



Les défis de l'adolescence

À l'adolescence, on a parfois l'impression de chercher son chemin dans un labyrinthe : soudainement, tout semble différent et on essaie de comprendre les changements qui nous arrivent. La rentrée à l'école secondaire est un gros changement... tu peux te sentir comme un petit poisson dans un très grand aquarium, alors que juste avant, tu étais le gros poisson dans un petit aquarium. Tout au long de ta traversée du labyrinthe de l'adolescence, tu apprendras beaucoup de choses. Tous les adolescents trouvent que ces années sont remplies de défis – tu n'es pas seul ou seule.

En tant que personne amputée, tu devras faire face à un plus grand nombre de défis que les autres adolescents. Alors que tous les adolescents ressentent le besoin d'être acceptés par les autres et de faire partie d'un groupe d'amis, toi, tu t'inquièteras probablement aussi de ce que les autres pensent de ton amputation et de ton membre artificiel.

Pense à quand tu étais plus jeune. Est-ce que tu perçois différemment, aujourd'hui, ton amputation ou ton membre artificiel? Est-ce que tu t'inquiètes plus qu'avant de ce que les autres peuvent dire ou penser? Est-ce que tu portes des manches longues ou des pantalons, même quand il fait très chaud, pour que ton amputation soit moins visible? Est-ce que tu te demandes si tu pourras toujours faire comme tes amis? Est-ce que tu t'inquiètes de ce que ton copain ou ta copine pensera de ton amputation, ou même, est-ce que tu te demandes si tu rencontreras quelqu'un? Si tu as répondu oui à n'importe laquelle de ces questions, tu es un adolescent normal ou une adolescente normale qui a une amputation.

Selon l'amputation (membre supérieur ou membre inférieur), certains des défis qui se présentent aux adolescents amputés sont les mêmes, d'autres sont différents.

Voici quelques mots de doyens du Programme LES VAINQUEURS qui nous racontent des expériences qu'ils ont vécues pendant leur adolescence :

« C'est étonnant comme nos pensées et la perception de soi-même peuvent changer en l'espace d'une seule année. Durant mes premières années à l'école, je portais toujours ma main artificielle. Un jour, vers la fin du primaire, j'ai dû aller à l'école sans ma prothèse, je ne me souviens plus exactement pourquoi (je crois qu'elle était en réparation). À partir de ce moment, j'ai perdu l'habitude de la porter. Mais à l'école secondaire, les choses ont changé. J'ai commencé à me préoccuper de mon physique, et soudainement, un matin, j'ai ressenti le besoin de remettre ma main artificielle. J'ai donc recommencé à porter ma prothèse pour aller à l'école. » – Patrick



« Toutes les filles, un jour ou l'autre, se sentent gênées ou préoccupées par leur apparence. Je suppose que mon bras est plus visible que d'autres choses, et lorsque j'arrive à ne pas trop y penser, je me sens mieux. Mais il y a des journées où tout va de travers. Ces jours-là, ma prothèse ne fonctionne pas comme je le voudrais ou j'ai de la difficulté à faire certaines choses. Je me dis alors que ça ira mieux demain. Comme le dit le dicton, *demain sera un autre jour!* Et en général, je me sens mieux le lendemain. » – Annie

« Quand j'étais adolescente, ce qui me causait le plus de souci, c'était les sorties, les soirées de danse, des choses comme ça. Ma jambe est un peu tournée vers l'extérieur et elle n'est pas très stable quand je danse, alors je me disais... on porte des jupes... les gens vont voir... Mais maintenant, je ne m'en fais plus du tout. Si je rencontre quelqu'un qui me plaît et que nous avons rendez-vous pour une sortie, j'en parle dès le départ. » – Josiane

« Je me fatigue plus vite que les autres jeunes de mon âge à cause de mon pied artificiel, qui me fait dépenser plus d'énergie. Cet effort supplémentaire, je n'ai aucun problème à le fournir. J'adore les sports et ça ne me gêne pas de travailler plus fort ou d'essayer plus d'une fois pour réussir. » – Jonathan

« Quand j'avais 13 ou 14 ans, je m'inquiétais au sujet des fréquentations, de ce que penserait ma partenaire de mon bras artificiel. Par exemple, est-ce qu'elle aurait peur de le toucher, ou est-ce qu'elle aimerait marcher avec moi main dans la main? Il faut que tu acceptes qui tu es, et tant que tu n'y arriveras pas, la question des fréquentations pourra être difficile. Et si tu te demandes comment se sent ta copine face à ta prothèse, tu dois simplement poser la question : "Est-ce que ça te dérange si je mets mon bras artificiel autour de ta taille pendant que nous dansons?" Si tu ne le demandes pas, tu ne le sauras pas. » – Pascal



« À l'adolescence, je n'avais pas beaucoup confiance en moi. Pourtant, quelques années plus tôt, quand j'étais encore un enfant, c'était différent. À cette époque, si quelqu'un ne m'aimait pas tel que j'étais, c'était son problème. Cette attitude, je l'ai retrouvée vers la fin de mon adolescence, vers 16 ou 17 ans. J'avais un peu plus confiance en moi, j'avais accepté qui j'étais. Aujourd'hui, je suis marié, et quand ma conjointe m'accompagne chez le prothésiste, elle me dit "J'aime tes jambes. Elles sont très bien. Je ne voudrais pas que tu sois autrement." Cela me fait plaisir, parce que ça contrebalance cette partie de moi qui, à 13 ou 14 ans, aurait tellement voulu être exactement comme les autres. » – Sébastien

Tu penses peut-être que certains de tes amis vivent leur adolescence sans le moindre problème ou la moindre inquiétude, mais il faut que tu saches que tout le monde a ses problèmes. Les difficultés des autres sont parfois différentes des tiennes, parfois semblables. Une chose est sûre, chacun a ses propres obstacles à surmonter.

Dans quelques années, tu regarderas derrière toi avec un sentiment d'accomplissement. En voyant comment tu as relevé les défis qui se présentaient à toi, tu ressentiras une grande fierté!

La production vidéo *Allô Ados* est une très bonne ressource pour toi et pour ta famille. Pour en commander une copie, communique avec la Division du Programme LES VAINQUEURS, en appelant au **1 800 267-4023** ou en envoyant un courriel à **vainqueurs@amputesdeguerre.ca**.