Votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

Mise en garde aux adolescents contre les dangers de la rue 101

Avant de traverser la rue, regarde d'abord de chaque côté; ne mets jamais les mains sur les ronds de la cuisinière; en cas d'urgence, compose le 911 : au moment où les enfants deviennent adolescents, la plupart d'entre eux connaissent par cœur les règles de base en matière de sécurité. Cependant, à mesure que s'accroissent leur liberté et leurs responsabilités, les adolescents doivent apprendre de nouvelles règles importantes en matière de sécurité. C'est le moment de renseigner votre adolescent sur les moyens d'éviter les situations dangereuses et de les gérer avec efficacité lorsqu'elles se présentent.



Se déplacer en toute sécurité. Escorter vos enfants à leurs activités est chose du passé et votre adolescent pourrait se sentir gêné d'être accompagné par son père ou sa mère. Dans ce cas, assurez-vous que les jeunes se déplacent en groupe. Que l'adolescent se rende chez un ami, à une pratique de balle molle ou au parc, insistez pour qu'il se fasse accompagner par un copain et utilise une route bien éclairée.

Enseignez à l'adolescent à être conscient de son environnement – en particulier s'il écoute une musique qui pourrait l'empêcher d'entendre les automobiles ou les gens. Mais surtout, assurez-vous que le jeune appelle régulièrement à la maison pour vous laisser savoir où il est et avec qui.

Toujours conduire avec prudence. Les accidents d'automobile sont la principale cause de décès et de blessures chez les adolescents. Assurez-vous de bien expliquer vos règles et directives et de préciser qu'elles ne sont pas négociables. Établissez avec l'adolescent une entente de conduite automobile où les règles et les attentes ainsi que les conséquences seront clairement définies. Une contravention pour excès de vitesse? Le prix à payer, en plus de celui de la contravention, pourrait être une suspension d'un mois de son privilège d'utiliser l'automobile.

Rappelez à l'adolescent que boire et conduire est à la fois dangereux et inacceptable et que, s'il boit, vous êtes disposé à servir de chauffeur en tout temps – sans poser de questions. Enseignez-lui à remonter les fenêtres et à verrouiller les portes de l'auto, surtout la nuit. Indiquez-lui où se trouvent les immatriculations et la preuve d'assurance, la trousse d'urgence et les numéros à composer en cas de panne ou de problèmes mécaniques.

En sûreté, seul à la maison. Avec le temps, votre adolescent passera de plus en plus de temps seul à la maison. Quel que soit son âge, certaines règles de sécurité ne changent pas. Assurez-vous qu'il garde les portes et les fenêtres fermées en tout temps. Une liste des numéros de téléphone des voisins, des membres de la famille, de votre cellulaire et des services d'urgence devrait être placée près du téléphone.

Établissez clairement qu'il ne doit ouvrir la porte qu'à des amis ou des membres de la famille et qu'il doit s'assurer de connaître les gens en regardant auparavant par le judas ou la fenêtre. S'il répond au téléphone, l'adolescent ne devrait jamais mentionner que vous êtes absent; il devrait plutôt répondre : « Je suis désolé, papa (ou maman) est présentement dans l'impossibilité de vous répondre. Aimeriez-vous laisser un message? » De plus, il ne devrait jamais fournir des renseignements personnels.

Communiquer. Le dialogue ouvert est le meilleur moyen d'établir une relation de confiance avec l'adolescent. Saisissez les occasions de vous parler, souvenez-vous de respecter ses inquiétudes lorsqu'il demande de l'aide et évitez de tirer des conclusions. Insistez sur l'importance que vous accordez à la sécurité et expliquez-lui que le fait qu'il communique régulièrement avec vous renforcera votre confiance en lui et soulagera vos inquiétudes.

Tout ce qui touche la sécurité devrait être un sujet de conversation, qu'il s'agisse de violence, de drogues, de boisson ou de sexe. N'oubliez pas que les adolescents sont au courant de ces problèmes et qu'ils en parlent souvent entre amis. C'est à vous qu'il incombe de lui donner des renseignements et des solutions. Faites-lui comprendre qu'il peut compter sur vous en tout temps.

Fixer des limites. L'adolescent est à l'âge où il est important de lui montrer à se défendre, à s'exprimer clairement et à demander de l'aide si une personne se conduit avec lui de façon inappropriée. Quelqu'un pourrait l'injurier ou adopter d'autres comportements soi-disant sans malice. Un adolescent pourrait croire qu'il n'a aucune raison de se plaindre de ces gestes qui sont chose courante. Faites-lui comprendre qu'un geste non désiré ou gênant est non seulement inapproprié, mais qu'en plus il devrait dire à la personne concernée de cesser d'agir ainsi et en parler à un adulte en qui il a confiance ou à ses parents.

Faire preuve de prudence dans les fréquentations. De nombreux parents ont vécu pendant des années dans la hantise des premières fréquentations de leur adolescent. Une étude a montré que 54 pour cent des femmes et 13 pour cent des hommes âgés de 15 à 19 ans avaient subi, à un moment ou l'autre au cours de leurs fréquentations, des pressions en ce qui a trait aux relations sexuelles. Alors, incitez l'adolescent à se montrer prudent : il devrait toujours se tenir dans des lieux publics et avoir sur lui suffisamment d'argent pour revenir à la maison par ses propres moyens.

Expliquez-lui que la drogue et l'alcool affectent le jugement et encouragez-le à ne jamais en consommer. Parlez-lui de la pression des camarades et aidez-le à acquérir la confiance en soi qui lui permettra de dire *non* et de mettre fin dès le début à une fréquentation qui ne lui conviendrait pas.

Bien connaître les embûches du Web. À l'ère de l'Internet, des moyens de protection tels qu'un logiciel de contrôle parental, un antipourriel ou un pare-feu de connexion sont devenus importants. Expliquez à votre adolescent qu'Internet est un lieu de rencontre anonyme : le jeune garçon de 14 ans avec qui votre fille prend plaisir à clavarder pourrait être en réalité un homme de 50 ans.

Établissez des règles élémentaires de sûreté : ne jamais fournir de renseignements personnels, signaler le harcèlement ou un comportement inapproprié et ne jamais accepter de rencontrer en personne un correspondant virtuel. Placez l'ordinateur dans un endroit ouvert et accessible où il vous sera facile d'en surveiller l'usage.

Les années de l'adolescence peuvent être éprouvantes à la fois pour les parents et les enfants. Préparez l'adolescent en lui parlant de sécurité et n'hésitez pas à répéter. En créant une atmosphère où il est facile de dialoguer en toute honnêteté, vous l’aiderez à développer son indépendance en toute sécurité.

© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d’information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.