



5 questions à poser par thème

Nous vous invitons à utiliser quelques-unes des questions ci-bas pour susciter des discussions avec votre ado. Bien entendu, la liste de questions fournies ci-dessous n'est pas exhaustive. Au contraire, il est important que votre ado sache que tous les sujets de discussion peuvent être abordés avec vous.

Ces questions sont intentionnellement ouvertes et ne sont pas « chargées », comme le serait par exemple la question « pourquoi ta chambre est-elle toujours en désordre? », un exemple de question qui a pour effet de placer les ados sur la défensive. Elles cherchent plutôt à connaître l'opinion et l'avis de votre ado, à démontrer la confiance que vous avez dans sa capacité de juger des choses.

Commencez par des questions d'ordre général et qui ne suscitent pas nécessairement de réflexion pour mettre tout le monde à l'aise. Abordez votre ado de façon nonchalante; les jeunes repèrent facilement les situations qui paraissent forcées ou qui semblent les piéger. Finalement, souvenez-vous que la conversation doit se faire dans les deux sens. N'hésitez pas à communiquer vos propres pensées et vos expériences. Vous éviterez ainsi que votre ado se sente « interrogé(e) ». Et formulez chaque question proposée dans vos termes, de votre point de vue.

Vie personnelle

1. Quel est ton plus beau souvenir?
2. À quoi ressemble une journée parfaite pour toi?
3. À quoi as-tu le plus hâte quand tu penses au futur?
4. Si tu étais invisible, où irais-tu? Que ferais-tu?
5. Que mettrais-tu sur la page couverture de ton autobiographie à part une photo de toi ou de la famille?

Santé mentale

1. Qu'aimes-tu de toi?
2. Qu'est-ce qui te préoccupe?
3. Qu'est-ce qui te blesse ou te fait de la peine? Qu'est-ce qui t'aide à te sentir mieux quand tu es bouleversé(e)?
4. Tes amis consomment-ils de l'alcool ou des drogues? Et toi, as-tu déjà essayé? Comment ça s'est passé?
5. Qu'est-ce que je peux faire pour t'aider quand tu as une mauvaise journée?

Vie scolaire

1. Quelle est la meilleure et la pire chose qui s'est produite aujourd'hui à l'école?
2. Quelle est ton moment préféré dans la journée? Celui que tu redoutes le plus?
3. Qu'aimerais-tu faire quand tu auras ton diplôme?
4. Y a-t-il de l'intimidation à l'école? En es-tu parfois victime? Comment gères-tu la situation?
5. Est-ce qu'il y a quelque chose qui t'a fait rire aujourd'hui à l'école?

Vie sociale

1. Que remarques-tu en premier chez une personne?
2. Qui est ton meilleur ami ou ta meilleure amie? Qu'aimes-tu de cette personne? Que penses-tu qu'elle aime de toi?
3. T'inquiètes-tu pour un ou une ami(e) en ce moment? Si oui, pourquoi?
4. D'après toi, qu'est-ce qui distingue les bons des mauvais amis?
5. Quel serait le moment le plus embarrassant que tu aies connu?

Relations

1. As-tu des amis en couple?
2. Lesquels vivent une relation amoureuse saine? Lesquels vivent une relation malsaine?
3. Quelles qualités rechercherais-tu chez un(e) partenaire?
4. Y a-t-il quelqu'un qui t'intéresse? Qu'aimes-tu de cette personne? Y a-t-il quelque chose à propos d'elle qui pourrait représenter un danger ou qui est douteux?
5. As-tu des amis homosexuels? Sont-ils traités différemment par certaines personnes? Si oui, comment te sens-tu par rapport à ça?

Vie familiale

1. Qu'aimes-tu le plus de moi, de ton père/ta mère ou de tes frères et sœurs?
2. Si tu pouvais changer quelque chose chez moi, ton père/ta mère ou tes frères et sœurs, qu'est-ce que ce serait?
3. Que penses-tu que j'aime le plus de toi?
4. Qu'est-ce que tu aimerais que je fasse plus souvent? Et moins souvent?
5. Y a-t-il quelque chose que tu voudrais qu'on fasse plus souvent toute la famille ensemble?

Valeurs

1. Comment peut-on gagner le respect de quelqu'un?
2. Si tu pouvais changer le monde, que ferais-tu?
3. Qui sont tes modèles et pourquoi? Qui te perçoit comme un modèle selon toi?
4. Quelles sont, d'après toi, les trois qualités les plus importantes qu'une personne peut avoir?
5. Peux-tu nommer trois choses pour lesquelles tu es reconnaissant(e) aujourd'hui?