

« Ado et bien dans ta peau - Tu peux faire que ta vie soit plus belle »

Par Philippe Theytaz

Philippe Theytaz vient de publier - aux éditions Saint-Augustin - un livre articulé sur une cinquantaine de SMS pour ouvrir le dialogue avec les jeunes.



Ce n'est pas un énième pensum sur l'adolescence que nous offre Philippe Theytaz. Ce docteur ès sciences de l'éducation, ancien directeur des écoles de Sierre, aujourd'hui consultant en relations humaines, a opté pour le langage court des SMS. A travers ceux-ci, dans son livre, Philippe Theytaz s'adresse aux ados et met la balle dans leur camp. « Ce sont les adolescents qui, avec leurs propres ressources, vont être amenés à agir pour être mieux dans leur peau, pour être en meilleures relations avec les autres. »

Le livre est aussi destiné aux parents, « plus démunis que démissionnaires », précise Philippe Theytaz, et à qui il veut donner des outils pour gérer les émotions de leurs enfants. Les enseignants devraient aussi y trouver un support pour aider leurs élèves à développer leurs propres compétences à travers la réflexion plutôt que la punition.

« Regardez-nous différemment »

De sa riche expérience avec les ados, Philippe Theytaz retient surtout que l'adolescent reproduit ce que les adultes disent de lui. « C'est le complexe œdipien de la prédiction, une sorte de recours identitaire que de se dire et se construire dans le discours des adultes. » Un discours qui,

depuis la nuit des temps, ne fait pas vraiment confiance à la jeunesse (« la nouvelle génération ne cesse de contester et elle veut toujours avoir raison », Hésiode, 2700 av. J.-C.). « Les adolescents que j'ai rencontrés dans les classes et en situation de coaching individuel me transmettent cet autre message: Regardez-nous différemment! Cessez de nous mettre l'étiquette « âge bête »! Nous avons des ressources pour évoluer et grandir! Reconnaissez notre pouvoir de changement pour agir. Faites-nous confiance! »

Bien dans sa peau d'ados

Le livre est construit autour des émotions. Si l'enseignant sait plus que personne que l'apprentissage scolaire est primordial, il déplore que trop souvent on ne tienne pas assez compte du quotient émotionnel. « Le développement de l'ado tourne autour du ressenti. » Les SMS, vite lus, interpellent l'ado afin qu'il porte son attention à l'intérieur de lui-même. Suivis d'une ou de deux pages de commentaires et quelques pistes d'application en situations, ils l'invitent à gérer ses émotions, à contrôler ses envies, ses désirs et ses pulsions pour être plus responsable.



Philippe Theytaz n'a pas voulu écrire un livre moralisateur, il veut simplement dire aux ados: « Si ça va mal, il y a une possibilité d'aller mieux. » Disponible dans toutes les librairies, « Ado et bien dans ta peau », un livre à laisser traîner dans la maison pour que votre ado tombe dessus.

PAR FRANCE MASSY - LE NOUVELLISTE