

Saturation réseaux

Les ados sont des animaux sociaux! Oui, mais il faut aussi vivre en famille. Comment doser?

Par **Sophie Schneider**.

Photo DR. Illustration **Aurore de Boncourt**.



Retrouvez **air** de familles
une coproduction **ONE/rtbf**



Rencontre avec le
Philippe Béague, psychologue
et psychanalyste à l'association
Françoise Dolto.

★ À la télé: tous les jours à la **rtbf** sur la Une et la Deux, tous les jours à 12 h 12 et 17 h 12 sur **Télé Bruxelles**
★ En radio sur **VivaCité**, en direct, chaque mois, de 14 h à 15 h 30, dans l'émission «La Vie du Bon Côté» de Sylvie Honoré
★ Sur internet: www.one.be toutes les émissions, les spécialistes et les infos pratiques.

Que penser de l'addiction des ados aux réseaux sociaux?

Je voudrais dire ceci: avant 12 ans, pas de réseaux sociaux. L'enfant a d'autres moyens de rencontres, d'autres choses à vivre et surtout, il n'a pas la maturité nécessaire. Ensuite, on ne devrait pas laisser les ados s'aventurer sur le Net sans une formation. Je parle de mises en garde, d'explications. Ils doivent mesurer les enjeux: le Net n'est pas un espace intime, c'est un lieu de rencontres et d'échanges et ils doivent savoir que n'importe qui, un de leurs parents, par exemple, ou quelqu'un qui ne leur veut pas nécessairement du bien peut avoir accès à leur blog ou lire leurs commentaires sur leur mur...

Comment réagir si cela arrive? Faut-il être «ami» sur le Net avec ses enfants?

Catégoriquement, non! Ni les parents ni les enseignants ne devraient être en contact par ce biais avec les ados. On doit y rester entre soi. Et si par hasard, on tombe sur le blog de son enfant, il vaut mieux le lui dire et l'avertir qu'on n'y retournera plus.

C'est pourtant un moyen de communiquer?

C'est un bon outil pour échanger, se rencontrer, mais entre personnes du même âge, pas dans les familles: si l'ado a quelque chose à dire, il doit l'adresser directement au parent, même si c'est par écrit.

Quel temps peut-on accepter qu'il y consacre?

C'est fonction de l'âge et du temps déjà passé devant d'autres écrans. À 12 ans, une demi-heure, trois quarts d'heure maximum.

On place l'ordinateur dans la pièce commune, il est ainsi plus simple de faire respecter les règles. L'ordinateur dans la chambre, c'est la coupure assurée, il ne faut pas se plaindre qu'il y passe tout son temps!

Difficile de faire accepter cette limite aujourd'hui, avec les portables, par exemple.

Il faut que les parents s'autorisent la fixation de limites. Un ado est rassuré par le cadre, il va râler face aux balises, mais elles le rassurent. Le rôle des parents n'est pas d'être sympa, mais de veiller à ce que l'enfant devienne un adulte responsable, autonome. Même à 18 ans, ils doivent comprendre qu'il y a des règles à respecter pour vivre ensemble et que celles du parent s'appliquent à l'enfant qui vit sous son toit. Aujourd'hui, il y a beaucoup de pression, la publicité, mais aussi certains parents qui lâchent prise... C'est difficile, on n'a pas envie que nos enfants se sentent différents, mais la mère de Machin qui l'autorise à passer la nuit sur internet n'est pas cool, elle a juste démissionné! Je conseille vraiment aux parents de se rencontrer, de discuter, de se soutenir sur ces questions et d'y inclure les enseignants. Le lâcher-prise ne doit pas devenir la norme.

Et si on est vraiment seul?

Il y a des lieux comme les espaces parentalité: on prend rendez-vous, la participation est à discrétion et on y vient seul, en couple avec ou sans l'enfant, rencontrer un professionnel pour partager, discuter et reprendre confiance en soi. ★

www.associationfdolto.be

Conte moderne

Écrit sous forme de blog, ce roman réinterprète, dans un New York actuel, «La Belle et la Bête» avec ce qu'il faut de noirceur et de fantastique pour ne pas tomber dans le nganngan.



Le blog de la belle, Mary Temple, éd. Fleurus, Mango, 13,50 €. Dès 12 ans.

Journal de soi

Quand un ado découvre que son père a lu son blog, il coupe toute communication avec lui. Plus qu'internet, le cœur du récit, c'est la rencontre entre un fils et son père, racontée du point de vue de l'adolescent.



Blog, Jean-Philippe Blondel, éd. Acte Sud Junior, 10 €. Dès 12 ans.

Roman haletant

Un polar bien ficelé basé sur les effets des réseaux sociaux, les liens familiaux et les difficultés de communication intergénérationnelle. Plus le passionnant journal de sa création.



Le tueur à la cravate, Marie-Aude Murail, éd. L'École des loisirs, Médium, 11,50 €. Dès 12 ans.