

kaizen

kaizen

construire un autre monde,
pas à pas...

HORS-SÉRIE n°9

Tome 3
12 à 18 ans

Pour une adolescence joyeuse

Viure son adolescence en paix
avec les autres et soi-même



Le voyage à l'étranger : un « trip » identitaire

Partir à l'étranger est une merveilleuse façon d'aller au-delà de ses peurs, de rencontrer l'inconnu et de confronter son modèle familial à d'autres. Un horizon totalement en phase avec les besoins de l'adolescent.

A l'adolescence, un voyage à l'étranger peut être très bénéfique. « Pour devenir adulte, l'adolescent a besoin de se détacher de ses parents physiquement, mais surtout psychiquement », explique Florence Millot, psychologue pour enfants et adolescents à Paris. « Le voyage répond à un besoin de remise en question. L'adolescent va devoir adopter une posture psychique beaucoup plus ouverte pour comprendre une nouvelle culture. Loin de ses repères, il va se tourner vers les autres et mobiliser des ressources qu'il sous-estimait peut-être, comme la curiosité et l'audace. Il se produit un remaniement des pensées et du ressenti visible au niveau neuronal. Le jeune en retire toujours une plus grande ouverture d'esprit et une plus grande adaptabilité. »

Les Français semblent convaincus de ces bienfaits, car deux tiers d'entre eux considèrent que le séjour à l'étranger pour les jeunes est une expérience nécessaire ou incontournable, selon une étude du Crédoc de 2015. Il existe différents types de séjours possibles sur le temps des vacances scolaires : linguistiques et culturels, éducatifs et sportifs ou basés sur le volontariat écologique ou humanitaire. Mais la tendance est toutefois d'associer les langues au sport, à l'art ou à la détente, selon les préférences de l'ado.

Tous les ans, environ 350 000 jeunes de 10 à 18 ans partent en séjour linguistique extrascolaire à l'étranger selon l'Office national de garantie des séjours et stages linguistiques (ONGSSL). Avec un prix moyen avoisinant les 1 500 euros pour deux semaines, le coût peut être un frein. C'est la raison qui a poussé Laure Colombier, maman de deux garçons, à créer l'association Kinder Exchange. « Au départ, je cherchais des familles d'accueil pour mes enfants. Je ne voulais pas déboursier 2 000 euros pour deux semaines. J'en ai trouvé en mettant à profit mes contacts

à l'étranger. Puis d'autres parents m'ont sollicitée. De là est né Kinder Exchange. Nous organisons un échange linguistique et culturel entre familles qui s'engagent réciproquement à accueillir l'enfant. Elles sont sélectionnées grâce à nos coordonnateurs dans les différents pays. La majorité des échanges se passent l'été, avec l'Espagne, l'Italie, le Canada, l'Allemagne... » Il en coûte 400 euros à la famille, hors frais de transport et d'assurance.

Même pour un séjour linguistique ou culturel de courte durée, il est bon de se renseigner sur l'organisateur. Deux labels de référence, l'Office et l'Unosel, apportent des garanties sur la sélection des familles, la présence d'un relais sur place... « Les parents ont parfois des appréhensions à laisser partir leurs enfants. Je ne vois vraiment aucune contre-indication, sauf si l'adolescent est en souffrance, en proie à des conduites à risque ou renfermé à l'extrême », précise Florence Millot.

POUR CEUX QUI ONT ENVIE DE S'ENGAGER : LES CHANTIERS INTERNATIONAUX

Les adolescents qui souhaitent se rendre utiles et s'engager dans une cause sociale, écologique ou humanitaire peuvent être intéressés par les chantiers internationaux. Pendant deux à trois semaines, les jeunes contribuent à un projet de développement local. La langue parlée est l'anglais, l'hébergement et la nourriture sont inclus, et tout le monde participe aux tâches du quotidien. Le portail de référence est l'association Solidarités jeunesse, membre du réseau Cotravail. « Nous coordonnons les offres pour les Français qui souhaitent aller à l'étranger grâce à nos partenaires internationaux, principalement en Europe, mais aussi aux États-Unis, en Corée du Sud ou à Haïti », explique Julia

LE « GAP YEAR » : UNE ANNÉE À PRÉPARER

Trois questions à Barbara Muntaner, rédactrice en chef de Cidj.com, le site du Centre d'information et de documentation jeunesse.

POUVEZ-VOUS EXPLIQUER EN QUOI CONSISTE LE « GAP YEAR » ?

Il s'agit d'une année pendant laquelle un jeune part vivre à l'étranger, généralement après avoir décroché son baccalauréat. Cette pratique est très répandue dans les pays d'Europe du Nord. Elle permet aux jeunes de se confronter à d'autres cultures, de multiplier leurs expériences et, ce faisant, de mûrir leur projet professionnel.

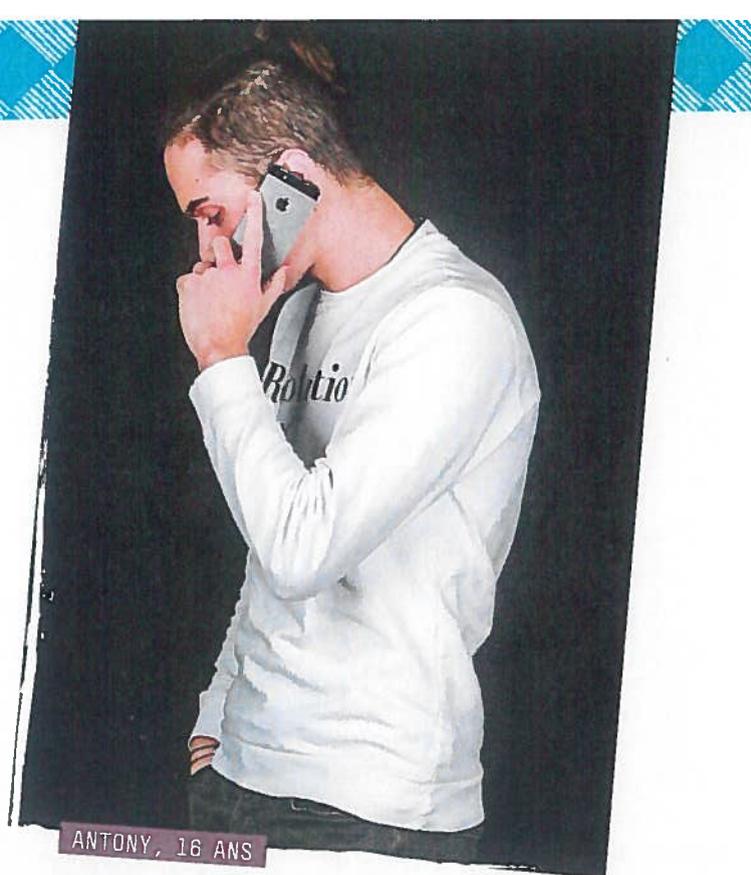
EST-IL FACILE DE RÉALISER CELA EN FRANCE ?

C'est tout à fait possible et plus facile à gérer sur le plan administratif en année postbac. Mais cela demande un peu d'organisation. Il faut bien anticiper de se reconnecter sur le portail d'admission postbac le 20 février avec l'identifiant donné en terminale pour entrer ses vœux d'études. Si le souhait est de faire une classe prépa, il faut préparer les documents nécessaires du dossier de candidature et les confier à des proches qui les enverront à la date voulue.

QUELS CONSEILS DONNERIEZ-VOUS ?

Il est bon d'avoir un projet construit : travailler, faire du volontariat ou même voyager, mais en ayant prévu un budget. Je recommande aussi de bien préparer son retour, à la fois pour se sécuriser, mais aussi pour le rendre moins difficile.

Martin. « Les adolescents sont mobilisés une vingtaine d'heures par semaine maximum, le reste du temps étant dédié aux loisirs. Nous invitons les jeunes et les parents à être vigilants face à certaines associations qui leur demanderaient une forte participation financière. » Chez Solidarités jeunesse, le coût de l'inscription est de 150 euros. À 16 ans, Alice Bataillon a fait un chantier international de trois semaines aux États-Unis en juillet 2016. « Pour ma première expérience de volontariat, j'appréhendais



ANTHONY, 16 ANS

« JE SUIS ASSEZ PRESSÉ DE DEVENIR ADULTE. POUR MOI, C'EST UNE FAÇON DE PENSER, DE RÉFLÉCHIR, DE PRENDRE DU RECUL ET DES DÉCISIONS MESURÉES. »

un peu », raconte-t-elle. « À Burlington [Vermont], j'ai nettoyé les parcs de la ville, construit des chemins pour les randonneurs et récolté des légumes pour les personnes en difficulté. Ça m'a beaucoup plu. Je me suis sentie utile et j'ai rencontré des gens formidables. Cette aventure m'a fait grandir et je me sens plus autonome. »

Un voyage à l'étranger aide à prendre du recul et de la maturité, un motif qui peut donner envie de vivre une année de mobilité internationale après son bac. Ce projet se construit en année de terminale, car il suppose une bonne anticipation. Juste après son baccalauréat, Nathan Carletto est parti une année aux États-Unis avec l'association WEP, un voyage qu'il mûrissait depuis le collège. « C'était un vrai kif pour moi, j'en suis sorti grandi. À mon retour, je suis allé en fac de langues. »

« Sur un long séjour – six mois à un an –, l'adolescent vit le changement dans son corps », explique Florence Millot. Il faut s'attendre à ce qu'il revienne transformé, plus apte à s'adapter, mais aussi à se réinventer. ■