



Centre québécois
de lutte aux dépendances

LE CONTRÔLE PARENTAL



LE CONTRÔLE PARENTAL

CONTRÔLE PARENTAL = ENCADREMENT + AUTORISATION

L'encadrement fait référence aux règles familiales, fixées par le parent, qui assurent une supervision étroite des comportements et tâches scolaires de son adolescent.

Afin que votre adolescent se sente **encadré**, il est souhaitable de :

- Fixer des règles, si possible suite à une entente avec votre adolescent, et exiger qu'elles soient respectées;
- Savoir comment votre adolescent se comporte à l'école;
- Exiger que votre adolescent fasse ses travaux scolaires chaque jour;
- Réglementer clairement l'usage de l'ordinateur ou des consoles de jeux (internet, chat, jeux vidéo, etc.).

L'autorisation renvoie au consentement parental que l'adolescent doit obtenir avant de pouvoir participer à certaines activités.

Afin que votre adolescent sente qu'il a besoin de votre **autorisation** pour pouvoir participer à certaines activités, il est souhaitable d'exiger :

- Que votre adolescent vous demande votre autorisation pour sortir le soir durant les jours d'école;
- Que votre adolescent vous dise avec qui il sort, quand il sort tard;
- Que votre adolescent vous demande votre autorisation avant de planifier une sortie avec ses amis le samedi soir;
- Que votre adolescent vous téléphone, quand il reste tard dehors;
- Que votre adolescent vous demande votre autorisation avant d'aller chez un ami (une amie).