



RACINES
DE
CONFIANCE

REGARDS

Grandir entre héritage et autonomie

Repenser la place du parent à l'adolescence

Alain Sadick

Racines de Confiance

17 juillet 2026

L'adolescence ne transforme pas seulement l'enfant. Elle recompose la relation familiale et déplace la place du parent. Lorsque plusieurs modèles éducatifs, culturels et sociaux se rencontrent, accompagner un adolescent demande de tenir ensemble l'autorité, le lien, l'autonomie et l'appartenance.

Une parole située

Cette réflexion est aussi liée à mon propre parcours. Je suis d'origine sénégalaise et j'ai grandi à Joal-Fadiouth, où j'ai reçu une éducation traditionnelle qui demeure l'une de mes racines. Elle a façonné mon rapport à la famille, à la transmission, à la communauté et aux générations qui nous précèdent.

Je vis en France depuis de nombreuses années. Cette autre expérience m'a confronté aux réalités occidentales, à d'autres manières de penser l'individu, l'autorité, la liberté et la place de l'adolescent.

Je n'écris donc ni depuis un seul monde ni pour les opposer. J'écris depuis leur rencontre, avec la conscience que chacun contient une pluralité d'histoires et de pratiques. Ce parcours ne m'autorise pas à parler au nom de « l'Afrique » ou de « l'Europe ». Il m'aide plutôt à mettre en dialogue plusieurs points de vue, à reconnaître ce que chaque héritage peut offrir et à interroger ce qu'il doit parfois transformer.

L'adolescence est souvent présentée comme une période de transformation individuelle. Le corps change, la pensée se complexifie, le besoin de décider s'affirme et le jeune cherche progressivement à définir sa propre identité.

Mais cette transformation ne concerne jamais uniquement l'adolescent. Elle affecte toute la famille. Elle oblige notamment le parent à réinterroger sa place, sa manière d'exercer son autorité et la forme que doit désormais prendre la relation.

Les réponses qui fonctionnaient pendant l'enfance deviennent parfois insuffisantes. Les consignes sont discutées. Les règles sont questionnées. Les explications autrefois acceptées ne produisent plus les mêmes effets.

Face à cette évolution, le parent peut être tenté de se durcir. Il peut renforcer le contrôle, multiplier les interdictions ou interpréter les désaccords comme une remise en cause de sa légitimité. Pourtant, la solidité parentale ne consiste pas nécessairement à maintenir les mêmes réponses avec davantage de fermeté.

Elle consiste plutôt à discerner ce qui doit être maintenu, ce qui doit évoluer et ce qui peut progressivement être confié à la responsabilité du jeune.

Être un parent solide, ce n'est pas empêcher tout changement. C'est rester présent au cœur du changement.

L'adolescence transforme aussi la relation

À mesure que l'enfant grandit, le parent ne perd pas sa fonction. Mais cette fonction change de forme.

Pendant l'enfance, la protection repose largement sur la proximité, la surveillance et la décision. À l'adolescence, elle doit progressivement intégrer davantage de dialogue, d'explication et de responsabilisation.

L'autorité ne disparaît pas. Elle devient moins immédiate et plus relationnelle. Elle ne consiste plus seulement à dire ce qui doit être fait, mais aussi à aider le jeune à comprendre les conséquences de ses choix, à reconnaître les limites nécessaires et à développer son propre discernement.

Ce déplacement est parfois difficile à vivre. Le parent peut avoir le sentiment de ne plus être écouté ou de ne plus savoir comment agir. Pourtant, l'inefficacité d'une ancienne réponse ne signifie pas nécessairement qu'il a échoué. Elle indique souvent que la situation a changé.

L'adolescence invite ainsi les adultes à adopter une posture d'ajustement. Il ne s'agit ni de tout abandonner ni de tout conserver, mais de rechercher une manière nouvelle d'entrer en relation.

L'autonomie ne signifie pas toujours la séparation

Dans le langage courant, l'autonomie est souvent confondue avec l'indépendance : décider seul, se détacher de sa famille, ne plus avoir besoin des autres. Cette représentation ne résume pourtant pas toutes les manières de grandir.

Les recherches interculturelles distinguent utilement le fait d'agir selon des choix que l'on reconnaît comme siens et le fait de vivre sans dépendre d'autrui. Un adolescent peut développer une pensée personnelle tout en restant profondément attaché à sa famille. Il peut prendre des décisions et conserver un sens fort de la solidarité, de la loyauté ou de la responsabilité envers les autres.

Les familles n'accordent pas toutes le même poids à l'expression individuelle, aux obligations familiales, à la hiérarchie entre les générations ou à la contribution au collectif. Ces différences ne se distribuent pas simplement entre deux ensembles homogènes que seraient « l'Europe » et « l'Afrique ». Elles varient selon les pays, les histoires familiales, les milieux sociaux, les conditions économiques, le genre, les parcours migratoires et les générations.

Cette prudence évite deux caricatures : celle d'un modèle individualiste qui libérerait toujours les jeunes, et celle d'un modèle communautaire qui les empêcherait nécessairement de devenir eux-mêmes.

Chaque orientation possède des ressources et des fragilités.

La communauté peut offrir un sentiment d'appartenance, une solidarité concrète et des repères durables. Elle peut aussi devenir pesante lorsque les attentes collectives ne laissent aucune place à la parole ou au choix personnel.

La valorisation de l'individu peut soutenir l'émancipation et la liberté de choisir. Elle peut aussi exposer le jeune à la solitude, à la pression de la réussite et au sentiment qu'il doit construire seul sa propre vie.

La question utile n'est donc pas : « Quel modèle faut-il choisir ? » Elle devient : « Comment permettre au jeune de devenir sujet de sa vie sans le couper des liens qui le soutiennent ? »

Grandir dans un monde incertain

Les adolescents ne rencontrent pas tous la même forme d'incertitude.

Lorsque les passages de la vie sont fortement encadrés par des traditions, des responsabilités familiales, des rites ou des attentes collectives, le jeune peut trouver une continuité symbolique. Le groupe lui indique ce qu'il est en train de devenir et la place qu'il pourra progressivement occuper.

Dans des environnements où les trajectoires sont plus ouvertes, l'incertitude prend souvent la forme d'une multiplication des possibles. Le jeune doit choisir ses études, son métier, son lieu de vie, ses relations, ses valeurs et parfois même la définition qu'il souhaite donner de lui-même.

Cette ouverture peut être une chance. Elle peut également devenir une source d'angoisse. Avoir davantage de choix ne signifie pas toujours se sentir davantage libre.

Il faut aussi rappeler que l'autonomie n'est jamais produite par le seul effort individuel. Pour explorer plusieurs voies, poursuivre des études, se réorienter ou différer son entrée dans les responsabilités adultes, un adolescent a souvent besoin de ressources familiales, économiques et institutionnelles.

Toutes les familles ne disposent pas des mêmes moyens pour permettre à un jeune d'hésiter, d'expérimenter ou de prendre progressivement son indépendance. Dans certains contextes, il doit rapidement contribuer à l'équilibre économique du foyer. Dans d'autres, plusieurs années peuvent lui être accordées pour se former et construire son projet.

Les différences éducatives ne sont donc pas seulement culturelles. Elles sont également sociales, économiques et institutionnelles.

Des familles au croisement de plusieurs mondes

Aujourd'hui, beaucoup de familles vivent au croisement de plusieurs systèmes de valeurs : ceux de l'histoire familiale, de la communauté, de l'école, des médias, des réseaux sociaux, des discours psychologiques contemporains et des cultures internationales.

Un jeune peut être encouragé à réussir individuellement tout en étant invité à ne pas oublier ce qu'il doit à sa famille. Il peut être appelé à choisir sa voie, mais dans un périmètre défini par les attentes parentales. Il peut être invité à s'exprimer, tout en demeurant soumis à des codes précis de respect envers les adultes.

Cette coexistence peut être féconde. Elle peut permettre de construire une éducation qui associe initiative personnelle, responsabilité et solidarité.

Mais elle peut aussi produire des tensions lorsque les messages deviennent contradictoires :

- « Choisis ton avenir », mais aussi : « Choisis ce que nous avons prévu pour toi. »
- « Exprime-toi », mais aussi : « Ne remets jamais la parole de l'adulte en question. »
- « Deviens autonome », mais aussi : « Ta réussite appartient d'abord à la famille. »

Le problème ne réside pas dans la présence de plusieurs valeurs. Il apparaît lorsque ces valeurs ne peuvent pas être discutées, hiérarchisées et rendues compatibles.

Le parent comme médiateur

Dans ce contexte, le rôle du parent devient particulièrement exigeant.

Il ne lui suffit plus de transmettre les règles reçues des générations précédentes. Il doit également chercher à comprendre le monde dans lequel son adolescent grandit. Ce monde n'est plus exactement celui de son enfance.

Les jeunes sont exposés à d'autres modèles de réussite, d'autres manières de parler des émotions, d'autres conceptions de l'autorité et d'autres représentations de la liberté.

Le parent se trouve ainsi entre plusieurs exigences :

- préserver des repères familiaux ;
- accompagner la réussite et l'apprentissage ;
- reconnaître la singularité du jeune ;
- maintenir le respect entre les générations ;
- préparer à l'autonomie ;
- conserver le sens de la solidarité.

Sa fonction devient une fonction de médiation. Il lui faut traduire entre l'héritage et le présent, entre les valeurs collectives et les aspirations individuelles, entre ce qui mérite d'être transmis et ce qui demande à être transformé.

Cette médiation ne suppose pas de choisir mécaniquement entre une éducation dite traditionnelle et une éducation dite moderne. Elle invite plutôt à poser des questions concrètes :

- 1 Quelles limites sont essentielles à la sécurité et au respect ?
- 2 Quelles règles ne correspondent plus à la réalité actuelle ?
- 3 Quelle liberté le jeune est-il prêt à exercer ?
- 4 Quelles responsabilités peut-il réellement assumer ?
- 5 Quelles valeurs voulons-nous transmettre, et pour quelles raisons ?
- 6 Quelle place laissons-nous à sa parole lorsque son point de vue diffère du nôtre ?

Vers une autonomie relationnelle

L'un des enjeux majeurs consiste peut-être à sortir de l'opposition entre autonomie et communauté.

L'objectif éducatif n'est pas nécessairement de former un individu entièrement indépendant, détaché de tous les liens. Il n'est pas davantage de maintenir le jeune dans une dépendance permanente envers sa famille.

Une autre voie est possible : celle de l'autonomie relationnelle.

Être autonome, dans cette perspective, signifie être capable de penser, de choisir et d'agir en reconnaissant à la fois sa propre voix et la réalité des liens dans lesquels on vit. Nos décisions ont des conséquences pour nous-mêmes et pour les autres.

Cette autonomie ne se définit pas par la rupture. Elle se définit par la responsabilité. Elle permet au jeune de construire sa trajectoire sans considérer la famille comme un obstacle à dépasser. Elle lui permet aussi d'appartenir à un groupe sans devoir renoncer à toute singularité personnelle.

L'autorité parentale peut alors changer de finalité. Il ne s'agit plus seulement d'obtenir l'obéissance, mais de former progressivement une personne capable de discernement.

Rester présent sans se durcir

L'autorité ne devient pas plus solide en se durcissant. Elle le devient lorsqu'elle sait maintenir les repères essentiels, préserver le lien et ajuster sa manière d'entrer en relation.

Rester présent ne signifie pas tout accepter.

Préserver le lien ne signifie pas renoncer aux limites.

Encourager l'autonomie ne signifie pas abandonner le jeune à lui-même.

La solidité parentale réside dans la capacité à tenir ensemble ces différentes exigences. Elle se reconnaît lorsque le parent peut dire non sans humilier, écouter sans céder à tout, expliquer sans se justifier constamment et laisser grandir sans se retirer.

L'adolescence devient alors une période d'apprentissage pour toute la famille. L'adolescent apprend à devenir lui-même. Le parent apprend à l'accompagner autrement.

Une conversation qui peut se poursuivre

Le livre 10 repères pour traverser l'adolescence prolonge cette réflexion à partir de scènes familiales concrètes. Il ne propose pas un modèle éducatif unique. Il offre des points d'appui pour comprendre ce qui change, maintenir le dialogue, poser des limites justes, accompagner l'autonomie et préserver le lien.

Le livre broché et le parcours numérique permettent deux manières distinctes d'entrer dans cette conversation.

Pour approfondir

- Cigdem Kağıtçıbaşı, « Adolescent Autonomy-Relatedness and the Family in Cultural Context: What Is Optimal? », *Journal of Research on Adolescence*, 2013.
- Chao-Sheng Kuo et Yih-Lan Liu, « Trajectories of Individuating and Relating Autonomy in Adolescence », *Journal of Youth and Adolescence*, 2026.
- Organisation mondiale de la Santé, indicateur sur les relations familiales positives à l'adolescence.
- « Are concepts of adolescence from the Global North appropriate for Africa? A debate », *BMJ Global Health*, 2023.
- Étude menée auprès d'adolescents au Ghana sur le sentiment d'appartenance, le soutien familial à l'autonomie et les inégalités socio-économiques, 2020.