

COMMENT ÉTABLIR UNE ENTENTE?

COMMENT FAIRE LE SUIVI?

LES PIÈGES À ÉVITER

4 ÉTAPES pour une ENTENTE EFFICACE

1. Avoir une **discussion amicale** et ouverte d'esprit au cours de laquelle tout le monde peut exprimer ses sentiments, ses besoins, et ses idées au sujet du problème.
2. Réfléchir aux **solutions possibles** et en choisir une sur laquelle **vous ET votre enfant** êtes d'accord.
3. Mettre l'entente par écrit; être **clair et précis** quant à l'horaire, les délais, les dates, les limites, etc.
4. Comprendre qu'il s'agit d'enfants, qu'il y aura probablement des **oublis** et que les **délais ne seront pas toujours respectés**. Se contenter de respecter sa part de l'entente et rendre les enfants responsables de leurs actes.
5. Donner une période d'essai de courte durée (ex: 1-2 semaines).

Quand une règle ou une entente n'est pas respectée, prendre le temps de faire un suivi (éviter deux pièges : critiquer l'enfant « *On ne peut jamais compter sur toi* » ou abandonner « *Tant pis, fais donc à ta tête* »).

4 ASTUCES pour un SUIVI EFFICACE des ententes

1. S'en tenir à des commentaires simples et concis (**pas de reproche, de critique ou de jugement**) : « *Je remarque que tu n'as pas tondu la pelouse. Peux-tu le faire maintenant s'il te plaît.* »
2. En réponse aux objections de l'enfant, demander : « **Quelle était notre entente?** »
3. En réponse aux objections suivantes, ne rien dire et utiliser une **communication non verbale**. Désigner sa montre. Sourire d'un air entendu (mais non sarcastique). Avoir un geste d'affection et montrer à nouveau sa montre.
4. Lorsque l'enfant s'exécute (parfois de mauvaise grâce, avec l'air renfrogné), dire simplement : « **Merci de respecter notre entente.** »
5. La seule conséquence du non-respect de l'entente au début devrait être de se rasoier pour en rediscuter. Il se peut qu'il soit nécessaire de faire des ajustements.

4 PIÈGES qui font ÉCHOUER le suivi efficace des ententes

1. Vouloir que les enfants et adolescents aient les **mêmes priorités** que les adultes.
2. Rentrer dans le **jugement et la critique** au lieu de s'en tenir au problème initial et décrire la situation.
3. Avoir négligé de **s'entendre clairement** sur des horaires, des délais et des limites précises.
4. Ne pas maintenir **dignité et respect** pour votre préado ou pour vous-même.
5. Ne pas laisser la chance à l'enfant de faire ses preuves.