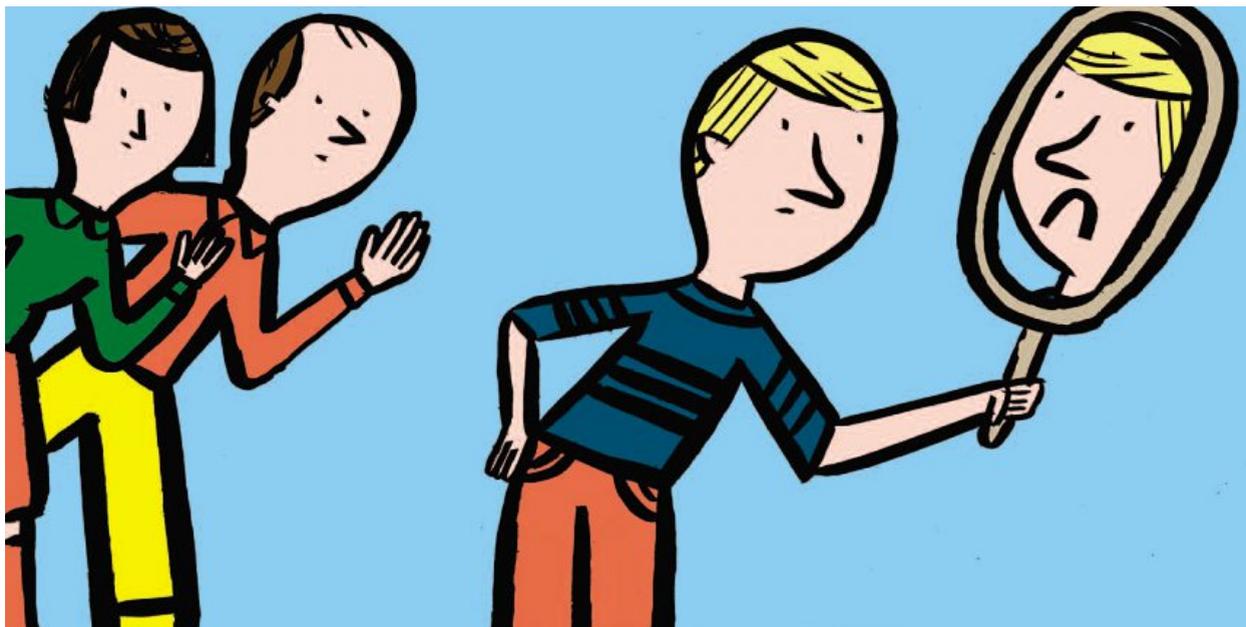


Mon ado se trouve moche

Vie quotidienne. Plus les ados se sentiront écoutés, aimés et soutenus à la maison, plus ils seront prêts à affronter le regard des autres à l'école.



Charles Dutertre

L'origine des noms

par Jean-Louis Beaucarnot

Bourdon, soumis par Yannick Gendrot, de Rennes, est un patronyme très fréquent, rencontré dans de très nombreuses régions, notamment dans le Nord et le Finistère et l'Ille-et-Vilaine (Nouvoitou, Amanlis, Montauban...). Le mot désignant le bâton du pèlerin, ce nom est en général hérité d'un lointain ancêtre ayant fait un pèlerinage.

Guyon, soumis par Michel Guyon, de Saint-Gilles-Croix-de-Vie (85), est un patronyme très fréquent, présent dans presque toutes les régions et qui était souvent autrefois déformé en Dion. Il est un simple diminutif de notre prénom Guy.

Duquer, soumis par Marie-Emmanuelle Normand, de Couéron (44), est un patronyme rare que l'on relevait autrefois dans l'Aisne (Villiers-Saint-Denis), où il se révèle être arrivé avec une famille venue de la Haute-Marne et nommée à l'origine Duquer, qui est quant à lui originaire de Charente-Maritime. Un nom dont l'étymologie exigerait une recherche généalogique approfondie.

Conseil d'école

En vacances, on apprend aussi mais autrement



Fotolia

« Deux mois de vacances, c'est long ! Les enfants oublient tout ! » On entend souvent cette réflexion. Certes, deux mois c'est long. Mais ce peut être un temps pour apprendre autre chose. Des exemples ? Nager, jardiner ou faire des confitures avec ses grands-parents, poser du papier peint avec ses parents, visiter un château ou un musée, lire (bien sûr)... Bref, on peut faire des maths, du français, de l'histoire, des sciences sans s'en rendre compte. Alors vivent les vacances et tout ce qu'elles permettent d'apprendre et de réviser ! Bonnes vacances, à l'an prochain.

Philippe SIMON.

meilleurenclasse.com

Bon plan étudiant

Bien choisir son logement

Pour ne pas avoir de mauvaises surprises avec votre future location, il est indispensable de poser les bonnes questions et de rester attentif à tous les détails lors de la visite. Pour vous aider à faire le bon choix, le site Jactiv Ouest-France a listé dix points à ne pas négliger : <http://bit.ly/1kRyJhG>

Lire sur jactiv.ouest-france.fr

Témoignage

Héléna, mère d'Anaé, 15 ans : « L'année dernière, Anaé a commencé à dire qu'elle était moche et grosse. En un an, elle a pris du poids et ses hanches se sont arrondies, mais de façon normale ! Je lui ai expliqué que son corps, sous l'effet des hormones, devenait un corps de femme, qu'on n'y pouvait rien. Puis j'ai remarqué qu'elle se restreignait au niveau de l'alimentation. C'était un peu stressant, je ne savais pas si c'était un jeu, un besoin

d'être rassurée ou si elle pouvait réellement sombrer dans l'anorexie. Je l'ai emmenée voir son médecin qui l'a convaincue en lui expliquant que son cerveau, aussi, avait besoin qu'elle se nourrisse normalement. Elle a ensuite fait une fixation sur ses quelques boutons. Certains jours, elle ne voulait plus aller au collège à cause de sa « gueule affreuse ». Je me suis fâchée : je trouvais que c'était disproportionné. Je minimisais : qu'est-ce que c'était, six mois de boutons à l'échelle d'une vie ? Mais, petit à petit,

j'ai compris combien c'était au centre de sa vie à elle. Au collège, les ados sont jugés en permanence sur leur apparence. Quand le visage d'Anaé a pelé, un garçon lui a dit qu'elle était « dégueulasse ». C'est violent. Alors oui, je fais des discours sur le fait que l'apparence est secondaire, qu'être victime de la mode est ridicule, mais j'ai appris à lâcher aussi : OK pour un sweat de marque, OK pour un rendez-vous chez le dermatologue, si ça l'aide à se sentir mieux dans sa peau. »

Leur corps change lorsqu'ils ont envie de plaire

Entretien



Véronique Guérin, psychosociologue, auteure de *Crise d'ado : mode d'emploi* (Solar) (1).

Pourquoi les ados sont-ils si complexés par leur apparence ?

À la puberté, le corps des adolescents se transforme et devient sexué. C'est inconfortable pour eux de sentir que leur corps leur échappe exactement au moment où ils ont envie de plaire. L'attention qu'ils portent à leur physique est nécessaire pour qu'ils puissent apprivoiser et aimer ce corps.

Comment les rassurer ?

D'abord en essayant d'être délicat et

d'éviter les remarques désobligeantes et humiliantes, comme « Ta sœur est quand même moins grosse ! » ou « N'oublie pas de soigner tes boutons ». On évite les jugements et on respecte leur zone d'intimité. Ce n'est pas facile pour le parent, qui n'est pas très à l'aise lui non plus avec ces changements. On peut ensuite leur dire que tout cela va passer assez vite. Cela ne veut pas dire qu'on les trouve ridicules de s'angoisser autant sur leur physique. On peut prendre le temps de les regarder, de s'intéresser à ce qu'ils ressentent, leur dire qu'on les comprend. Et leur proposer de trouver des solutions : comment te sentiras-tu plus confortable ? Plus ils se sentiront aimés et soutenus à la maison, plus ils seront prêts à affronter le regard des autres à l'école. On peut enfin leur rappeler que cette transformation physique n'est pas qu'ingrate, parce qu'elle s'accompagne d'autres changements : l'ado devient plus

libre, il occupe plus d'espace, il va peut-être tomber amoureux.

Et s'ils parlent de régime ou de chirurgie esthétique ?

À cause du poids, des poils, des boutons, l'adolescence est déjà une période difficile à vivre au niveau du physique. Alors pourquoi se rajouter une deuxième pression de la société, qui dicte ce qui est beau ou pas ? Il faut aider les ados à voir que c'est seulement une mode qui oblige les femmes à être très minces. Et à comprendre que se faire belle ou beau pour les autres, ça peut rendre malade. Faut-il entrer dans le moule pour être aimé ? Non, on peut être beau en se sentant soi-même. Et on peut rassurer les jeunes : ils ne plairont peut-être pas à tout le monde, mais ils trouveront toujours des copains qui les aiment comme ils sont. Un jeune qui veut faire un régime ou de la chirurgie dit son mal-être. On peut l'aider à améliorer le regard qu'il porte sur lui-même, en se faisant peut-être accompagner par des professionnels. Et en lui rappelant qu'on l'aime tel qu'il est.

Recueilli par Audrey GUILLER.

Repères

Ado à fleur de peau : Ce que révèle son apparence de Xavier Pommereau (Albin Michel). La peau d'un ado trahit ses transformations et ses émotions. Xavier Pommereau explore ce langage et les thèmes du look vestimentaire, des piercings et tatouages.

L'adolescent face à son corps, d'Annie Birraux (Albin Michel). Comme s'il se défaisait sous nos yeux de sa peau d'avant, l'enfant se transforme avec la puberté et, en même temps que son nouveau corps, il découvre la sexualité.

(1) Elle animera un stage sur l'adolescence les 1^{er} et 2 octobre 2016 à Rennes. blog.bienveillance.org