

Mieux se connaître pour mieux choisir

MES PARENTS NE SONT PAS EN ACCORD AVEC MON CHOIX DE CARRIÈRE



Karine vient d'annoncer à ses parents qu'elle aimerait abandonner ses études collégiales pour devenir mécanicienne. Ils ont refusé catégoriquement. Son père lui a dit qu'elle ne pourrait pas travailler en mécanique puisqu'elle est une fille. Sa mère a ajouté qu'elle était trop brillante pour se limiter à une formation professionnelle. Karine ne sait plus quoi penser. Elle se demande si elle doit mettre sa passion de côté.

S'AFFIRMER, PAS TOUJOURS FACILE !

Comme Karine, tu hésites peut-être à parler de tes projets professionnels avec tes parents. Bien sûr, il est plus facile d'en discuter avec eux si tu as une bonne relation, que tu te sens écouté (é) et encouragé (e). Par contre, même si tu t'entends bien avec tes parents, il se peut que ceux-ci ne soient pas en accord avec ton choix de carrière.

En général, les parents ne sont pas mal intentionnés dans leur façon de réagir. Ils se préoccupent de ton bonheur et font face à plusieurs peurs et insécurités personnelles. Ils ne veulent pas que tu vives des expériences négatives, que tu reproduises des erreurs qu'ils ont faites, que tu sois déçu (e) de tes choix. Bref, tu peux avoir l'impression qu'ils savent ce qui est le mieux pour toi.

De ton côté, tu te découvres de plus en plus et ton désir d'autonomie s'agrandit. Tu constates que parfois, tu ne partages pas la même opinion ou les mêmes valeurs que tes parents. C'est normal et même très sain ! Exprimer tes propres besoins, désirs, rêves et aspirations est une étape importante de la construction de ton identité et de ton estime de soi.

S'affirmer ne signifie pas dire non à l'autre, mais plutôt se dire oui à soi-même !

Si tu es anxieux (e) à l'idée de parler de tes projets d'avenir avec tes parents, sache qu'il est possible de bien planifier ce moment.

UNE BONNE PRÉPARATION

Un avocat convaincant est un avocat qui connaît bien son dossier. Ainsi, il sera plus facile de discuter avec tes parents s'ils constatent que ton choix est réfléchi et que tes arguments sont solides.

Il est essentiel que tu saches clairement :

- Quelle est la profession que tu as choisie et pourquoi ?
- Quels sont les intérêts, aptitudes et valeurs que tu possèdes et qui te rapprochent de cette profession ?
- Que connais-tu de la réalité de cette profession ? À quoi ressembleront tes journées, quelles seront tes tâches ?
- Est-ce que tu as rencontré quelqu'un qui exerce cette profession ? Est-ce que tu lui as posé des questions sur sa réalité, ce qu'elle aime le plus, ce qu'elle aime le moins dans son travail ?
- Quel est le cheminement scolaire exigé ? En quoi la formation choisie correspond-elle à ta capacité de travail et à ton style d'apprentissage ?

Si tu es accompagné (e) par une conseillère ou un conseiller d'orientation dans tes démarches, tu peux le dire à tes parents pour qu'ils sachent que tu es activement impliqué (e) et que tu es soutenu (e) par un professionnel de la carrière.

MISER SUR LA COMMUNICATION

Parler de ton avenir ne devrait pas être une source de confrontation et de conflit. Le climat doit être respectueux et favoriser le dialogue.

Quand tu exprimes ton opinion, assure-toi de :

- Parler au «je»;
- Parler à partir de tes besoins, tes sentiments;
- Parler calmement, avoir confiance;
- Regarder l'autre - contact visuel;
- Avoir des gestes posés, calmes;
- Écouter l'autre.

Prends le temps de bien écouter les arguments de tes parents et pose des questions si tu n'es pas certain (e) de bien comprendre leur point de vue. Tu pourras par la suite déterminer si ces arguments font du sens pour toi et s'ils sont pertinents dans ta prise de décision. Parfois, il est aidant d'être accompagné (e) par une conseillère ou un conseiller d'orientation puisque ce dernier est objectif et te permet de prendre du recul sur la situation.

Si tu constates que la discussion avec tes parents dégénère et que tu ne te sens pas à l'aise, il est préférable d'y mettre un terme et de consulter une ressource pour mieux t'outiller. Si tu vis une situation familiale problématique, tu peux aussi obtenir du soutien de la part du service [d'aide psychosociale](#).

IMPLIQUER LES PARENTS

Des parents rassurés sont habituellement plus collaboratifs. Tu aimerais assister à une journée portes ouvertes dans un collège ? Pourquoi ne pas y aller en compagnie d'un parent ? Cette activité lui permettra de voir concrètement les lieux et en savoir plus sur

la formation que tu vises. Tu peux aussi leur suggérer de consulter certains livres, articles et sites internet pertinents qui sont en lien avec le domaine professionnel qui t'intéresse.

Impliquer tes parents dans tes démarches peut contribuer à améliorer ta relation avec eux. Ils sentiront qu'ils ont une place privilégiée pour te voir évoluer et t'épanouir.

Il est possible que tes parents se sentent maladroits pour t'épauler dans ton cheminement de carrière. Le site [Espace Parents](#) est là pour les outiller.

SOIS PRÊT (E) À ASSUMER LES CONSÉQUENCES

T'affirmer demande de surmonter tes peurs comme décevoir, déranger, déplaire, créer un conflit ou perdre certains privilèges. Même si tu utilises tous les trucs nommés dans ce texte, il se peut que tes parents ne t'appuient pas dans tes projets d'avenir. C'est une position inconfortable qui peut te faire vivre toutes sortes d'émotions.

N'oublie pas que la notion de compromis est rarement une bonne chose quand tu discutes de projets d'avenir avec tes parents. Assure-toi que tu ne mets pas de côté des éléments qui sont importants pour toi dans le but de plaire ou de maintenir la paix.

En conclusion, si ton choix de carrière est clair et que tu es déterminé (e) à atteindre tes objectifs, il est important que tu mises sur tes alliés. Bien sûr, il est préférable que tes parents en fassent partie. Toutefois, n'oublie pas que d'autres personnes significatives autour de toi (amoureux (se), amis, enseignants, collègues, autres membres de la famille, professionnels) peuvent t'aider à te faire confiance et à t'encourager dans tes projets.

Cette lecture suscite des réflexions chez toi ? Tu as le goût d'en discuter ? Viens nous voir. On est là pour toi.

L'équipe des conseillères d'orientation du Cégep

Sources :

[https://www.usherbrooke.ca/etudiants/fileadmin/sites/etudiants/documents/Psychologie/Brochure affirmation soi 2021_01.pdf](https://www.usherbrooke.ca/etudiants/fileadmin/sites/etudiants/documents/Psychologie/Brochure_affirmation_soi_2021_01.pdf)

[https://santementaleca.com/docs/mieux_vivre/definition affirmation soi.pdf](https://santementaleca.com/docs/mieux_vivre/definition_affirmation_soi.pdf)