

## SECTION A

Lisez le texte sur L'adolescence, c'est quoi? Puis répondez aux questions.

# La leçon d'Alain Braconnier

## Alain Braconnier

est médecin et psychologue. Ses patients sont des adolescents, collégiens, lycéens ou étudiants. Il les reçoit seul ou en famille au centre Paumelle dans le 13<sup>e</sup> arrondissement de Paris. Il enseigne aussi à l'université, et a publié plusieurs ouvrages sur l'adolescence : *Les bleus à l'âme* (LGF), *Les adieux à l'enfance* (Calmann-Lévy) et *L'adolescence aux mille visages* (ed. Odile Jacob).



Pas facile de participer à une Leçon dont on est soi-même le sujet ! Mais puisqu'ils avaient en face d'eux Alain Braconnier, un des grands spécialistes de l'adolescence, les élèves de 4<sup>ème</sup> A de l'institut privé de l'Alma à Paris en ont profité pour mieux se connaître...

# L'adolescence c'est quoi ?

**V**ous avez tous entendu parler de **l'adolescence** ! Ce mot désigne cette période de la vie dans laquelle vous entrez en ce moment. Cette période a une mauvaise image. On dit que c'est "l'âge ingrat". On parle aussi de la "crise de l'adolescence". Vos parents la redoutent un peu. En réalité, c'est une étape capitale dans votre vie.

**L'adolescence est le passage de l'enfance à l'âge adulte.** Durant cette période, l'individu n'est plus un enfant et pas encore un adulte. Cette transition a toujours existé, mais elle est vécue de façons différentes

## La pub et les ados

L'adolescence est aujourd'hui un véritable marché. On ne compte plus les produits destinés à cette classe d'âge. Après les Tamagochis, la société japonaise Bandai relance le Yo-Yo. Résultat : plus de 2 millions de Yo-Yo vendus ces mois-ci en France. Et même les banques ont créé des comptes particuliers pour les adolescents.



# PARENTS OUT!

S (b!)

selon les sociétés. Chez les Romains par exemple, l'adolescence durait de longues années et se terminait à l'âge de 30 ans. Dans certaines cultures africaines, l'adolescence est encore aujourd'hui une période très courte marquée par un rite de passage, qui comporte des épreuves physiques. Une fois passées, l'enfant devient un adulte.

## L'adolescence commence au début de la puberté.

Le corps subit des transformations physiques qui font que l'on pourra, un jour, avoir des enfants. "apparition des règles pour les filles et l'augmentation du volume des testicules pour les garçons sont les premiers signes de la puberté. Elle débute en moyenne vers 11 ans chez les filles et vers 12 et demi-13 ans chez les garçons. On peut dire que l'on quitte l'adolescence quand on devient capable de s'engager seul dans la vie. Aujourd'hui, l'adolescence a tendance à s'allonger: la puberté survient plus tôt et on reste beaucoup plus longtemps dépendant de ses parents. On considère l'adolescence comme la période de la vie qui va de 10 à 20 ans.

## Les changements dans le corps entraînent des changements dans les relations aux autres.

Cela commence en général par des relations plus difficiles avec ses parents: on éprouve le besoin de s'éloigner d'eux. Ils sont plutôt considérés comme ceux qui empêchent de faire ce qu'on veut. Tout ce qui semblait normal pendant l'enfance devient sujet de conflits: on n'a plus envie d'aller manger le dimanche chez ses grands-parents, on veut pouvoir choisir ses vêtements, sortir quand on veut et avec qui on veut... Plus on grandit, plus les copains, les amis prennent de l'importance. C'est au sein d'un groupe que l'on se sent le mieux. On discute pendant des heures. De tout. De rien. De soi, de ses goûts, du collège... Les filles parlent des garçons et les garçons des filles.

C'est normal, l'adolescence est aussi l'âge où l'on découvre le sentiment amoureux: vous vous sentez attirés, mais vous avez peur car c'est un peu l'inconnu. Quand on est un garçon, on ne sait pas vraiment comment les filles fonctionnent et c'est la même chose pour les filles en ce



qui concerne les garçons. Vous avez l'impression également que votre humeur vous joue des tours: vous êtes sur un nuage et soudain, l'instant d'après, c'est la grosse déprime. Ces réactions sont naturelles. Elles vous signalent que vous êtes en train de faire vos adieux à l'enfance.

## L'adolescence est une seconde naissance.

Vous apprenez à dire "je". Vous réalisez peu à peu que vous êtes quelqu'un d'unique, avec un caractère, des habitudes, des colères et des joies. Plus question de répéter ce que vous entendez à la maison, vous vous faites votre propre

opinion. Vous avez envie de donner votre avis, sur tous les sujets: le sport, les films, la musique mais aussi les études, la politique... C'est ainsi que chacun construit petit à petit son identité. Mais ça prend du temps et vous vous sentez parfois seuls et désemparés. En fait, vous vous posez plein de questions: sur votre vie, ce que vous désirez pour plus tard, ce dont vous êtes capable. Et trop de questions restent sans réponses. Cela peut vous rendre plus vulnérable à certaines menaces comme les sectes. Il n'y a que vous, petit à petit, qui trouverez les réponses à vos questions. Mais réfléchir sur soi, cela ne veut pas dire s'enfermer sur sa petite personne. C'est en se tournant vers les autres qu'on se découvre, qu'on a moins peur, qu'on prend confiance en soi. C'est aussi en participant à quelque chose de créatif (dessiner, faire du sport, chanter...) qu'on se révèle vraiment. Qu'on devient ce qu'on est. Et cela dure toute la vie!

"Le passage de l'enfance à l'âge adulte."

## Humeur en dents de scie

À l'adolescence, ton humeur est instable. C'est normal et cela est notamment lié à la production irrégulière dans ton corps d'hormones sexuelles. Ce sont des substances chimiques qui favorisent, par exemple, le développement de la poitrine chez les filles et de la barbe chez les garçons.

## Danger!

Le mot "secte" a deux origines latines: *sequor*, (suivre), et *secare*, (couper). Une secte est un groupe qui suit un "gourou", et se coupe du monde extérieur. Les sectes cherchent à recruter des adeptes. Mais leurs



membres sont manipulés et on leur dicte leur conduite. Une mission interministérielle a été créée pour lutter contre les sectes.

## L'adolescence

**1. Répondez aux questions suivantes en vos propres mots. Ne recopiez pas en ce cas tout simplement du texte.**

1.1. Pourquoi est-ce qu'il existe du conflit entre les ados et les parents pendant cette période?

---

---

---

(2)

1.2. Pourquoi dit-on que l'adolescence est une seconde naissance?

---

---

(2)

1.3. Qu'est-ce que vous comprenez par la phrase <<votre humeur vous joue des tours>>?

---

---

---

(2)

1.4. Qu'est-ce que c'est <<l'adolescence>>?

---

---

---

(2)

1.5. L'adolescence, à quel âge ça commence et finit?

---

---

(2)

**2. Dites si ces constatations sont vraies ou fausses et citez une phrase/ une expression du texte pour justifier votre réponse.**

2.1. Pendant l'adolescence on veut être près des parents.

Vrai/Faux \_\_\_\_\_

Justification \_\_\_\_\_

2.2. C'est l'âge de la découverte de l'amour.

Vrai/Faux \_\_\_\_\_

Justification \_\_\_\_\_

2.3. On découvre qu'on a l'opinion unique.

Vrai/Faux \_\_\_\_\_

Justification \_\_\_\_\_

2.4. Le passage de l'enfance à l'âge adulte prend du temps.

Vrai/Faux \_\_\_\_\_

Justification \_\_\_\_\_

2.5. Les adolescents sont facilement influencés en cherchant des réponses.

Vrai/Faux \_\_\_\_\_

Justification \_\_\_\_\_

**[5x2=10]**

**3. Cherchez des synonymes dans le texte pour:**

3.1. se rendre compte \_\_\_\_\_

3.2. commencer \_\_\_\_\_

3.3. finir \_\_\_\_\_

**4. Trouvez des antonymes pour:**

4.1. à la fin \_\_\_\_\_

4.2. reconnaissant \_\_\_\_\_

**[5]**

**Total :25 points**

**Fiche réalisée par ARITHA KRUGER, HELPMEKAAR KOLLEGE**