

Les amitiés et la communication

La sexualité ne se limite pas aux rapports sexuels; elle englobe aussi les relations, y compris les amitiés. Tu trouveras ci-dessous des conseils qui t'aideront à gérer tes amitiés et à respecter les différentes façons dont les gens communiquent.



Comprendre la dynamique des amitiés

Les amitiés jouent différents rôles dans nos vies et peuvent changer au fil du temps.

Types de liens

Certaines personnes deviendront tes ami(e)s proches, mais tu n'établiras pas des liens serrés avec toutes les personnes que tu rencontres.



Liens de courte durée

Au fur et à mesure que le temps passe et que ta vie change, tu pourrais, par exemple, te sentir moins proche des ami(e)s que tu t'es fait(e)s à l'école. C'est normal.



Apprécier la diversité dans la communication

Comprendre les différences en matière de communication peut t'aider à renforcer tes amitiés.

Outils de communication

Certaines personnes utilisent la technologie ou des signes visuels pour s'exprimer. On appelle parfois ces techniques des aides de suppléance à la communication orale et écrite.



Pratiques culturelles

Différentes communautés pourraient avoir différentes façons de communiquer. Il pourrait s'agir de différentes règles, de l'argot ou de méthodes visuelles, comme c'est le cas pour la culture S/sourde.



Conseils pour bien gérer tes amitiés

Respecte les différences



Essaie d'en apprendre des autres. Nous pouvons en apprendre beaucoup les uns des autres grâce aux parcours et aux expériences de chacun.

Maintiens des limites



Tu pourrais ne pas vouloir te lier d'amitié avec quelqu'un, ou tu pourrais parfois ne pas avoir envie de faire les mêmes choses que tes ami(e)s. Si c'est le cas, dis-leur clairement et gentiment.

Ralentis et prête attention



Prends le temps de comprendre la façon dont tes ami(e)s communiquent. Fais preuve de patience, surtout lorsque tu apprends de nouvelles façons de communiquer ou que tu demandes des éclaircissements.

Cette ressource a été créée en collaboration avec le comité consultatif des jeunes du Holland Bloorview Kids Rehabilitation Hospital.