**Est-ce que ça arrive à tout le monde ?**

**Jan Von Holleben et Antje Helms (Roland Fuentès)**

Syros

160 pages

9782748514896

15 euros

http://www.chapitre.com/CHAPITRE/fr/BOOK/von-holleben-jan/est-ce-que-ca-arrive-a-tout-le-monde,60956486.aspx

*20 avril 2014*

Ce nouveau documentaire que publient les Editions **Syros** aborde le sujet inépuisable et récurrent de l’adolescence mais, par sa conception graphique déjà, semble vouloir se démarquer un peu. Léger, drôle et sans gravité apparente, la couverture et le titre de l’ouvrage annoncent la tonalité : **l’adolescence n’est pas un drame**. C’est un passage incontournable pour devenir adulte, plein de changements, de découvertes inattendues, parfois déconcertantes ou déstabilisantes mais jamais insurmontables et surtout pas hors-normes.

Ainsi la finalité de ce guide, élaboré à partir de plus de **70 questions**, est de s’épanouir, de se révéler en tant qu’homme ou femme, de prendre confiance en soi, en comprenant pourquoi et comment notre corps se transforme. Sans tabou, de manière objective et instructive, le livre éclaire sur les doutes, rassure sur les peurs et inquiétudes, apaise le sentiment de honte ou de culpabilité fréquents chez l’ado, participe à son émancipation dans le respect de la loi, sans le contraindre autrement. Ni morale, ni jugement, ni direction imposés : l’ado est libre d’agir comme il l’entend, avec les informations qu’il a reçues, s’en départir ou s’en servir pour grandir et se construire, parvenir à être en accord avec la vie qu’il mène, au mieux avec ses choix.

A la fois sérieux et drôle, bienveillant et doucement provocateur, il est une aide utile non seulement pour les jeunes mais également pour les parents, parfois désarmés pour répondre à certaines questions, devenus eux-mêmes souvent amnésiques face à leurs propres angoisses d’ado et peut créer l’opportunité d’échanges nouveaux moins complexés, moins maladroits entre ces générations.

A l’origine allemand, ce documentaire, rédigé par la journaliste indépendante **Antje Helms** a été adapté pour la France par **Jessie Mangana**, auteure des **Mots indispensables pour parler du Sexisme** (Syros) et est illustré dans la bonne humeur par des photographies représentant 30 jeunes en mouvement et plutôt gais, très contemporains, vifs et expressifs, à l’opposé des caricatures amorphes et taciturnes de l’ado mal dans sa peau.

Grâce à un langage courant accessible, des explications souvent concises et directes, l’ouvrage aborde avec beaucoup de naturel, différentes problématiques relatives à la puberté, aux différences fille-garçon, au sentiment amoureux, au sexe et à la reproduction et alterne questions académiques *(Comment se manifeste la puberté ? A quelle fréquence surviennent les règles ? Les préservatifs sont-ils fiables ? Qu’est-ce qu’un orgasme ?)* et questions plus inattendues ou plus intimes *(Est-ce que c’est grave de se raser ou de s’épiler dès 11-12 ans ? Les tampons font-ils mal ? Comment on embrasse ? Combien de fois par semaine peut-on se masturber ? Ai-je le droit de regarder des films pornos sur mon téléphone ?)*

Les réponses apportées sont volontairement libérées des contraintes de langage, évitent tout conformisme ou jugement moral, s’efforcent d’être le plus objectives et explicatives possible, préviennent des risques éventuels et rappellent la loi, le cas échéant, mais ne condamnent ni ne blâment. L’essentiel est d’atténuer un éventuel *désarroi (Que faire quand quelqu’un m’aime et que je ne l’aime pas ? Est-ce que toutes les filles saignent la 1ère fois ?),* relativiser certains changements corporels *(Que faire contre les boutons d’acné ?)* ou émotions exacerbées (*Pourquoi se sent-on plus fort qu’avant ?*) et d’aider de manière concrète le jeune parfois confronté à certaines épreuves plus difficiles *(Que faire si on est enceinte et qu’on ne veut pas le dire à ses parents ? Que faire si mon amoureuse est enceinte ?)*

Un ouvrage qui devrait libérer la parole, lever des tabous, percer quelques mystères. Rassurant, respectueux et tolérant mais sans excentricité. A mettre entre toutes les mains **dès 11 ans**.

Cécile Pellerin