de découvertes, dans les projets nombreux, même si la prise de risque peut être présente.

Les parents s'interrogent face à ces changements de comportement de leur enfant. Ils peuvent être traversés par l'incertitude, l'inquiétude pour l'avenir du jeune.

Certaines attitudes de l'adolescent sont à prendre en compte sérieusement.

Quand le mal-être est permanent, par exemple, il peut se traduire par des troubles anxieux, dépressifs, alimentaires, des phobies scolaires ou un retrait social.

Ces troubles nécessitent une grande vigilance de la part des adultes et éventuellement une démarche d'accompagnement spécialisé.

Dans la plupart des cas, les turbulences de l'adolescence laissent la place à une entrée plus apaisée dans l'âge adulte.

Lors de cette réunion, nous avons réfléchi ensemble à partir de quelques questions :

- Quels sont les besoins des adolescents vis à vis de leurs grands-parents ?
 - Les grands-parents soucieux de maintenir les liens s'interrogent sur leur place dans cette étape.
 - Ils souhaitent accueillir avec tendresse et affection leurs petits-enfants devenus adolescents, en maintenant des instants de complicité, d'affection et de transmission. Ils constatent assez souvent que les adolescents à partir de 12 à 14 ans prennent de la distance vis-à-vis des grands-parents. Les besoins implicites existent, mais les besoins explicites ne sont pas souvent exprimés.
 - Notre place de grand-parent devient délicate tandis que les écrans peuvent faire écran à la relation.
 - Les rencontres sont moins fréquentes, les adolescents ne répondent pas toujours à nos messages. Ils acceptent de venir avec des amis ou des cousins lors de rencontres ou de séjours pendant les vacances.
 - Lorsque les petits-enfants séjournent à l'étranger, la visite des grands-parents dans ce pays étranger permet à nouveau une grande proximité entre les générations.
- Lorsque les petits enfants deviennent adultes, les liens avec les grands-parents reprennent souvent. Parfois ces jeunes adultes reviennent dans le domicile des grands-parents pour des études ou à l'occasion de l'entrée dans la vie active.

Quelle écoute nécessaire pour préserver la relation ? Quelles erreurs à éviter ?

- Être grand-parent d'un ado n'est pas si facile. Parfois, nous les grands-parents sommes très sensibles à la tenue extérieure. Nous pouvons être choqués par les tatouages, les piercings, la teinture des cheveux, les vêtements...
- Nous pensons qu'il y a une certaine manière de dire ce qui nous étonne. Ainsi nous avons évoqué l'histoire d'une grand-mère qui voit un jour arriver sa petite fille avec des cheveux violets elle lui a dit : « c'est superbe mais si ça continue tes cheveux vont disparaître ». Le mois suivant les cheveux ont retrouvé leur teinte d'origine.
- Il nous faut choisir le bon moment d'échange avec l'adolescent et tenir compte des moments d'émotion intenses éprouvés par notre petit-enfant adolescent. Il nous faut nous adapter à ces changements dans la vie familiale.

Quels souvenirs de notre propre adolescence en tant que grand-parent ?

Nous avons recueilli les témoignages des grands-parents.

Leur adolescence a été marquée par la Seconde guerre mondiale pour l'un d'entre nous et par les années d'après-guerre. L'un des grands-parents a perdu ses parents pendant la guerre et il a pu se reconstruire alors qu'il a été adopté. Un grand-parent nous a fait part de l'éducation reçue dans les années 1950 en France, de l'impact de mai 68 et d'un séjour en Angleterre. Le dernier témoignage

est celui d'une adolescente de 19 ans changeant à plusieurs reprises de pays et de langues avant de vivre en France.

Évoquer l'histoire familiale nous permet de transmettre. En racontant l'histoire de la famille, nous évoquons aussi la grande Histoire de notre pays. C'est souvent à l'adolescence que nos petits-enfants prennent conscience des grands problèmes de ce monde.

Est-ce que l'on peut dire que le rôle de grands-parents est complémentaire de celui des parents ?

Le rôle des grands-parents nous paraît très complémentaire de celui des parents.

Les parents ont le rôle d'éducation. Ils sont souvent très surpris par les modifications du comportement de leur enfant devenu adolescent. Ils sont le plus souvent à une étape de leur vie où ils doivent être très performants sur le plan professionnel et dans le même temps ils sont très pris sur le plan émotionnel avec leur enfant devenu adolescent. Ce n'est pas aisé pour eux de poser des règles et des limites éducatives. Ils sont parfois en difficulté et ils peuvent ressentir le besoin de se confier aux grands-parents.

Les grands-parents ont le rôle de soutien envers leurs petits-enfants et envers leurs enfants.

Concernant les petits-enfants, les grands-parents sont dans l'accueil de leur petits-enfants, dans le dialogue, dans l'ouverture. Il est important de ne pas juger, de ne pas critiquer, de savoir relativiser, de ne pas comparer, de rassurer.

Concernant nos enfants qui sont parents de nos petits-enfants, nous observons qu'ils nous confient leurs inquiétudes. Nous nous efforçons alors de les rassurer et d'être pacificateur.

Notre but est de créer un climat de confiance entre les générations.

Bibliographie :

Les lignes d'écoute :

Allo grands-parents (EGPE) : 01 45 44 34 93

École des parents et des éducateurs de l'île de France : 0 un 44 93 44 88

Fil santé jeune : 0 800 235 236

Des livres classiques évoquant l'adolescence :

Le journal d'Anne Frank

L'ami retrouvé, de Fred Uhlman

Ado blues, de Michel Piquemal

Le Grand Meaulnes, d'Alain Fournier

No et moi, de Delphine de Vigan

L'écume des jours, de Boris Vian

Des sites internet

Le site Yapaka.be avec 317 documents. Articles et livres en PDF à télécharger gratuitement.

Parmi ces publications citons :

Le Manuel de survie pour parents d'ados qui pète les plombs

L'adolescence à l'ère du virtuel

L'attachement, un lien revisité à l'adolescence

Le site Psycom : www.psycom.org



Le site sparadrap : Ce site est très intéressant. Il nous permet de consulter en ligne de très nombreuses brochures. Concernant les adolescents : Voici quelques titres : *J'ai des soucis dans la tête, ton corps change, et toi comment tu vas ?*

Les émissions de France inter :

Grand Bien vous fasse a réalisé plusieurs émissions sur ce thème :

Comment maintenir le lien avec les adolescents ?

Comment aider nos ados à mieux vivre leurs émotions ?

Parents et ados comment vivre ensemble ?

Des revues et des livres

- Revue de l'Ecole des Parents hors-série n°5 2023 : *Santé mentale des jeunes*
- *La puberté et moi, l'essentiel pour la vivre sereinement*, de Sophie Bordet-Pétillon avec l'expertise de Marie-Rose Moro
- *Accompagner les adolescents : nouvelles pratiques, nouveaux défis*, de Patrick Cottin avec Anne Lanchon édition ECOLE des Parents, ERES
- *Psychologie de l'adolescent*, de Pierre Coslin
- *Au plaisir des grands-parents*, de Geneviève De Taisnes et Yves de Gentil-Baichis

Nous vous retrouvons pour notre prochain Café des grands-parents

***Jeudi 16 octobre 2025
Maison de la vie associative
4 rue Amélie 75007 PARIS***

Thème : Mieux comprendre les liens qui nous unissent