



COMMENT COUPER LE CORDON ?

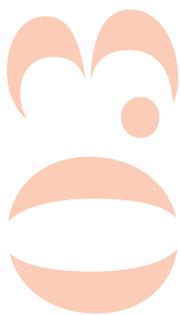
Votre enfant développe sa personnalité et gagne en autonomie. Malgré son aspiration à être indépendant-e, il-elle ne l'est pas encore. Il-elle est en pleine transition et vous devrez certainement jongler entre ses envies de liberté et ses comportements plus enfantins.

Ces changements s'appréhendent par une communication ouverte et directe. Montrez-lui que vous êtes enclin-e à la discussion, prêt-e à répondre à ses questions. N'hésitez pas à lancer la conversation, sans insister en cas de refus. Il-elle doit savoir que vous êtes là, mais vous devez aussi respecter sa vie privée et lui laisser son intimité. Votre ado vous confiera peut-être des choses avec lesquelles vous n'êtes pas d'accord : des actions, des idées, des envies, etc. Ne vous mettez pas en colère dès que cela se produit. Essayez de conserver un regard bienveillant : votre enfant n'est pas vous, acceptez les différences qui peuvent subvenir à cet âge. N'utilisez pas non plus ce qu'il-elle vous confie pour le retourner contre lui-elle à la première dispute ! Il-elle vous a donné sa confiance, lui donner l'impression de le-a piéger pourrait vous la faire perdre.

Il-elle reste toutefois sous votre responsabilité légale : c'est votre rôle de le-a protéger et d'interdire certaines choses. Vous restez son parent, pas

son ami-e. Montrez-lui que vous le-a considérez différemment de quand il-elle était enfant, que vous savez qu'il-elle a grandi, en lui laissant plus d'autonomie. Mais gardez en tête et expliquez-lui qu'il-elle n'est pas un-e adulte accompli-e, a encore besoin d'un cadre et n'est pas capable de tout décider seul-e.

Il est normal de réagir si votre ado dépasse certaines limites. À vous de les fixer avec lui-elle. C'est un être humain en pleine construction, qui commet des erreurs et continuera à en faire comme nous tou-tes. C'est normal de vouloir éviter qu'il-elle reproduise vos faux pas, mais ce n'est pas toujours possible. Il-elle a besoin de faire ses propres expériences ! Choisissez vos combats, ce sur quoi vous ne pouvez pas transiger, et laissez-lui un peu de mou pour le reste. Cela donnera plus de poids à vos remontrances quand vous considérerez qu'il-elle a dépassé les bornes ou se met en danger.



QUELLE LIBERTÉ LUI LAISSER ET QUELLES LIMITES POSER ?

Votre ado est en train de grandir et il-elle ne manquera pas de vous le faire savoir en réclamant de nouvelles libertés : premiers concerts, premières soirées, premières vacances, etc. Vous pouvez facilement être perdu-e entre ce que les autres parents autorisent et ce qui vous semble raisonnable.

Allez-y progressivement

Pas la peine de jeter votre ado dans le grand bain dès 12 ans, ni d'attendre sa majorité pour lui accorder tous les droits. L'autonomie s'apprend accompagné-e, pas à pas. *A priori*, votre ado aura envie de faire certaines choses en même temps que ses ami-es : ne vous préoccupez pas tellement de ce qui est « normal » ou non de faire et à quel âge. Vous connaissez votre enfant, vous devriez savoir ce pour quoi il-elle est suffisamment mature. En revanche, on vous conseille d'y aller petit à petit, peu importe ce qu'il-elle fait de son temps libre. Progressivement, allongez les temps de sortie, les budgets, et levez

certaines contraintes. Le but est que votre ado puisse vous montrer qu'il-elle est digne de confiance et sait respecter un engagement sans que vous soyez sur son dos (rentrer à l'heure, par exemple). Expliquez que si les choses se passent bien à telle sortie, la prochaine fois, il-elle pourra rentrer plus tard, partir plusieurs jours, plus loin, etc. Vous n'avez pas besoin de savoir tout ce que votre ado fait à chaque moment, vous avez surtout besoin de savoir qu'il-elle sait être à la hauteur de ses libertés et des responsabilités qui vont de pair.

Poser un cadre clair

Peu importe la requête, il faut que les règles soient pertinentes, pratiques et limpides pour tout le monde. Lorsque vous accordez une sortie à votre ado, réfléchissez à des contreparties qui vous rassureront : un coup de fil en arrivant, un accès à

ses comptes, un horaire de retour, un texto s'il-elle doit rentrer plus tard que prévu, etc. Dans la mesure du possible, essayez de trouver des compromis dont il-elle doit avoir l'initiative. Idéalement, votre ado doit être responsabilisé-e, pas contrôlé-e.