



LA CRISE D'ADOLESCENCE : C'EST QUOI ?

Dans cette rubrique, nous abordons avec toi des questions qui concernent les tracas de la vie des enfants. Chut ! C'est perso....

Depuis quelque temps, ta grande sœur fait comme si tu n'existais pas et t'interdit d'entrer dans sa chambre ? Entre les parents et ton grand frère, ça fait des étincelles à chaque repas ? Si tu te reconnais dans l'une de ces situations, c'est que tu es sans doute concerné(e) par notre sujet la crise d'adolescence. Pour t'expliquer cette zone de turbulences, que vivent de nombreux ados, nous avons contacté Benoît Broyart, auteur d'un livre sur le sujet*. En effet, ce n'est pas toujours facile d'être le témoin de tout cela... D'ailleurs, de quoi s'agit-il au juste ? " Cette crise peut te toucher pendant l'adolescence, une période instable où l'on passe de l'enfance à l'âge adulte en changeant énormément ", explique l'auteur. Swan, le grand frère de son petit héros, Théo, coche toutes les cases : son corps se transforme et ne lui plaît plus, des boutons apparaissent sur son visage... et tout cela le fatigue et le met en colère. Ses émotions sont aussi dans tous leurs états.

COINCÉ(E) ENTRE DEUX ÂGES
 " Quand on est pris dans ce tourbillon-là, on peut se perdre et laisser de côté le petit frère ou la petite sœur avec qui on aimait tant

jouer. C'est l'âge où l'on a envie de tester de nouvelles choses " , ajoute l'auteur. Quitte à les faire parfois en cachette de ses parents... "Ne pas tout [leur] dire à partir d'un certain âge, c'est normal. Ce qui est important, c'est de dire quand tu as besoin d'aide et quand tu es en danger. (...) Quand on grandit, il est nécessaire d'être bien entouré pour se sentir en sécurité dans les moments difficiles à gérer " , explique le psychologue Baptiste Fiche, qui délivre de nombreux conseils à la fin de cet album. Aurélie Selvi

*La Crise d'ado de mon grand frère, Benoît Broyart et Laurent Richard, Hygée éditions. 14, 90 €. Dès 7 ans.

**LA CRISE D'ADOLESCENCE :
 C'EST QUOI ? ■**