

La communication avec mon adolescent c'est ...

Selon le point de vue des parents

De **parler**, de discuter, d'échanger ● D'essayer de le **comprendre** ● De **partager** aussi tout, des idées, des émotions, les activités, le temps ● De garder mon calme ● De lui **expliquer** ce qu'il ne comprend pas ● D'être à l'écoute ● Se faire confiance mutuellement ● Partager **les** intérêts, mes intérêts et ses intérêts ● Lui **transmettre** des choses, des **valeurs**, des **idées**, des **principes**, des expériences ● Communication non verbale ● On n'est jamais **d'accord**, on n'a pas le même regard ● Nous le parent, on impose **un cadre** dont il n'est pas toujours d'accord.

Comment communiquer avec mon ados ?

Il faut **l'accompagner** dans un cadre (les valeurs, le règlement éducatif ... la culture, les origines, l'histoire familiale) ? ● Pour moi tu es encore **un enfant**, mon enfant ne veut plus que je lui parle comme un bébé ● En leur parlant comme à un **adulte** ● **Donner** des raisons valables à notre désaccord ● **Oser** dire ses peurs ● Oser dire et donner des explications et des **arguments** valables à nos refus ● Essayer d'être **bref** ... ● Explication des **essentiels** sans long discours ● Les ados disent souvent : « je vais demander **à ma mère** » ● « Pourquoi **toujours** la mère ? ... Est ce qu'elle est plus à **l'écoute** que le père ? » ● On doit être dans l'écoute et dans le **respect** ● On doit écouter avec **attention** ● On doit être attentif à ses **envies** ... ● Si mon ados ne parle pas, qu'il est dans **sa bulle** ... c'est moi qui parle des heures et des heures et du coup il se met à communiquer ● **Le silence** est une forme de **communication**, il faut le respecter et savoir écouter le silence.



Comment communiquer avec mes parents ?

Selon le point de vue des adolescents

C'est quoi la communication ?

La communication c'est : **transmettre** un message ; le **langage** verbal ou corporel ; les expressions du visage ; les hochements de tête.

Qu'est-ce qui vous embête dans la communication ?

Quand il y a eu dispute, on attend que le parent se calme pour parler de manière **douce** ●

On se dispute à cause des notes, des retards ou parce qu'on s'est mal **compris** ● Ce qui nous embête, c'est qu'ils ne **comprennent** pas ce qu'on leur dit ●

Il y a des sujets qu'on a du mal à aborder, comme notre **vie privée**, ou les mensonges ●

On ment parce que la vérité blesse : Si je lui dis la **vérité**, elle va s'énerver ● Quand on se sent mal compris, on **réexplique** ● Les parents ne voient que le négatif ● Quand on montre de l'**affection**, ils nous repoussent ● Ils ne nous font pas **confiance** parce qu'ils s'inquiètent pour nous ● On aimerait qu'ils nous disent plus de **choses positives** ● Le mal c'est facile à dire, mais le **bien** c'est plus dur. A cause de la fierté ● Ce que je dis à mes amis ce n'est pas les mêmes choses qu'à mes parents ● Tout le monde est sur son téléphone et on ne s'**écoute** plus.

Quelles sont les choses positives de la communication avec les parents ?

Ils nous disent parfois des choses positives comme : « Tu as **bien** fait à manger » ; « tu as bien dessiné » « tu as bien rangé ta chambre » tu as eu de bonnes notes », « je suis **fier** de toi »...

● Les parents nous **valorisent** quand on fait ce qu'ils nous demandent ● Quel que soit notre âge, on n'appelle pas les parents par leurs prénoms mais, par **respect**, on doit toujours dire « papa » et « maman » ● On aime quand nos parents nous disent des **compliments**.