

# Fiche parents et tuteurs.trices

9<sup>e</sup> année - 2024-25

## DEVENIR ALLIÉ.E

### PRENDRE CONSCIENCE DE SON INFLUENCE SUR LES AUTRES

À l'adolescence, il est entièrement normal que les pairs aient une influence sur les uns et les autres. Par contre, cette influence peut aussi être négative ou blessante. Quand nous naviguons nos relations interpersonnelles, c'est important d'être ouvert d'esprit et de prendre conscience de l'impact que nous avons sur ceux qui nous entourent.

### POURQUOI PARLER DE DEVENIR ALLIÉ.E AVEC DES ADOS ?

L'adolescence est le moment opportun pour apprendre à devenir allié.e et lutter contre la discrimination et la violence chez les jeunes.

En déconstruisant les problématiques dans la société, nous permettons aux jeunes de se sensibiliser aux enjeux et de prendre action pour promouvoir des espaces sains et sécuritaires autour d'eux. Permettre de voir qu'on contribue à un plus large enjeu encourage le respect et l'ouverture d'esprit à plus petit niveau comme à l'école.



### MAIS C'EST QUOI ÊTRE ALLIÉ.E ?

### L'INTERSECTIONNALITÉ C'EST...



# LES STYLES PARENTAUX

Les différents styles parentaux et l'influence que ceci peut avoir sur la communication et la relation entre le/la jeune et son parent/tuteur.



Démocratique	Permissif	Autoritaire	Surprotecteur (parent hélicoptère)
<p>Si votre jeune...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se sent confiant dans ses prises de décisions ;</li> <li>• Communique avec vous ses inquiétudes et se sent à l'aise de faire des erreurs</li> </ul> <p>Voici des astuces :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Montrez-vous chaleureux et à l'écoute en offrant un bon encadrement ;</li> <li>• Mettre en place des règlements claires et cohérents ;</li> <li>• Respectez les idées et les préférences et encouragez les initiatives</li> </ul>	<p>Si votre jeune...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tente constamment de repousser vos limites ;</li> <li>• A du mal à accepter les limites que vous essayez de lui imposer.</li> </ul> <p>Voici des astuces :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Discutez avec votre jeune où vous commencez à vous sentir mal à l'aise et comment vous pouvez aller de l'avant</li> <li>• Fixez des attentes claires pour réduire l'élément de surprise/de rejet lorsque ces attentes ne sont pas respectées</li> </ul>	<p>Si votre jeune...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• A la tendance de ne pas communiquer par peur de décevoir, se faire ridiculiser ou simplement par peur d'entendre 'non'</li> </ul> <p>Voici des astuces :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lorsque vous donnez des conséquences, offrez une explication. Cela aide l'adolescent à voir votre point de vue</li> <li>• Ayez des attentes raisonnables qui correspondent au développement de votre adolescent</li> </ul>	<p>Si votre jeune...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• A des difficultés à développer ses propres capacités de pensée critique</li> <li>• Hésite quand il/elle doit prendre une décision pour elleux-mêmes</li> <li>• Se remettre constamment en question</li> </ul> <p>Voici des astuces:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Essayez de ne pas intervenir afin de leur permettre de faire des erreurs, celles-ci les aideront à apprendre</li> <li>• Commencez par leur donner de petites occasions de prendre de bonnes décisions. Cela peut aider à vous rassurer qu'ils sont sur la bonne voie</li> </ul>

## LA REPRÉSENTATION DANS LES MÉDIAS ET LES BIAIS INCONSCIENTS : L'INFLUENCE DES PARENTS

Dans la société, nous recevons des messages implicites à travers les médias sociaux, les publicités, la télévision et d'autres. Les messages qui nous entourent en grandissant restent dans notre inconscient et nous permettent de faire des raccourcis ou se manifestent pour nous permettre de faire des jugements rapides. Ces raccourcis se nomment des « biais inconscients » et ils existent de toutes formes et peuvent influencer, sans avoir conscience, les décisions que nous prenons. Ces influences, ainsi que ces biais inconscients, sont souvent transmises aux jeunes. Il est important d'en discuter avec les jeunes pour améliorer leur compréhension et les sensibiliser à reconnaître leurs biais inconscients pour éviter de discriminer contre quelqu'un.

Pour en savoir davantage, consultez cette vidéo. Sachez que la vidéo utilise l'exemple des biais inconscients face au sexe, mais ces biais existent en lien avec la race, la religion l'âge, l'orientation sexuelle, parmi d'autres.



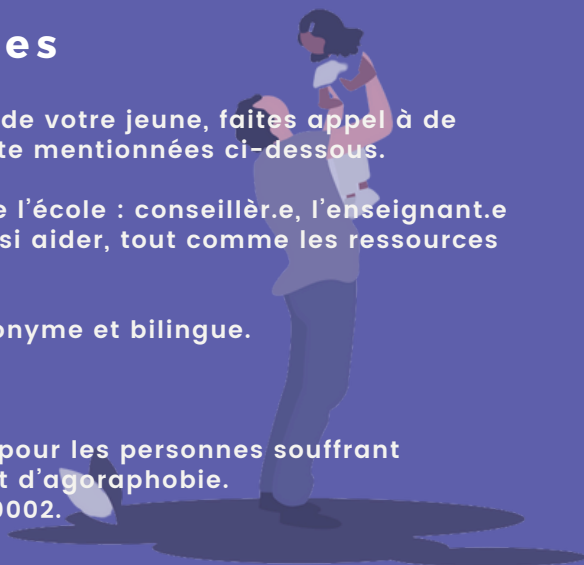
En apprendre plus sur les biais inconscients dans cette vidéo. ↗

## Ressources

⚠ Important! Si vous êtes inquièt.e pour la santé de votre jeune, faites appel à de l'aide professionnelle ou appelez les lignes d'écoute mentionnées ci-dessous.

N'hésitez pas à communiquer avec le personnel de l'école : conseiller.e, l'enseignant.e ou la direction. Votre médecin de famille peut aussi aider, tout comme les ressources suivantes :

- Jeunesse, J'écoute : pour se confier, 24h/7j. Anonyme et bilingue.  
Numéro sans frais : 1 800-668-6868  
Site internet : [jeunessejecoute.ca](http://jeunessejecoute.ca)
- Phobies-Zéro : groupe de soutien et d'entraide pour les personnes souffrant d'anxiété, de troubles de panique, de phobies et d'agoraphobie.  
Numéro : 514 276-3105 ou sans frais 1 866 922-0002.



### RESSOURCES EN FRANÇAIS

- [Entrevue avec Édith St-Jean \(psychologue\) sur l'influence des pairs](#)
- [Garder l'équilibre avec son jeune](#)



### RESSOURCES EN ANGLAIS

- [Role models and positive influences for teens](#)
- [Preserving the parent-teen relationship](#)

### Communiquez avec nous :

#### Réseau-Femmes



Maryse Beaujeau-Weppenaar  
[direction@reseaufemmes.bc.ca](mailto:direction@reseaufemmes.bc.ca)



1555, 7e avenue Ouest  
Vancouver, C.-B.



604-736-6912

#### JLRS



Questions générales : [info@jlrs.ca](mailto:info@jlrs.ca)  
Claudya Leclerc : [projets@jlrs.ca](mailto:projets@jlrs.ca)



[www.jlrs.ca](http://www.jlrs.ca)



@jeunesleadersrs



Agence de la santé  
publique du Canada