

TA SITUATION

Étant donné les nombreuses pressions qui s'exercent dans la société, il n'est pas facile aujourd'hui d'être adolescent. La vie s'écoule à un rythme rapide et il faut vite s'adapter. Les adolescents se font souvent répéter de s'empresser de grandir pour devenir indépendant. Or, le développement humain n'est pas un processus qu'on peut hâter. Chaque personne suit son propre rythme de développement qu'il importe de respecter.

Les parents ont un rôle important à jouer dans ce développement mais, malgré les grands efforts qu'ils déploient, ils sont appelés à commettre des erreurs. La communication est sans doute ce qui fait le plus souvent défaut entre les adolescents et les parents. Ceux-ci devraient se parler régulièrement et se faire confiance. Ils ont davantage à se raconter leur vie et à s'intéresser à leurs activités mutuelles. Chacun devrait faire preuve d'une ouverture d'esprit suffisante pour pouvoir aborder des sentiments, des controverses et même, leurs rêves. L'un des plus grands défis consiste à *chercher de véritables solutions* face aux obstacles qui se dressent plutôt que de réagir en se plaignant, en critiquant ou en portant des jugements.

Tout adolescent a des besoins qui lui sont propres. Sur certains plans, ces besoins sont sans doute comblés tandis que sur d'autres, il faut s'y attarder plus sérieusement. Ainsi, sur le plan physique, tu as besoin de manger et de boire. Sur le plan social, tu as besoin d'amis et sur le plan émotif, tu as besoin de sécurité. L'adolescence est une période au cours de laquelle le jeune apprend peu à peu à combler ses besoins par lui-même bien qu'il

ait encore besoin de pouvoir compter sur ses parents pendant cette étape de transition.

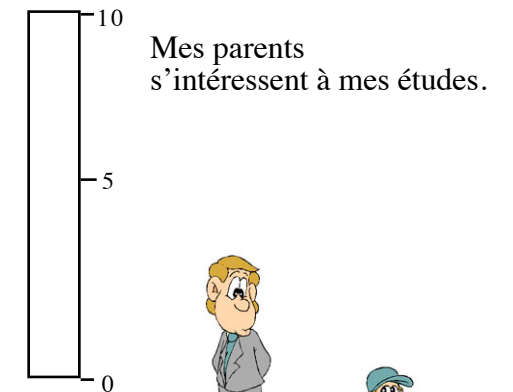
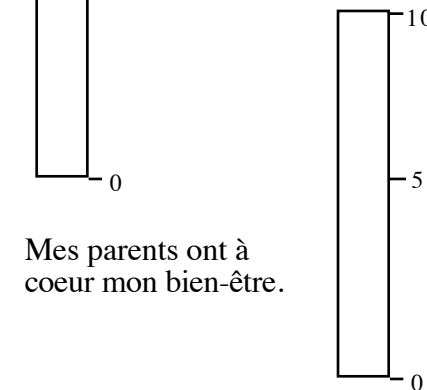
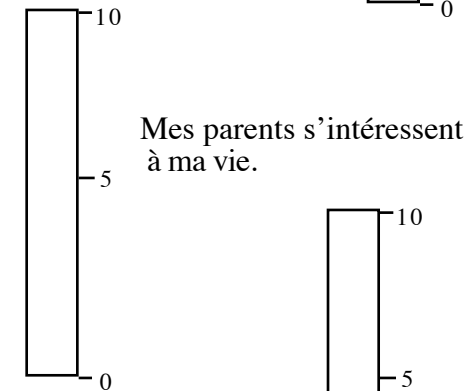
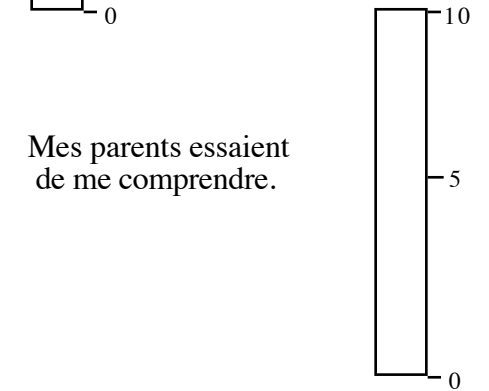
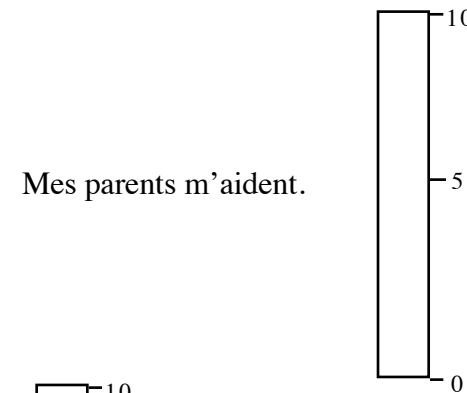
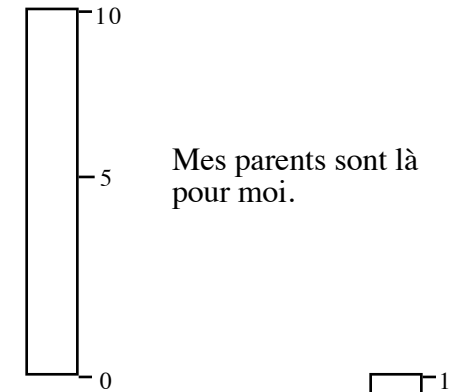
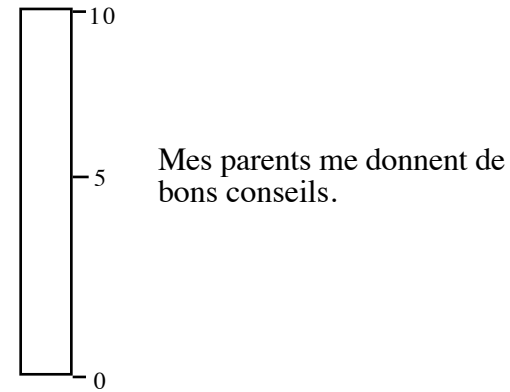
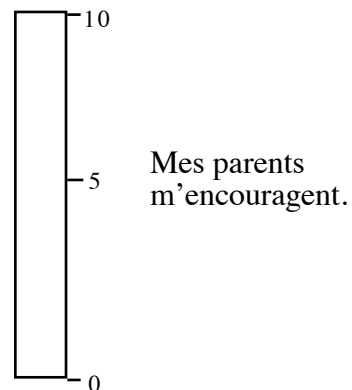
Dans les activités qui suivent, tu dois juger dans quelle mesure tes parents comblent certains de tes besoins. Le but n'est pas de critiquer tes parents, mais de mieux connaître tes besoins. Il est possible que tes perceptions et celles de tes parents diffèrent. Il faudrait alors communiquer et discuter avec eux de manière à rapprocher vos points de vue.



Papa, parfois, il vaut mieux se la fermer!

RÉFLEXIONS

1. Imagine un graphique à colonnes ayant un échelle de 1 à 10 pour représenter les données suivantes :



Nul besoin de parents pour creuser son trou!

- Compte tenu des graphiques, dans quelle mesure peux-tu compter sur tes parents? Quand le moment sera approprié, écris-leur une note pour leur dire ce que tu apprécies chez eux.

- Choisis un domaine où tu as besoin de soutien et que tu voudrais améliorer. Imagine des moyens concrets de le faire et propose-les à tes parents.



Y'a pas juste les sports pour s'épanouir!

EN JASANT AVEC TES AMIS

- Dresse une liste de défis qui se présentent dans ta vie actuelle.
- Mets-les en ordre, du plus difficile au plus facile.
- Mets-les en ordre, du plus important au moins important.

- Face à tes défis, quels sont les obstacles auxquels tu te heurtes le plus souvent?
- D'après toi, à quels autres défis devras-tu faire face prochainement?

ÉCHANGE AVEC TES PARENTS

- Quelles sont les petites marques d'affection que tu aimes recevoir de tes parents?

- De quoi aimes-tu parler avec tes parents?

- Partage avec tes parents ce que tu aimes d'eux et demande-leur de te dire ce qu'ils aiment de toi.

- À l'adolescence, il arrive de « perdre les pédales » et de s'énerver inutilement. Es-tu capable de t'en excuser? Si tes parents en font autant, sont-ils capables, eux aussi, de s'en excuser?

- Qu'est-ce que ça veut dire pour toi d'être traité « d'égal à égal »? Et pour tes parents? Ensemble, composez une définition et mettez-la par écrit.

Note importante

L'adolescence est une période de la vie très excitante, mais en même temps, elle est porteuse de questions, d'émotions et d'opinions sur la vie. Ces dépliants ont été écrits pour alimenter ta propre réflexion ainsi que les échanges avec tes amis et tes parents. À toi de choisir avec qui tu veux échanger! Toutefois, souviens-toi que face à des problèmes importants, ce n'est pas un signe de faiblesse d'aller voir un enseignant, un psychoéducateur, un psychologue ou un médecin de famille. C'est plutôt une preuve de courage pour changer des choses dans ta vie. N'hésite donc pas à consulter une personne de confiance face à tes soucis.

DROIT DE REPRODUCTION

La permission de reproduire intégralement ce dépliant est accordée à:

Conseil scolaire de district catholique du Centre-Sud

Projet du comité de participation de parents
Tél : (416) 397-6564

Internet : www.csdccs.edu.on.ca

Expiration: Janvier 2013

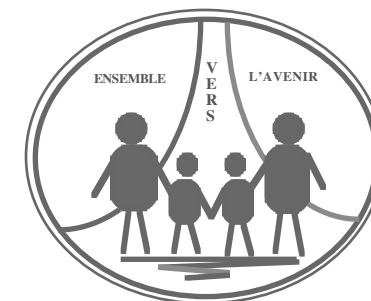
Pour commander vos séries personnelles de dépliants ou pour obtenir d'autres conseils, visitez notre site Internet à www.petitconseiller.com ou communiquez avec nous par téléphone au (613) 749-2392.

© Tous droits réservés. Le Petit Conseiller - 2001
Droit de reproduction interdit par quelque procédé que ce soit sans une autorisation écrite de l'éditeur.

LE PETIT CONSEILLER

Les besoins des adolescents; rien de plus normal!

(Partie 1)



*Ados n° 1
Version pour les ados*