

ON SE RETROUVE PARFOIS PRIS AU DÉPOURVU À LA SUITE D'UNE QUESTION POSÉE PAR NOTRE ADOLESCENT.
ON HÉSITE, ON NE SAIT PAS QUOI DIRE OU MÊME COMMENT RÉPONDRE ADÉQUATEMENT À SES
INTERROGATIONS.

VOICI QUELQUES MOYENS QUI PEUVENT VOUS AIDER À MIEUX FAIRE FACE À CE GENRE DE SITUATION.

FAIRE PREUVE D'HONNÊTÉTÉ

Soyez transparent concernant votre manque de connaissances. Il est préférable de mentionner que vous ne connaissez pas la réponse au lieu de transmettre des informations qui sont incomplètes ou inexacts. D'ailleurs, les adolescents préfèrent de loin recevoir une réponse authentique et honnête de votre part. D'autres fois, c'est le sujet qui peut vous rendre inconfortable et qui vous empêche de répondre. Soyez indulgents envers vous-même. Vous avez le droit de vous tromper, de ne pas tout connaître au sujet de la sexualité et de ne pas être à l'aise de discuter de tous les sujets.

SE DONNER LE DROIT DE RÉFLÉCHIR AVANT DE RÉPONDRE

Certaines questions peuvent vous surprendre, vous déstabiliser ou encore vous préoccuper. Souvent, dans ce genre de situation, nous nous mettons une pression à répondre dans l'immédiat. Dans ce cas, il peut être utile de s'accorder un temps de réflexion. D'abord, cela permet d'éviter de répondre sous l'effet de nos émotions et de nos inquiétudes. Ensuite, cela donne un moment pour réfléchir au sens de la question posée et au besoin du jeune. A-t-il besoin d'informations, d'être rassuré, ou de se faire valider? Avez-vous besoin de rectifier certaines croyances ou défaire certains mythes sur le sujet? Enfin, prendre ce moment vous permet de cibler les messages pertinents à lui partager.

S'INFORMER SUR LE SUJET

Ne pas connaître la réponse est une belle occasion pour en apprendre sur le sujet. D'ailleurs, plus on est informé, plus cela peut augmenter notre aisance à en parler. Faire une première recherche vous permettra de cibler les bonnes sources d'information à transmettre à votre jeune. Si vous vous sentez à l'aise, pourquoi ne pas entamer la recherche avec votre jeune? D'une part, cela vous permet de vérifier au fur et à mesure les informations consultées. D'autre part, vous pouvez valider, nuancer ou démystifier certains éléments avec votre adolescent. Enfin, n'hésitez pas à encourager votre jeune à chercher ses informations auprès d'autres sources que vous. Par exemple les livres, les sites gouvernementaux ou un professionnel de la santé. Il s'agit d'une belle occasion d'amener votre adolescent à être proactif et autonome dans son besoin d'obtenir de l'information.



SOURCES UTILISÉES POUR LA RÉDACTION (EN ANGLAIS) :

- [Un article sur la perception des adolescents concernant les discussions mémorables avec leurs parents](#)
- [Un article sur les perceptions et les attitudes des jeunes adultes concernant les discussions sur la sexualité avec leurs parents](#)