

TA SITUATION

Nombreux sont ceux qui croient que la vie sociale est synonyme de loisir, alors qu'en fait la socialisation est un besoin humain fondamental. Personne ne peut vivre dans la solitude sans en souffrir. À l'adolescence, la socialisation revêt une grande importance. Elle te permet, entre autres, de te détacher de tes parents et d'acquérir ta propre identité à l'égard des autres. Il n'est donc pas surprenant de constater que les adolescents concentrent leurs énergies sur leurs amis plutôt que sur leurs parents.



La socialisation, c'est ça ?

Comme pour ta santé physique, ta santé sociale ne doit pas être négligée. En fait, elle est si importante qu'elle a des répercussions sur ta réussite à l'école. Voici en partie pourquoi : quand une personne vit des conflits et des difficultés sociales, elle a naturellement tendance à penser à ses problèmes. Inévitablement, elle manquera de concentration à l'école et à la maison parce que ses problèmes pèsent trop lourdement sur ses épaules. Plutôt que de profiter de la vie, elle consacrera davantage ses énergies mentale et émotive à sa situation sociale.

Pour avoir une bonne vie sociale, il n'est pas nécessaire d'être la personne la plus populaire à l'école ou encore d'avoir de

nombreux amis. En fait, comme chacun d'entre nous est unique, il faut apprendre à se connaître suffisamment pour savoir ce qui nous convient. Ainsi, pour être heureuses, certaines personnes ont besoin d'un plus grand nombre d'amis tandis que d'autres seront tout à fait satisfaites d'en avoir quelques-uns.

Quand on se retrouve sans ami, il faut s'interroger et tenter de comprendre ce qui se passe. Tes parents devraient être en mesure de t'aider; si ce n'est pas le cas, il faut prendre ton courage à deux mains pour aller chercher l'aide nécessaire auprès d'un/e intervenant/e. La vie est trop précieuse pour la vivre dans la solitude.

RÉFLEXIONS

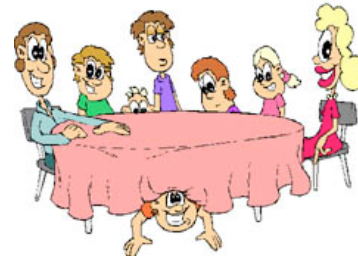
1. Découvre ta façon de concevoir l'amitié. Dans quelle mesure es-tu d'accord avec les énoncés ci-dessous au sujet de l'amitié?

Pas d'accord	Plus ou moins d'accord	D'accord
1	2	3

Un bon ami ou une bonne amie est une personne qui :

- a) me donne des conseils.
- b) sait affirmer ses convictions.
- c) s'adonne à des activités constructives avec moi.
- d) discute avec moi pour régler des problèmes.
- e) possède des intérêts communs avec moi.
- f) peut parler de n'importe quel sujet.
- g) s'accroche à moi, et moi à elle.
- h) doit être toujours là pour moi.
- i) sait me faire plaisir.
- j) est capable de me reconforter.
- k) est ouvert et révèle tout à son sujet.
- l) sait à quel moment donner.
- m) peut et doit recevoir.

- n) peut m'aider à remédier à mes faiblesses.
- o) sait mettre ses qualités et ses talents au profit des autres.
- p) doit me protéger et voir à mon bien-être.
- q) est capable d'échanger ses opinions avec moi.
- r) sait écouter les opinions des autres.
- s) doit me faire savoir quand mon attitude est négative.
- t) est capable de dire « non ».
- u) sur qui je peux compter dans les situations critiques de ma vie.
- v) est discret au sujet de notre relation.
- w) respecte toujours ma personne, mes idées et mes sentiments.
- x) est capable de régler positivement les conflits qui surgissent.
- y) accepte mes limites quant à la drogue, la sexualité et l'alcool.
- z) est capable de m'encourager dans la réussite et de me soutenir dans la défaite.



Mes amis et moi sommes une grande famille!

2. Pense à ton meilleur ami ou à ta meilleure amie et vérifie dans quelle mesure les énoncés suivants s'applique à lui ou à elle.

Pas d'accord	Plus ou moins d'accord	D'accord
1	2	3

Il (elle) :

- a) me donne des conseils.
- b) sait affirmer ses convictions.

- c) s'adonne à des activités constructives avec moi.
- d) discute avec moi pour régler des problèmes.
- e) possède des intérêts communs avec moi.
- f) peut parler de n'importe quel sujet.
- g) s'accroche à moi, et moi à lui (elle).
- h) doit être toujours là pour moi.
- i) sait me faire plaisir.
- j) est capable de me reconforter.
- k) est ouvert et révèle tout à son sujet.
- l) sait à quel moment donner.
- m) peut et doit recevoir.
- n) peut m'aider à remédier à mes faiblesses.
- o) sait mettre ses qualités et ses talents au profit des autres.
- p) doit me protéger et voir à mon bien-être.
- q) est capable d'échanger ses opinions avec moi.
- r) sait écouter les opinions des autres.
- s) doit me faire savoir quand mon attitude est négative.
- t) est capable de dire « non ».
- u) sur qui je peux compter dans les situations critiques de ma vie.
- v) est discret au sujet de notre relation.
- w) respecte toujours ma personne, mes idées et mes sentiments.
- x) est capable de régler positivement les conflits qui surgissent.
- y) accepte mes limites quant à la drogue, la sexualité et l'alcool.
- z) est capable de m'encourager dans la réussite et me soutenir dans la défaite.

3. La première activité te permet de déterminer tes propres convictions. La seconde te permet de découvrir si les convictions de ton(ta) meilleur(e) ami(e) correspondent aux tiennes. À quelle conclusion en arrives-tu?

* * * * *

EN JASANT AVEC TES AMIS

1. Pourquoi certaines personnes se font facilement des amis tandis que pour d'autres, c'est une tâche ardue?

2. Comment vous y prenez-vous pour vous faire de nouveaux amis?

3. Êtes-vous satisfait de votre vie sociale? Si ce n'est pas le cas, de quelle façon pourriez-vous l'améliorer?

4. Si tu as l'impression que ta vie sociale est un désastre et que tu te sens rejeté-e par les autres, es-tu prêt-e à aller chercher de l'aide auprès d'un-e psychoéducateur-trice ou d'un-e psychologue? Dis-toi que le fait de demander de l'aide n'est pas un signe de faiblesse, mais démontre plutôt ta capacité et ta détermination de te prendre en main.

5. Quelle différence faites-vous entre l'amitié et l'amour? Y a-t-il plus que la sexualité qui intervient? Nombreux sont ceux qui croient qu'une solide amitié doit exister pour qu'un véritable amour se développe par la suite. Qu'en pensez-vous?

ÉCHANGE AVEC TES PARENTS

1. Tes parents ont-ils un rôle à jouer dans le choix de tes amis? Si oui, décris ce qu'ils peuvent faire pour toi. Si non, y a-t-il des circonstances particulières dans lesquelles tu aimerais que tes parents t'avisent? Lesquelles?

2. Est-ce que tes parents ont de bonnes relations avec tes amis? Si ce n'est pas le cas, pense au genre de lien que tu aimerais qu'il existe entre tes amis et tes parents, puis prends la peine de leur en parler. Tu aimerais peut-être tout simplement qu'ils se montrent plus accueillants envers tes amis en leur disant « bonjour » et « au revoir » ou qu'ils te permettent de les inviter plus souvent à manger chez toi.



S'il y a six milliards d'habitants sur la terre, comment se fait-il que je n'ai pas d'amis?

3. Au cours de leur adolescence, tes parents ont sûrement connu des aventures de toutes sortes avec leurs amis. Demandez-leur d'en partager quelques-unes avec toi. Il est bien possible que leurs histoires ressemblent à celles que tu vis en ce moment.

4. Pour de nombreux adolescents, leurs meilleurs amis sont leurs parents, mais souvent, ils ne l'avouent pas devant leurs amis. Quels sont les avantages et les inconvénients de cette situation?

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

Tél: Internet : www.csdccs.edu.on.ca

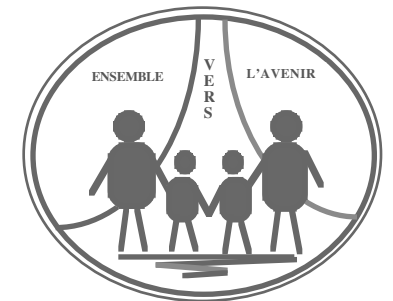
Expiration: Janvier 2013

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

*Des amis, c'est
essentiel!*



*Ados n° 6
Version pour
les ados*