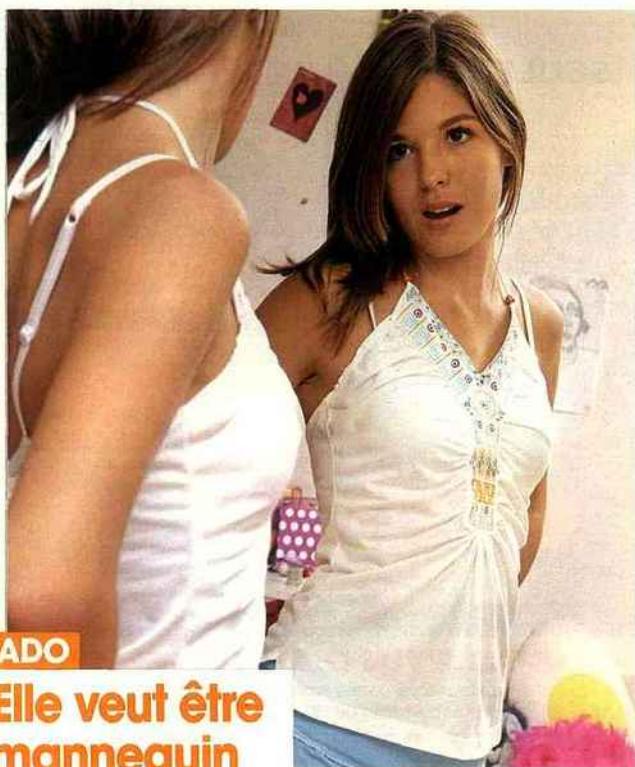




psycho

Que faire si...

En famille, on rencontre tous les jours une série de petits problèmes pour lesquels on ne trouve pas toujours de solution.



ADO

Elle veut être mannequin

Vous ne savez pas si vous devez l'encourager dans cette voie.

De nombreuses adolescentes rêvent d'arpenter les podiums, de poser pour les plus grands photographes et de faire la une des magazines de mode. Ce choix de métier n'est pas étonnant car, à cet âge, le physique compte énormément. Votre fille imagine probablement qu'être reconnue comme jolie par d'autres personnes que vous — forcément plus objectives ! — lui donnerait confiance en elle. Le problème est qu'elle s'identifie sûrement aux dix top models les plus célèbres et pense qu'être mannequin, c'est voyager dans le monde entier tout en

gagnant de l'argent rapidement. Or, les carrières à la Gisele Bündchen sont exceptionnelles. De plus, dans les faits, le mannequinat est un métier difficile, fatigant, contraignant, à l'avenir plus qu'incertain. Et c'est bien de cela dont votre fille doit être consciente si elle souhaite réellement se lancer dans cette expérience.

Tout d'abord, ne vous affolez pas quand elle aborde le sujet pour la première fois : à son âge, les idées de métier vont et viennent. Peut-être, dans un mois, voudra-t-elle devenir danseuse ! Si son projet se précise, soyez rassurante tout en la préparant à d'éventuelles déconvenues : « Tu es très jolie, tout le monde le dit. Mais est-ce que tu vas correspondre aux critères des agences cette année ? Pas forcément, car leurs recherches sont très précises. Mais si tu n'es pas prise, cela ne voudra pas dire que tu n'es pas belle ! »

Posez ensuite clairement les conditions : pas question qu'elle manque un jour d'école à cause de cette ambition. Encouragez-la en lui proposant de participer à quelques castings ou en l'inscrivant à un défilé local, mais insistez bien sur le fait que si ses notes en pâtissent, cette activité s'arrêtera. Prenez la chose à la légère en lui disant que si elle arrive à gagner un peu d'argent de poche en faisant quelques photos, vous en serez très heureuse pour elle. Mais expliquez-lui que le physique ne fait pas tout. « Tu es belle, mais heureusement, tu n'es pas que ça. Ton caractère, ta personnalité, ta générosité, ta créativité, ta gentillesse sont bien plus importantes et t'aideront davantage à avancer dans la vie. » Il est important de lui rappeler que, dans ce métier, tout peut s'arrêter du jour au lendemain, et qu'il est indispensable qu'elle ait un diplôme en poche, surtout si cette expérience n'est que passagère.

Nos conseils

■ Si votre fille se voit offrir de belles opportunités, il est normal que cela vous emplisse de fierté. Ayez cependant toujours en tête que dans ce métier, les dérives sont fréquentes (photos dénudées, risque de sexualité précoce, drogue, etc.). Il est donc indispensable que votre fille soit accompagnée par un adulte lors de ses castings ou shootings photo.

■ À l'inverse, si les refus se multiplient, soyez attentive à sa réaction. Il ne faudrait pas qu'elle développe des complexes, voire qu'elle tombe dans l'anorexie, juste parce qu'un recruteur lui a dit qu'elle était trop grosse. Aidez-la à relativiser ces échecs.

ENFANT

Elle ment souvent

Comment pouvez-vous vous fier à ce qu'elle raconte ?

Les tout-petits sont doués d'une grande imagination. Dès 3 ou 4 ans, leurs affirmations peuvent parfois travestir la réalité. Ils s'inventent des superpouvoirs, créent un ami imaginaire... Il ne s'agit pas de mensonges mais plutôt de souhaits qui se manifestent maladroitement. L'enfant ment parce qu'il est pris dans sa rêverie. Au lieu de le réprimander, mieux vaut l'amener à s'exprimer, tout en rectifiant gentiment la vérité : « Ce ne peut pas être un chien qui a renversé ce pot, puisque nous n'en avons pas. Mais peut-être aimerais-tu en avoir un ? »

Entre 6 et 10 ans peuvent survenir des mensonges plus importants. Très souvent parce que l'enfant a peur de se faire disputer. Vous devez donc lui assurer qu'entre vous, il peut y avoir un rapport de confiance : s'il vient vous avouer avoir cassé un objet, félicitez-le d'avoir eu le courage de le dire plutôt que de vous emporter. Rassuré par votre réaction, il n'aura pas à cacher sa bêtise une prochaine fois. La plupart du temps, l'enfant ment aussi parce qu'il craint de décevoir ses parents, d'où ses difficultés à révéler de mauvaises notes, par exemple. Là encore, votre réaction est déterminante : au lieu de le gronder, dites-lui qu'un mauvais résultat signifie simplement qu'il faut



retravailler un exercice et proposez-lui de l'aider à revoir son cours. Autre cas de figure : le mensonge pour attirer l'attention, tout aussi fréquent. A-t-il par exemple un aîné brillant à l'école ou qui excelle en sport et dont on parle beaucoup à la maison ? Si oui, votre cadet peut tout à fait s'inventer des performances pour rivaliser avec son aîné. Apprenez alors à le valoriser davantage : lui aussi a besoin d'exister à vos yeux. Enfin, si ses mensonges ont trait à la transgression d'un interdit (il a surfé en cachette sur Internet), demandez-vous si les règles actuelles ne sont pas trop strictes pour lui. Peut-être a-t-il besoin de davantage de liberté ? Cela vaut la peine d'y réfléchir avec lui.

Nos conseils

■ En matière de mensonge, les grands doivent plus que jamais montrer le bon exemple ! Si vous mentez régulièrement pour servir votre intérêt (obtenir une entrée gratuite pour le petit dernier, par exemple), vous encouragerez forcément votre enfant à vous imiter.

■ Si ce comportement dure et vous inquiète, n'hésitez pas à consulter un psychologue pour rectifier d'éventuelles erreurs pédagogiques ou comprendre ce que votre enfant cherche à vous dire.



COUPLE Il ne parle que de son travail

Vous avez le sentiment qu'il s'intéresse plus à ses dossiers qu'à vous.

Avoir un homme passionné par son travail n'est pas forcément une mauvaise chose. Il est en effet plus agréable d'avoir le soir en face de soi quelqu'un d'enthousiaste, plutôt qu'un conjoint déprimé. Sans compter que c'est un bon modèle pour les enfants, à qui l'on apprend à montrer du courage et de la bonne volonté au travail. Le problème, c'est la limite qui est donnée à ce sujet de conversation. Si votre conjoint ne parle que de son travail à table alors que vous aimeriez qu'il partage davantage de choses avec ses enfants, ou passe son temps à vous exposer ses problèmes professionnels lorsque vous vous retrouvez tous les deux, cela peut très rapidement vous lasser... Les différents secteurs de vie sont en effet déséquilibrés : peu à peu, la vie familiale, sociale et amicale se retrouve grignotée par la vie professionnelle. Vous pouvez alors avoir l'impression

de partager peu de choses au quotidien ou penser que son travail a plus d'importance que vous aux yeux de votre conjoint.

Il est important d'en parler dès que vous ressentez les premiers signes de malaise. Peut-être ne s'en rend-il pas compte ? Dans ce cas, le simple fait de lui dire gentiment : « Je trouve que tu parles un peu trop de ton travail, si nous discussions d'autre chose ? » peut suffire à influencer sur son comportement. Il ne s'agit pas non plus de lui interdire de parler des problèmes qu'il rencontre, mais simplement de limiter le temps qui leur est consacré pour ne pas empiéter sur la vie familiale et que chacun se sente écouté. Demandez-lui comment s'est passée sa journée, puis essayez de diriger la conversation sur ce qui, vous, vous intéresse (votre propre travail, les soucis de vos enfants, l'organisation des week-ends à venir, etc.).

Si, malgré tout, votre compagnon semble ne faire aucun effort, dites-lui que vous vous sentez frustrée par ces discussions qui ne concernent que lui. Insistez bien sur le fait que vous êtes là s'il a besoin de conseils, mais qu'il doit apprendre à mettre sa vie

Nos conseils

■ Il rapporte aussi beaucoup de dossiers à la maison ? Avant toute chose, demandez-vous si c'est financièrement nécessaire. Si oui, vous ne pouvez pas vraiment lui en faire le reproche. Lui-même préférerait très certainement consacrer beaucoup plus de temps à sa famille.

professionnelle de côté lorsqu'il rentre pour pouvoir davantage se consacrer à sa famille. S'il n'en prend toujours pas conscience, il sera peut-être nécessaire de voir un thérapeute de couple pour vous assurer que cette parole à sens unique ne masque pas un autre problème entre vous.

Merci au Dr Marie-Claude Gavard, psychiatre et auteur de 60 réponses pour être heureux et de 60 clés pour réussir son couple, éditions Odile Jacob

Ariane Langlois

Plus de conseils sur
maximag.fr