

Programme Adolescents et Jeunes adultes



LETTRE AUX PARENTS

COMMUNIQUER AVEC SON ADOLESCENT...

MAIS COMMENT?

Chers parents,

Les changements qui surviennent dans la relation avec votre jeune à l'adolescence vous préoccupent probablement. Durant cette période, les interactions parents/adolescent se transforment rapidement. Votre adolescent prend certaines distances par rapport à la vie familiale, il demande plus de liberté et de permissions. Vos contacts sont différents et cela peut créer des tensions.

L'adolescent est en période d'apprentissage, d'ajustement et il ressent des émotions qu'il ne contrôle pas toujours. Il utilise parfois l'opposition dans ses revendications et il est souvent maladroit dans sa façon d'agir. Lors de telles situations, un de vos meilleurs atouts pour préserver le contact est de favoriser une bonne communication.

Au-delà de l'adolescence et des changements, la déficience auditive et du langage compliquent les échanges parents/adolescent. Si vous êtes familiers avec les difficultés de votre jeune, vous pourrez plus aisément identifier ses besoins de communication. Une adaptation est indispensable de la part de chacun et nécessite de la motivation, de la patience ainsi que de la souplesse. L'utilisation de stratégies de communication facilite également la compréhension.

[Texte]

Voici quelques idées pour favoriser une communication de qualité :

- **Utilisez un langage ou un mode de communication clair, simple et adapté au niveau de compréhension de votre adolescent.**
- **Misez sur les points que vous avez en commun avec lui plutôt que de vous attarder sur les différences et les divergences d'opinions.**
- **Choisissez des occasions propices à l'échange tout en ayant du plaisir ensemble.**
- **Écoutez votre adolescent et laissez-le exprimer ses idées afin de mieux connaître ses intérêts et ses préoccupations.**
- **Parlez-lui de vous, comment vous étiez à son âge, de quelles façons vous avez géré des difficultés et comment vous avez construit vos succès.**
- **Acceptez que votre adolescent ait des opinions différentes des vôtres.**
- **Utilisez des aides techniques pour les jeunes atteints de surdité, peut être très aidant.**

Il est important de considérer votre jeune comme une personne capable de s'exprimer et de maintenir avec lui de bonnes habitudes de communication. Ne sous-estimez pas la capacité de communiquer de votre jeune car sous un air indifférent se cache souvent un désir de contact.  tre à son écoute signifie que vous le respectez et qu'il est une personne importante.

Céline Mailhot
Travailleuse sociale

Si vous avez des questionnements ou si vous souhaitez bénéficier de nos services, nous vous invitons à vous adresser à votre intervenant ou à la coordonnatrice de notre programme :

Madame Judith Guimont : 514 284-2214 poste 3427

Courriel : jguimont@raymond-dewar.gouv.qc.ca

**Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
du Centre-Sud-
de-l' le-de-Montréal**

Québec 

Institut Raymond-Dewar
Programme Adolescents / Jeunes Adultes et Bégaiement

[Texte]