



SE RAPPELER

- Une étude récente de Barna sur la génération Z montre que la majorité des jeunes ressentent un profond sentiment de déconnexion. Seulement 1/3 des participants peuvent dire qu'ils se sentent souvent profondément aimés par quelqu'un de leur entourage ou que quelqu'un croit en eux. L'écoute que nous offrons dans des conversations plus profondes communique de la valeur et renforce le lien. Cela signifie que les pensées et les sentiments de la personne comptent.
- Les conversations plus profondes sont un cadeau offert par un jeune à quelqu'un en qui il croit et qui traitera ce qu'il a dit avec respect et attention. Ces conversations reposent sur des liens de confiance établis au fil du temps.
- Les conversations plus profondes peuvent apporter de nouvelles perspectives et possibilités. Elles aident le jeune à découvrir comment il se voit, perçoit les actions des autres, comprend le cœur de Dieu ou aborde les défis. Dieu aime quand nous explorons nos pensées et nos sentiments avec lui. Psaume 62:8 (NLT) dit : "... faites-lui confiance en tout temps. Répandez votre cœur devant lui, car Dieu est notre refuge."



RECONNAÎTRE

- Que la conversation soit personnelle ou spirituelle, les conversations plus profondes vont au-delà du partage d'informations. Elles émergent des sentiments et des pensées venant des informations. Ce sont des conversations qui invitent les jeunes à remarquer, à réfléchir et à traiter les expériences, émotions et croyances provenant leurs expériences de vie.
- Les invitations à des conversations plus profondes doivent être opportunes et respectueuses. Choisir un moment et un endroit où l'on ne peut pas être facilement entendu ou distrait aide le jeune à se sentir émotionnellement en sécurité et protégé de l'embarras.
- Les conversations ne viennent pas avec un scénario "taille unique". Remarquez les réactions et les réponses à votre style de communication personnel et choisissez de faire des ajustements - et des excuses ! - lorsque c'est nécessaire. Cela montre que vous êtes sérieux au sujet de la communication avec eux pour leur bien, pas le vôtre.
- Tous les jeunes ne sont pas toujours prêts à avoir le vocabulaire émotionnel ou la perspective réfléchie pour aller au-delà des conversations superficielles, mais ils peuvent apprendre. Puisque les conversations plus profondes aident à construire des relations, à élargir la perspective et à ouvrir la porte à la transformation, il vaut la peine d'inviter intentionnellement les adolescents à développer cette compétence.



RÉPONDRE

- **Établissez une base de confiance.** Construisez la confiance en étant présent lorsque vous avez dit que vous le feriez et en vous souvenant et en revenant sur ce qu'ils ont dit. La confiance vient souvent de la proximité. Plongez dans le monde du jeune avec un intérêt sincère et invitez-le à partager des parties de votre univers aussi.
- **Posez des questions captivantes.** L'initiative d'approfondir une conversation repose généralement sur nous. Les meilleures invitations à des discussions plus profondes sont :
 - * Curieux - Utilisez des mots comme : Je me demande..., qu'est-ce que tu penses de..., As-tu déjà remarqué... Par exemple : "*Je serais intéressé de savoir ce que tu penses qu'il faut pour être un bon ami.*"
 - * Ouvertes - Explorez avec pourquoi, comment, quoi, décris, explique, raconte-moi. Par exemple : "*Raconte-moi comment ça t'a fait sentir.*"
 - * Axées sur l'impact - Cherchez le poids et l'influence de ce qu'ils vous disent. Par exemple : "*Comment cela t'a-t-il affecté ?*" "*Pourquoi penses-tu que cela était important pour toi ?*"

- **Écoutez sans corriger.** Permettez aux mots et aux sentiments de la personne d'exister sans avoir besoin de se défendre. Retenez vos opinions sur ce qu'ils ont dit, sachant que vous pouvez bien écouter que vous soyez d'accord avec ce qu'ils disent ou non.
- **Réfléchissez à ce que vous avez entendu.** Reformulez le contenu et proposez ce que vous entendez par rapport à sa signification pour eux. Cela ouvre souvent la voie au niveau suivant de partage. Par exemple, "Voici ce que j'ai entendu. Dites-moi si j'ai omis quelque chose."
- **Affirmez leur cœur.** Remarquez et parlez-leur de là où vous avez remarqué l'image de Dieu en eux. Quelle preuve de son cœur voyez-vous en eux ? Soyez spécifique et authentique avec des exemples concrets pour étayer ce que vous dites.
- **Attendez votre tour.** Nos histoires et nos pensées ont leur place dans des conversations plus profondes, mais UNIQUEMENT après avoir écouté respectueusement, en retenant la correction et les opinions. Demandez la permission de partager vos pensées et votre perspective, en veillant à ce que vos paroles ne prennent pas plus de place que les leurs dans la conversation. Demandez-leur ce qu'ils pensent de ce que vous partagez, car vous vous souciez de leur avis.



RESSOURCES

Pour des liens vers des ressources supplémentaires, des outils et des informations sur ce sujet, pour accéder au sujet, scannez le code QR ou visitez

<https://yfc.ca/montreal/>

