

## LE CONTEXTE

Les amis occupent une grande importance dans la vie de nos adolescents. En tant que parents, il faut se préoccuper de ce qu'on pourrait appeler la « santé sociale » de nos adolescents. Une dimension susceptible d'occasionner des conflits est sans contredit l'influence et la pression qu'exercent les pairs.

Idéalement, pour mieux faire face à ce phénomène, il serait souhaitable qu'à l'aube de l'adolescence, tous les jeunes aient une bonne estime de soi. Ce n'est certes pas le cas pour tous mais, malgré cela, il ne faudrait surtout pas abandonner nos jeunes. Il faut les encourager à prendre des décisions qui se fondent sur leurs convictions plutôt que celles de leurs amis. Nous devons leur répéter de croire en eux-mêmes, de s'affirmer convenablement et de ne pas hésiter à ignorer les autres, au besoin.



*Papa, maman, faut-il être si différent pour affirmer ses convictions?*

### Abordons directement l'influence des pairs.

On pense parfois que les adolescents sont très conscients du phénomène de l'influence des pairs, mais quand on aborde ce sujet directement avec eux, on se rend compte que leurs connaissances sont souvent superficielles. Lors de discussions, il faut faire comprendre

à nos jeunes que les amis influencent leurs valeurs, leurs goûts et même leurs *convictions* sous des angles divers, comme l'habillement, la musique, la nourriture, les sorties, leur attitude envers les adultes, les habitudes de vie reliées à l'alcool, à la sexualité et à la drogue. À noter que cette influence est parfois très sournoise, car on ne la remarque pas toujours.

Lorsque nos adolescents comprennent à quel point ils peuvent se faire influencer par leurs amis, nous devons leur offrir des solutions de rechange. L'une d'elles consiste à leur expliquer comment prendre une bonne décision, entre autres, à leur faire prendre conscience du fait qu'ils prennent souvent une décision après s'être laissé convaincre par *un* seul ami. Or, les bonnes décisions se prennent après avoir obtenu *plusieurs* opinions. Il faut donc les encourager à consulter plusieurs amis plutôt que de s'en tenir à un seul qui, selon eux, a plus de crédibilité. Cette stratégie invite à une meilleure réflexion chez nos jeunes qui les amèneront à prendre des décisions moins impulsives et qui se fondent davantage sur leurs convictions réelles.

### Il n'est pas facile de dire « non ».

Nous avons souvent tendance à accuser nos jeunes de manquer de volonté, de courage et de ténacité, parfois même en nous targuant de ce que nous avons accompli nous-mêmes. Or, le contexte de vie de nos adolescents est fort différent d'il y a vingt ans. Nos jeunes sont exposés à un plus grand nombre de mauvaises influences - certaines très complexes - et ce, à un *plus jeune âge*. En fait, il arrive très souvent qu'ils sont confrontés à des problèmes alors qu'ils n'ont pas encore acquis la maturité pour y faire face. Comment aurions-nous perçu la sexualité si nous y avons été

exposés à dix ou douze ans comme c'est le cas aujourd'hui? Comment percevriions-nous la vie face à la menace du sida si nous étions à leur place? Saurions-nous résister à la drogue si un tiers de nos compagnons et compagnes de classe en consommait? Ces pressions peuvent être intenses pour nos jeunes. Ils ont besoin de savoir que nous sommes *compréhensifs* face à cette réalité.



*Papa, maman, comment savoir que je prends la bonne route?*

Il n'est pas question d'excuser les jeunes qui tenteraient de justifier leur comportement en invoquant les amis. Il faut leur dire clairement qu'ils seront traités avec dignité, mais qu'ils demeurent *responsables* de leurs actes, peu importe les circonstances.

### Répétons à nos adolescents d'agir selon leur conscience.

Durant l'enfance, nous tenons souvent des propos du genre « Sois-toi-même ». De telles déclarations peuvent servir de point de référence pour nos jeunes. Les messages suivants qu'on retrouve parfois sur des affiches les incitent à agir selon leur propre conscience : « Vive la différence »; « Écoute ta conscience avant celle des autres »; « Crois en toi-même »; « C'est toujours toi qui a le dernier mot »; « Suis ton instinct ».

Il convient également de mettre par écrit ses convictions. Cela revient à énoncer

simplement nos valeurs en complétant la phrase suivante sur un sujet quelconque : « Je crois que . . . ». Par exemple, à propos des amis, on pourrait écrire : « je crois ... qu'on a tous besoin d'amis »; « je crois ... qu'on doit avoir au moins un ami intime, un gars ou une fille », et ainsi de suite.

### Encourageons la réflexion.

Quand nos adolescents doivent prendre une décision, nous sommes parfois tentés de leur offrir des solutions. Cependant, il est préférable de stimuler la réflexion chez nos jeunes en leur posant des questions appropriées. Par exemple, un adolescent vous demande s'il devrait prendre de la boisson à une soirée. Plutôt que de donner notre opinion, il serait préférable de lui poser les questions suivantes : « Toi, qu'en penses-tu? Comment te sens-tu face à la boisson? Si tu en prends, comment vas-tu te *sentir* après? » Faisons remarquer à nos jeunes que notre conscience et nos sentiments ne mentent généralement pas et qu'ils nous orientent généralement vers la bonne solution. On suscite ainsi une réflexion qui permettra au jeune de prendre une décision personnelle plutôt qu'une décision influencée par les parents. Ajoutons que ces derniers peuvent faire part de leurs opinions pour qu'elles soient prises en considération, mais ne devraient pas insister pour qu'elles soient adoptées.

On peut aussi demander aux jeunes d'analyser la situation en offrant un modèle de prise de décision en trois étapes.

- 1) Quels sont tes options ou tes choix?
- 2) Quel est l'impact de chacune de ces options pour toi? Quels sont les avantages? Quels sont les inconvénients?
- 3) Quelle est la meilleure solution?

## Dramatisons des situations réelles.

L'un des meilleurs moyens d'atténuer l'influence des pairs consiste à prévoir les situations épineuses AVANT que nos adolescents s'y trouvent mêlés. Nos jeunes ne peuvent pas toujours prévoir des situations comme nous et se retrouvent souvent dans des contextes tout à fait imprévus. Ils en sont souvent surpris et s'ils n'y sont pas préparés, ils réagiront en fonction de leurs amis.

Il faut que ces situations soient les plus précises possibles. Par exemple, quoi faire et quoi dire quand . . .

- mon ami veut me toucher et m'embrasser et que je ne veux pas;
- un ami veut que je participe à un vol, sinon, il va me laisser tomber;
- un ami m'offre de me faire faire une fausse carte d'identité pour me permettre d'entrer dans un bar.

Dans un premier temps, on peut inviter notre adolescent à donner son opinion avant d'ajouter la nôtre.

Le sociodrame est une autre façon dynamique d'aborder le sujet. Ici, le parent joue le rôle d'un ami qui tente d'influencer le jeune tandis que celui-ci doit trouver des arguments pour résister aux pressions du parent. Prenons l'exemple d'un jeune qui incite son ami à fumer de la drogue :

- Prends-en donc une bouffée.
- Non
- Tu sais pas ce que tu manques.
- Vraiment. Qu'est-ce que ça fait?
- Tu deviens « relaxe ». Ça te ferait du bien. . . . . ainsi de suite en imaginant le plus grand nombre de scénarios possibles. Notre adolescent aura donc « vécu » la situation et

sera plus apte à savoir quoi répondre si elle se produit.



*Soyons vigilants! L'influence des pairs peut nous lier aux autres contre notre volonté!*

## Offrons-leur des réponses toutes faites.

Nos jeunes ont besoin de connaître certaines expressions qui ont un impact sur les autres pour qu'ils puissent se défendre et avoir le courage de les affronter. En voici quelques-unes :

- Je suis unique et je choisis de vivre ainsi.
- Je suis libre, toi aussi. Moi, je refuse!
- Laisse-moi y penser . . .
- Je ne suis pas prête à vivre ça en ce moment.
- Ma santé passe avant!
- Je tiens à un bon avenir; mes études avant!
- Je respecte ce que tu fais même si ce n'est pas correct, alors s'il-te-plaît respecte mes choix.
- Ceci est carrément criminel; ça ne m'intéresse pas.
- Je suis pour le sexe, mais pas dans ces conditions.

## COUP D'OEIL!

- \* Sommes-nous capables d'aborder avec nos adolescents le phénomène de la pression des pairs?
- \* Sommes-nous compréhensifs envers eux face aux mauvaises décisions qu'ils prennent?
- \* Avons-nous plusieurs façons d'aborder avec eux le sujet de la pression exercée par les pairs?
- \* Nos adolescents ont-ils le sentiment que nous sommes disponibles pour parler des pressions auxquelles ils doivent faire face?

## 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](http://www.csdccs.edu.on.ca)**

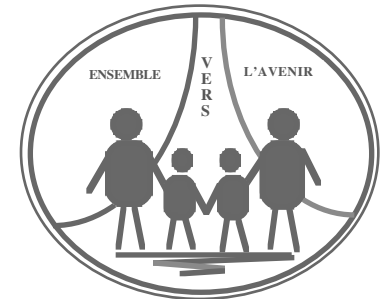
Expiration: Janvier 2013

Pour commander vos séries personnelles de dépliants ou pour obtenir d'autres conseils, visitez notre site Internet à [www.petitconseiller.com](http://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

*Comment faut-il  
aborder avec nos  
adolescents le  
phénomène de  
l'influence des pairs?*



**Ados n° 7**  
**Version pour les parents**