

## L'OUVERTURE À LA COMMUNICATION



## L'OUVERTURE À LA COMMUNICATION

La communication est quelque chose qui se fait à deux, il n'est pas suffisant que les parents communiquent leur affection et leur soutien à leurs adolescents. Les parents doivent être ouverts à ce que leurs adolescents souhaitent leur communiquer. Toutefois, puisque les adolescents communiquent moins que lorsqu'ils étaient enfants, les parents doivent les solliciter afin d'obtenir de l'information. La communication est importante afin que les parents demeurent informés de ce que font leurs adolescents et avec qui ils le font pour ainsi pouvoir leur éviter certaines influences potentiellement néfastes en regard de la consommation d'alcool et de drogues.

COMMUNICATION EFFICACE = OUVERTURE + INFORMATION PARENTALE

### L'ouverture à la communication

Afin d'instaurer une bonne communication avec votre adolescent, il est souhaitable de faire preuve d'ouverture. L'ouverture à la communication fait appel à l'écoute, à la disponibilité parentale et aux efforts déployés par les parents pour comprendre leur adolescent.

Afin de faire preuve **d'ouverture** il est souhaitable de :

- L'écouter quand il vous parle;
- Vous intéresser à ce qu'il dit;
- Essayer de comprendre son point de vue;
- Lui répondre franchement quand il vous pose des questions;
- Prendre du temps pour discuter seul avec lui.