

# Communication avec les adolescents : comment s'y prendre ?

Dr psych. Gregory Mantzouranis & Dre psych. Sophie Baudat



# Entrer en dialogue



Quelqu'un de la prévention nous a fait une présentation sur les risques en trottinette électrique aujourd'hui... C'était ch..., que des conn... ! Il n'a fait qu'essayer de nous faire peur !

# Entrer en dialogue



Le problème avec vous, les jeunes, c'est que vous croyez tout savoir. Et bien détrompe-toi, il faut que tu apprennes plein de choses sur les risques de la route.

Tu vas avoir un accident !

Tu sais, la route est dangereuse, ça peut gâcher ta vie !

Te faire peur ? Il a juste essayé de vous faire entrer un peu de bon sens dans la tête. Tu dois l'écouter, sans discuter !

Arrête d'être dans le déni, la route est pleine de risques. Je ne te croyais pas si bête !

# Entrer en dialogue

Vous aussi, vous êtes bêtes.  
On a fait une course juste  
après avoir entendu ce  
type!

Pense ce que tu veux.  
Moi, je trouve ça  
vachement cool de rouler  
en trottinette au milieu  
de la circulation !

Cause toujours, je vais  
continuer à faire des  
courses de vitesse.

Tu ne comprends rien.  
On ne risque rien en  
allant vite à trottinette !

Alors je vais faire  
ces courses avec  
mon vélo !



# Stratégies d'écoute

- Écouter attentivement
- Reconnaître les sentiments à l'aide d'un mot
- Décrire les pensées et nommer les émotions
- Accepter les sentiments, pas tous les comportements

Oh ! Mmm. Je vois.

Ainsi, tu trouves qu'il exagérait et essayait de vous effrayer pour que vous n'utilisiez plus votre trottinette.

Les tactiques de peur te déplaisent vraiment.

J'entends que cela te met en colère. Tu peux le dire sans être vulgaire.

# Stratégies d'interaction

- Langage indirect (« peut-être »)
- Renforcer le choix
- Alternatives comportementales
- Récits (vs faits impersonnels)
- Référence aux autres

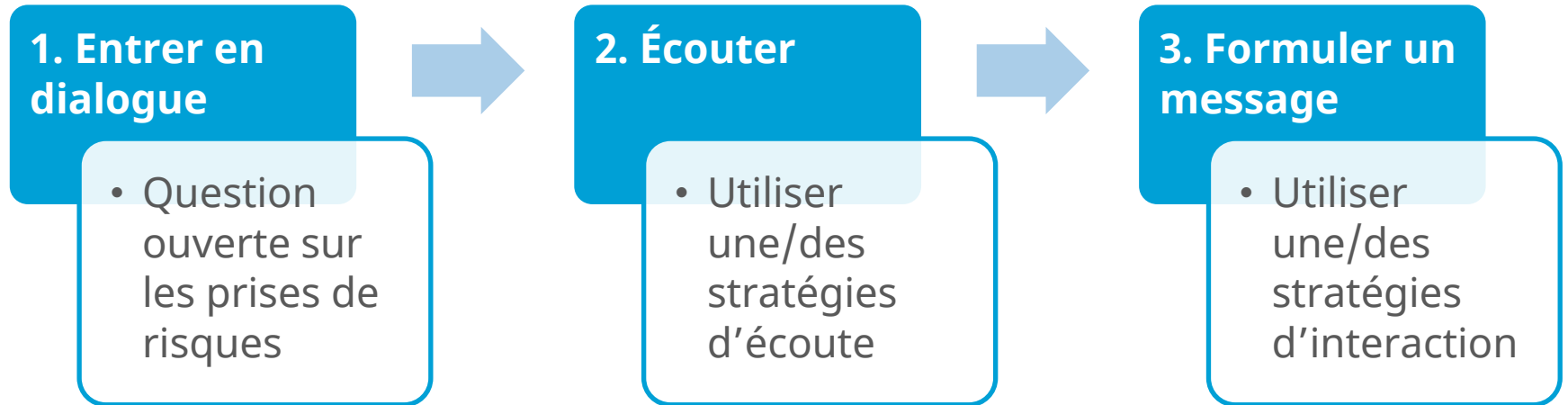
**Le choix vous appartient.** Vous êtes libre de décider pour vous-même.

Porter des vêtements de protection **ou** appliquer régulièrement de la crème solaire.

Depuis le diagnostic de **mon** diabète, **je** dois calculer les glucides que **je** mange à chaque repas.

**Que vont penser tes amis** quand ils apprendront que tu te drogues ?

# Séquence



# Merci de votre attention !

Contact : [gregory.mantzouranis@unil.ch](mailto:gregory.mantzouranis@unil.ch)  
[sophie.baudat@unidistance.ch](mailto:sophie.baudat@unidistance.ch)