

LE RESPECT DE SOI

Fais-tu partie des ados qui se plaisent à avoir l'air *sexy* et *hot* ? Comme eux, tu utilises ces expressions avec humour et manifestes un comportement équilibré. Cela veut dire que tu aimes t'habiller à la mode pour bien paraître, manifester ton originalité propre et une intensité, signe de santé ! Ta vie amoureuse et sexuelle se développe progressivement tout en te permettant de construire ta personnalité et terminer des études qui te permettront d'entrer sur le marché du travail. Ton groupe d'amis est fort présent et les relations avec tes parents plutôt harmonieuses.

Certains autres cependant souffrent d'un mal de notre époque qui s'appelle *l'hypersexualisation*. Cela veut dire que la sexualité est présente dans leur vie de façon précoce et exagérée. Les sexologues parlent d'une sexualité qui a débuté avant l'âge de 14 ans. En général, elle est l'indice d'une fragilité personnelle et aussi d'une carence en présence paternelle. Parfois ces comportements indiquent qu'il y a eu abus sexuels en bas âge ou au début de l'adolescence.

Une adolescente de 14 ans qui vit avec son copain de 22 ans toutes les fins de semaine me confie qu'elle se sent comme une *Femme-qui-aime-trop de 40 ans* tant sa souffrance émotionnelle est grande. Élevée seule par sa mère actuellement désarmée, elle se sent dépendante des moindres tribulations de son copain. Prend-il une bière avec une amie de son âge pendant qu'elle fait ses devoirs et elle tombe en panique de crainte d'être abandonnée. Leurs cellulaires n'arrêtent pas de sonner. Ses études en souffrent et elle ne peut fréquenter aucun ami de son groupe tant elle est préoccupée.

Chaque année, plusieurs adolescentes deviennent enceintes et gardent leur bébé; elles finissent par reprendre leurs études pendant leur grossesse, conscientes de la responsabilité qui leur incombe. Les jeunes pères sont aussi impliqués. Mais soyons réaliste, n'est-il pas préférable de fonder une famille lorsque l'on en a les moyens ?

Il y a aussi de très jeunes filles qui pour se valoriser se déshabillent devant leur Web Cam. Lors d'une prise de conscience, une ado a finalement choisi de se faire un copain de son âge et de se remettre à ses études. Elle a reçu le soutien de ses parents et d'une voisine amie de la famille qui souhaitait la voir heureuse.

Tes parents ont dû te parler de la *révolution sexuelle* qui a permis à de nombreuses personnes de s'épanouir et nous devons nous en réjouir. Par contre, il est important que tu saches que des excès causés par des manques de jugement et de maturité ont des effets à long terme. Pense aux enfants non désirés et aussi aux maladies transmises sexuellement par manque d'attention à utiliser le condom. Sans doute connais-tu des jeunes qui sont blessés émotionnellement parce qu'ils n'ont pu se faire respecter.

Le bonheur et la joie d'aimer passe d'abord par le respect de soi. Une certaine pudeur peut-être de bon aloi pour bien marquer ses limites lorsqu'une autre personne outrepatte ce que l'on souhaite vraiment. C'est très important que tu saches reconnaître en toi ce que tu souhaites vraiment et l'affirme avec conviction.

Claire Leduc

Travailleuse sociale

Thérapeute conjugale et familiale