

L'art d'être parent

Communiquer avec votre adolescent

Pour le volet **Communiquer avec votre adolescent**, les adolescents ont été invités à proposer des moyens d'améliorer la communication avec leurs parents. Les renseignements ont été tirés des résultats d'un questionnaire remis aux élèves de plusieurs classes de 8^e année.

- 1. Comment tes parents pourraient-ils rendre la communication avec eux plus facile?**
 - ils peuvent être plus ouverts avec moi et penser à ma situation
 - écouter tout ce que j'ai à dire sans me couper la parole
 - ils devraient m'accorder plus d'attention
 - ils devraient me demander comment ça va
 - passer du temps seuls avec moi
- 2. Quand suggères-tu que toi et tes parents communiquent?**
 - nous devrions parler tous les jours
 - après l'école, pendant le souper ou lorsque je me prépare pour le coucher
 - lorsque j'évoque le sujet et que je me sens à l'aise
 - lorsque je suis contrarié ou lorsque je me sens seul
 - lorsqu'ils sont de bonne humeur
- 3. Comment tes parents devraient-ils te parler d'un événement ou d'une activité sans avoir l'air d'être indiscrets?**
 - il n'ont qu'à me demander ce que j'en pense
 - demander comme le ferait un ami
 - ne rien présumer à partir de ce que je dis
 - ne pas poser trop de questions
- 4. Comment tes parents devraient-ils te rappeler de faire ton travail (devoirs, travaux ménagers)?**
 - ils devraient tout simplement me le demander ou me le dire
 - ils devraient me laisser un mot
 - il faudrait établir un horaire pour les travaux à faire
 - ils ne devraient pas avoir à me le rappeler
- 5. Comment tes parents devraient-ils te donner des conseils?**
 - ils devraient me les donner calmement et poliment
 - ils devraient me donner des conseils seulement lorsque j'en demande
 - seulement quand j'en ai vraiment, vraiment besoin
 - s'ils savent que je suis en train de faire un mauvais pas
- 6. Lorsque tu as fais une gaffe, comment aimerais-tu que tes parents réagissent?**
 - sans crier ou se fâcher
 - ils ne devraient pas me fesser ou me gifler
 - être compréhensifs et m'offrir du soutien
 - avec gentillesse et calme

7. Pourquoi veux-tu participer à l'élaboration des règles?

- parce qu'elles me concernent
- cela me rend plus responsable
- pour que je sache quelles sont les règles
- pour que je sache que les règles sont justes et que j'y consens
- pour que les règles me conviennent
- pour que je puisse ajouter quelques-unes de mes propres règles

8. Quelles sont les conséquences appropriées?

- cela devrait dépendre de ce que j'ai fait de mal
- perte de privilèges – téléphone, télé, jeux vidéo, mon activité préférée, mon argent de poche
- se voir interdire quelque chose pendant 2 à 7 jours
- me faire sermonner
- être envoyé à ma chambre
- ne pas pouvoir voir mes amis
- payer une amende
- faire de menus travaux
- pas de violence

9. Quelle est l'heure appropriée pour rentrer/se coucher la fin de semaine/les jours de semaine?

Une grande variété d'heures ont été suggérées pour cette question, mais les échelles ci-dessous ont été le plus souvent choisies. Un certain nombre d'élèves ont également suggéré qu'aucune heure ne devrait être imposée.

- pour rentrer – jours de semaine 21 h / 22 h, fins de semaine 22 h / 23 h
- pour se coucher – jours de semaine 22 h / 23 h, fins de semaine 23 h / 24 h

10. Comment te sens-tu lorsque tes parents t'abaissent?

- en colère
- honteux et rejeté
- mal, même si je sais qu'ils ne sont pas sérieux
- je sens que je dois me venger
- comme si je ne valais rien
- j'ai envie de partir pour longtemps
- mal aimé
- déçu
- insulté et blessé
- triste et déprimé

11. Bêtes noires?

- quand ils ne disent pas merci lorsque je fais quelque chose de bien
- quand ma mère me coupe la parole lorsque j'essaie d'expliquer quelque chose
- lorsque je suis traité comme un enfant
- s'ils me dérangent quand je suis déjà occupé
- lorsqu'ils se moquent de moi ou rient de moi
- lorsqu'ils se vantent devant mes amis
- lorsqu'on me blâme à tort
- s'ils essaient de me surprotéger

Conseil : Écoutez vos adolescents et appréciez leurs opinions.