

LE CONTEXTE

Dans un monde où les valeurs matérielles revêtent une grande importance, il peut être étonnant de constater que les besoins de nos adolescents ne sont pas de cet ordre. En fait, ce qui les préoccupe le plus, ce sont d'abord les *valeurs humaines*, et ils iront même jusqu'à remettre en question l'environnement matérialiste et individualiste dans lequel ils peuvent avoir vécu.

Dans la première partie, les jeunes ont mentionné leur besoin d'amour *inconditionnel*, de respect *mutuel*, de compréhension, de soutien et d'encouragement. Voyons maintenant les autres composantes humaines qui les touchent bien souvent au plus profond d'eux-mêmes. À nouveau, ils nous rappellent d'une part, que le soutien des parents à l'adolescence est *indispensable* et d'autre part, que la façon de nous y prendre avec eux contribue directement à faire en sorte que nos rapports soient plus souvent *positifs* que négatifs.



C'est vous qui avez fait de nous des enfants rois!

Soyez « véritablement » à l'écoute.

Pour que nous ayons le sentiment d'être compris, chers parents, vous devez d'abord être *disponibles* pour nous écouter. Sachez qu'être véritablement « à l'écoute » signifie non seulement entendre nos propos,

mais surtout les saisir et *interpréter correctement nos intentions*.

Prenons un exemple. On vous confie que l'un de nous vit une peine d'amour. Comment réagissez-vous? Est-ce que vous ridiculisez la situation? Est-ce que vous tentez de l'amoindrir en disant que c'est là une situation banale et normale dans la vie d'un adolescent? Est-ce que vous nous faites la morale en déclarant que cela ne se serait pas produit si nous avions suivi vos conseils? Est-ce que vous entendez nos déclarations sans rien dire pour ensuite oublier le problème? Toutes ces façons de réagir mettent en lumière votre incompréhension.

Que devriez-vous donc faire? Interrogez-nous afin de connaître les *sentiments* que nous vivons. Est-ce de la tristesse, de la colère, de la frustration ou de la rage? Invitez-nous à exprimer ouvertement ce que nous ressentons en cet instant. Demandez-nous pourquoi nous éprouvons ces sentiments et *reconnaissez* par vos paroles qu'il peut être éprouvant de vivre une telle expérience. Peut-être avons-nous besoin d'être rassurés? Peut-être avons-nous besoin de conseils pour nous aider à surmonter cette épreuve? Y a-t-il quelque chose que vous pouvez faire pour nous? C'est assurément par votre disponibilité, votre présence attentionnée, votre écoute et vos *actes bienveillants* que vous démontrerez le mieux votre compréhension.

L'adolescence est une période de développement normale menant à la vie adulte.

Certains parents affichent une attitude négative face à l'adolescence. Ils n'y voient qu'une période de problèmes

irrécyclables durant cette étape de développement de la personne. Ils ne tardent pas à laisser leurs adolescents se débrouiller seuls en prétextant leur besoin d'autonomie mais en réalité, ils les abandonnent à eux-mêmes. C'est là une grave erreur qui revient à une forme de rejet. Les jeunes saisiront rapidement qu'ils sont délaissés. Ils se tourneront vers d'autres personnes qui ne seront pas toujours d'une grande crédibilité.



Beau temps, mauvais temps, c'est dur à croire que ça va finir un jour!!

À l'adolescence, chers parents, sachez qu'il est normal de vivre des hauts et des bas. Nos émotions sont instables et il nous arrive souvent de contester, d'argumenter et de nous objecter. Il peut être facile pour vous de percevoir et de comprendre une situation quelconque puisque vous pouvez compter sur plusieurs années d'expérience de vie. Or, notre expérience de vie à nous est beaucoup plus limitée. Nous ne pouvons donc pas être, ni penser comme vous. Pour nous, l'opposition est nécessaire pour mettre à l'épreuve nos idées et nos opinions afin de développer notre esprit et de découvrir qui nous sommes - ce qu'on appelle communément « notre identité ». Nous

apprenons maintenant à faire les choses à *notre* manière, selon *notre* conscience et notre personnalité.

Souvenez-vous que ces turbulences sont temporaires et qu'ils cesseront à mesure que nous aurons fait des choix de vie et adopté nos valeurs. Nous ne sommes pas nécessairement de mauvaises personnes parce que nous affichons parfois un comportement réactionnel.

Concentrez-vous davantage sur les aspects positifs.

Nos devoirs ne sont pas faits. Notre chambre n'est pas en ordre. Nous arrivons à l'école en retard. Nous perdons notre emploi. Nous avons des conflits avec nos amis. Nous parlons au téléphone trop longtemps. Nous n'assumons pas nos responsabilités. Nous nous négligeons. . . voilà des comportements typiques de l'adolescence.

Lorsque nous atteignons l'adolescence, il semble que nous devons tout faire parfaitement. On a toutes sortes d'attentes à notre égard qui finissent par peser lourdement. Pourtant, les parents devraient comprendre le stress que nous vivons puisqu'ils y sont eux-mêmes confrontés quotidiennement. Il ne faudrait pas s'attendre à ce que nous maîtrisions tout du jour au lendemain.

Vous dépensez souvent beaucoup d'énergie à vous attarder aux *détails* de nos mauvais comportements, ce qui a pour effet de nuire à notre estime de soi plutôt que de nous corriger. Mettez plutôt en valeur ce qui est *véritablement* important dans la vie et ce qui nous préoccupe... entre autres, notre avenir, nos relations sociales et notre santé.

Apprenez à ne pas tenir compte de certains de nos agissements mêmes s'ils constituent une véritable source d'irritation pour vous car de toute façon, la plupart de ces comportements se corrigeront au fil du temps. En accordant la même importance aux petits gestes qu'aux grands, nous risquons d'être submergés.

En notre compagnie, parlez et discutez franchement de sujets, non seulement de façon superficielle, mais en profondeur. Vous devez vous ouvrir et vous révéler à nous. La drogue, la sexualité, la violence et les amis sont des sujets que nous avons besoin de discuter avec vous pour former nos valeurs. Il nous faut aussi aborder nos sentiments, ce qui nous fait peur, nous angoisse, nous rend malheureux ou au contraire, ce qui nous fait plaisir. Il est bon également que nous connaissions *vos émotions*. Vous ne devriez donc pas hésiter à montrer votre côté humain, c'est-à-dire vos points forts et vos faiblesses. Il est bon de vous entendre dire : « Je m'excuse »; « J'ai fait une erreur »; « J'ai mal compris tes intentions »; « J'aurais dû te faire confiance ».

* * * * *

Lorsqu'un désaccord survient, adoptez une démarche constructive.

Très souvent, on s'attend à ce que nous, les adolescents, soyons de petits adultes. Et pourtant, la maturité de nos émotions ne suit pas nécessairement le rythme de développement de notre corps de sorte que nous sommes encore des êtres sensibles et vulnérables.

Les interventions et les critiques négatives et répétées nous touchent profondément. Éventuellement, elles

risquent d'anéantir notre estime de soi. Par contre, les encouragements, les conseils et les discussions positives nous remontent le moral et suscitent l'espoir en nous. Durant une même journée, faites en sorte qu'il y ait davantage d'échanges positifs que négatifs.



Maman, je t'aime bien mais il est temps de se détacher!

Si vous devez nous faire des reproches, prenez le temps de vous asseoir et de discuter calmement avec nous *en privé*. Les échanges vifs et émotifs détruisent nos liens. Plutôt que de nous affronter, prenez le temps de nous expliquer ce qui motive vos attentes et répondez honnêtement à nos contre-arguments. Soyez patients; il est possible que la situation exige plus d'une discussion. De plus, face à nos désaccords, il est bon de réfléchir chacun de son côté. Faites en sorte que nos échanges se terminent de façon à ce qu'il y ait une certaine satisfaction de part et d'autre et considérez nos oppositions comme des défis à relever ou des occasions de croissance. Rappelez-vous qu'en notre for intérieur, nous sommes souvent incertains, émotifs et fragiles.

COUP D'OEIL!

- * Sommes-nous véritablement à l'écoute des sentiments que vivent nos adolescents?
- * Sommes-nous conscients des caractéristiques normales de l'adolescence?
- * Nos rapports avec nos adolescents sont-ils plus souvent constructifs et positifs?
- * Considérons-nous les désaccords avec nos jeunes comme des expériences d'apprentissage?

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

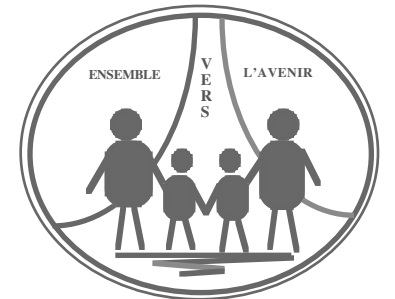
Pour commander vos séries personnelles de dépliants ou pour obtenir d'autres conseils, visitez notre site Internet à www.petitconseiller.com ou communiquez avec nous par téléphone au (613) 749-2392.

© 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

De quoi nos adolescents d'aujourd'hui ont-ils besoin?

(Partie 2)



*Ados n° 2
Version pour les parents*