

NÉGOCIER UNE HEURE DE RENTRÉE : UN EXERCICE POUR LES ADOS



pour les
femmes

Avec un(e) adolescent(e), l'art de la négociation devient encore plus important pour les parents. Fixer une heure pour le retour à la maison le soir en semaine est un exemple de ce que vous devriez négocier ensemble.

1. Le parent mentionne son opinion à ce sujet

Commencez en suggérant ce que vous croyez être une heure de rentrée raisonnable

2. L'ado contribue sa réaction sans dire oui ou non à la demande ou à la suggestion

Demandez à votre ado de suggérer une heure de rentrée.

3. Chaque personne souligne ensuite, le cas échéant, les problèmes que pourrait entraîner la suggestion de l'autre

Si l'ado accepte votre suggestion, tout est bien. Advenant qu'il ou elle suggère une heure de rentrée plus tardive :

- répétez sa suggestion pour montrer que vous l'avez bien entendue
- ne répondez pas par un « oui » ou un « non » à sa suggestion
- mentionnez vos préoccupations relativement à cette suggestion (par ex. vous n'êtes pas certaine que ça irait, parce qu'il ou elle a souvent de la difficulté à se rendre à l'école à l'heure prévue le matin)
- demandez-lui ce qu'il ou elle en pense

4. L'ado et le parent examinent des solutions aux problèmes soulevés

S'il y a toujours un désaccord, c'est le temps de procéder à un remue-ménages. Par exemple, on pourrait adopter un compromis : plus tôt que sa suggestion et plus tard que la vôtre; une heure de rentrée légèrement plus tardive en fin de semaine, mais plus tôt les soirs qui précèdent un jour d'école; une heure de rentrée plus hâtive mais une heure de coucher plus tardive; acceptation d'une heure de rentrée plus tardive à condition qu'elle puisse être modifiée si l'ado a de la difficulté à se lever le matin ou à passer toute la journée à l'école sans faire preuve de fatigue.

5. Si les deux sont d'accord, la négociation est terminée. En cas de désaccord, essayez de trouver un compromis

Encouragez le choix d'une option que vous deux pouvez accepter.

6. Si aucun compromis n'est possible, énoncez alors les deux positions aussi objectivement et respectueusement que possible avant de stipuler quand cette question sera remise sur la table dans un avenir rapproché

S'il vous est absolument impossible de vous entendre sur une heure de rentrée, gardez celle qui est déjà en vigueur et fixez un moment spécifique pour en reparler (par ex. en fin de semaine, après le souper le lendemain soir).