Max Paradox

UN PROBLÈME ? DÉTENDS-TOI. TU VAS Y ARRIVER !

Nous vivons ensemble et nous avons trois définitions différentes du silence

Comment établir des règles pour partager un logement avec des colocataires adultes



Nous vivons ensemble et nous avons trois définitions différentes du silence

Comment établir des règles pour partager un logement avec des colocataires adultes

Max Paradox

Rozwiąż swój problem z przymrużeniem oka

ISBN: 9788384908402

ALL-IN Rafał Płonkowski

TABLE DES MATIÈRES

INTRO 6

Chapitre 1 - Vivre ensemble, avoir chacun son univers. D'où viennent les conflits que personne n'avait prévus ? 14

Chapitre 2 - Ma normalité contre ta normalité. Pourquoi sommes-nous en désaccord même sur les choses les plus simples ? 24

Chapitre 3 - Reproches silencieux, conflits bruyants. Comment de petites irritations se transforment-elles en guerre domestique ?..... 38

Chapitre 4 - Les fausses solutions qui ne font qu'aggraver la situation. Pourquoi les bonnes intentions ne suffisent-elles pas ?..... 52

Chapitre 5 - Les limites invisibles. Comment protéger son intimité sans transformer son logement en zone de contrôle ?..... 67

Chapitre 6 - L'argent commun, les portefeuilles séparés. Comment partager les dépenses sans perdre ses amis ni ses économies ? 78

Chapitre 7 - Pas assez de place, trop d'affaires. Comment partager les espaces communs pour que chacun puisse vivre normalement ?..... 92

Chapitre 8 - De bonnes intentions, peu de constance. Pourquoi les colocataires ne respectent-ils pas leurs accords ? 105

Chapitre 9 - Un règlement intérieur qui fonctionne vraiment. Comment fixer des règles sans organiser un parlement des colocataires ?.....120

Chapitre 10 - Trois rythmes de vie sous le même toit. Comment concilier travail, repos, sommeil et obligations quotidiennes ?.....133

Chapitre 11 - Une conversation sans drame. Comment exprimer ses besoins, signaler les problèmes et éviter que chaque phrase ne déclenche une dispute ?.....150

Chapitre 12 - Quand quelque chose tombe en panne, n'attendez pas un miracle. Comment gérer les pannes, les disputes et les imprévus ?.....164

Chapitre 13 - Un nouveau colocataire, de nouvelles règles. Comment accueillir une nouvelle personne sans bouleverser tout l'équilibre du logement ?.....179

Chapitre 14 - Les réunions domestiques sans soupirs d'exaspération. Comment prendre des décisions ensemble sans discuter éternellement des mêmes sujets ?.....192

Chapitre 15 - Quand les bonnes règles ne suffisent plus. Comment gérer un colocataire difficile qui refuse de coopérer ? 207

Chapitre 16 - Quand le logement cesse de fonctionner. Comment simplifier les règles, réduire les conflits et retrouver la tranquillité ? 220

Chapitre 17 - Les situations exceptionnelles que le règlement n'avait pas prévues. Comment gérer les déséquilibres, les arrangements compliqués et les changements dans la vie des colocataires ? 233

Chapitre 18 - Pour que la tranquillité ne soit pas seulement temporaire. Comment préserver les bonnes règles et éviter le retour des anciens conflits ?..... 248

Chapitre 19 - Avant que tout ne redevienne comme avant, c'est-à-dire chaotique. Comment empêcher le retour des conflits et réparer les règles de vie commune ? 261

Chapitre 20 - Nous pouvons vivre ensemble et continuer à nous apprécier. Comment créer votre propre modèle de colocation pour les années à venir ?.... 273

INTRO

Il est 22 h 17. Une personne est assise sur le canapé et regarde une série dont les dialogues sont probablement également audibles chez les voisins. Une deuxième vient de terminer un appel téléphonique, parce qu'elle vient seulement de trouver un moment pour prendre des nouvelles de sa famille. Une troisième se tient dans la cuisine, remue énergiquement quelque chose dans une casserole et considère qu'il est parfaitement normal de cuisiner après 22 heures, puisque, après tout, les gens doivent bien manger. Pendant ce temps, une quatrième personne, si elle est simplement de passage, commence à se demander si elle est entrée dans un appartement ou sur le plateau d'un documentaire consacré à la vie naturelle de plusieurs espèces qui ne sont pourtant pas apparentées.

Finalement, quelqu'un prend la parole :

« Est-ce qu'on pourrait faire un peu moins de bruit ? »

Le silence s'installe. Pendant sept secondes entières.

Puis vient la réponse :

« Mais on ne fait pas de bruit ! »

Et c'est précisément à cet instant que le véritable problème commence.

Partager un appartement avec d'autres adultes semble pourtant raisonnable. Chacun a sa vie, son travail, ses obligations et ses habitudes. Chacun devrait comprendre qu'il ne vit pas seul. Chacun est suffisamment mature pour nettoyer derrière lui, prévenir avant d'inviter cinq amis et ne pas considérer la salle de bains commune comme son centre personnel de remise en forme. En théorie, tout paraît

magnifique. En pratique, on découvre que l'âge adulte ne garantit ni la compatibilité des caractères, ni l'uniformité des standards de propreté, ni une définition commune de l'expression « soirée tranquille ».

Pour une personne, le silence commence à 21 heures. Pour une autre, avant minuit, il n'existe aucune raison de se comporter comme dans une bibliothèque. Une troisième est convaincue que le silence signifie simplement l'absence de cris. La télévision, la musique, les conversations en haut-parleur et le sèche-cheveux ne constituent donc aucun problème. Chacune peut sincèrement penser que son approche est parfaitement normale. Et chacune peut considérer que les autres se comportent de manière irrationnelle.

Le problème, c'est que la colocation n'est pas un concours visant à désigner la personne la plus normale. Il n'existe aucune commission qui viendrait mesurer le bon sens de chacun pour attribuer au vainqueur le droit de décider des horaires d'utilisation de la cuisine. Il existe simplement plusieurs personnes qui doivent partager les mêmes pièces, les mêmes équipements et les mêmes espaces, tout en conservant le sentiment qu'elles ont encore une vie personnelle.

C'est beaucoup plus compliqué qu'il n'y paraît.

Un logement, ce n'est pas seulement des mètres carrés

Lorsque plusieurs adultes décident de vivre ensemble, ils règlent généralement les questions essentielles : le montant du loyer, la répartition des factures, la caution, la date du déménagement et la manière de payer les charges. Parfois, la conversation porte également sur le ménage. Quelqu'un propose un planning, quelqu'un d'autre répond qu'il suffit

simplement de nettoyer derrière soi, et une troisième personne acquiesce comme si elle venait de participer à la signature d'un traité historique de paix.

En revanche, on parle beaucoup plus rarement de ce à quoi ressemblera réellement le quotidien.

Peut-on inviter des amis sans prévenir à l'avance ? Un partenaire peut-il dormir sur place plusieurs fois par semaine ? Le réfrigérateur commun signifie-t-il que la nourriture est également commune ? Peut-on laisser de la vaisselle dans l'évier pendant quelques heures ? Quelqu'un a-t-il le droit d'utiliser le salon alors qu'un autre colocataire y travaille à distance ? Quel niveau de bruit peut-on raisonnablement accepter ? À partir de quel moment l'hospitalité se transforme-t-elle en hébergement régulier d'un locataire supplémentaire ?

Ce ne sont pas des détails insignifiants. Ce sont précisément ces situations qui génèrent la plupart des tensions quotidiennes. Non pas parce que les gens cherchent nécessairement à se compliquer la vie, mais parce qu'ils arrivent dans un espace partagé avec des expériences différentes et des attentes dont ils n'ont parfois même pas conscience.

Dans un logement, les chaussures près de la porte représentent un désordre pour quelqu'un. Dans un autre, ce ne sont que des chaussures. Pour une personne, faire la vaisselle le jour même est une évidence. Pour une autre, elle peut parfaitement attendre le lendemain matin. L'une a besoin d'une porte fermée pour se sentir chez elle et préserver son intimité. L'autre considère qu'une porte ouverte est une invitation naturelle à entrer et à discuter.

Aucune de ces différences ne signifie nécessairement que quelqu'un agit de mauvaise foi. Mais si personne n'en parle, elles deviennent rapidement une source d'irritation.

Pourquoi les adultes ont-ils tant de mal à établir des règles simples ?

Parce que beaucoup de personnes partent du principe que les autres devraient savoir spontanément comment se comporter. Après tout, il n'est pas nécessaire d'expliquer à un adulte qu'il faut nettoyer la cuisine après utilisation. Il n'est pas nécessaire de rappeler qu'on n'organise pas un concert à minuit. Et il ne devrait pas être nécessaire de préciser que le papier toilette n'apparaît pas dans la salle de bains grâce à une intervention spontanée de la nature.

Malheureusement, cette conviction présente un défaut fondamental : chaque personne possède sa propre liste de choses qui lui semblent évidentes. Et cette liste ne correspond que très rarement à celle des autres habitants.

De plus, les conversations sur les règles peuvent être inconfortables. Personne ne souhaite commencer une vie en colocation par un règlement ressemblant au manuel d'utilisation d'un établissement pénitentiaire. Nous ne voulons pas non plus passer pour des personnes conflictuelles, excessivement exigeantes ou incapables d'accepter que les autres aient simplement le droit de vivre normalement.

Alors, au lieu de dire clairement ce qui nous dérange, nous commençons à envoyer des signaux subtils. Nous fermons les placards un peu plus fort. Nous soupirons ostensiblement pendant le ménage. Nous déplaçons les affaires des autres à l'autre bout du plan de travail. Nous laissons un message sur la conversation de groupe, dont le

contenu semble parfaitement neutre, mais dont l'auteur espère secrètement que le destinataire se sentira suffisamment coupable pour modifier spontanément son comportement.

C'est de la communication passive-agressive en version colocation. Personne n'a expliqué ce qui n'allait pas, mais tout le monde sent qu'il s'est passé quelque chose. L'atmosphère devient de plus en plus pesante et une simple éponge à vaisselle commence à prendre une importance politique.

Pourtant, établir des règles n'est pas une preuve de manque de confiance. C'est une manière de limiter les malentendus. Des règles bien définies protègent aussi bien la personne qui a besoin de calme que celle qui ne souhaite pas demander chaque jour la permission d'utiliser normalement son propre logement.

Un espace partagé ne signifie pas une vie commune

L'une des choses les plus importantes à comprendre est la différence entre partager un appartement et construire une famille, une amitié ou une communauté fondée sur des habitudes identiques. Vous pouvez vous apprécier, bien vous entendre et aimer passer du temps ensemble. Vous pouvez également vous traiter avec gentillesse et respect sans avoir envie de partager des dîners, de discuter de vos vies personnelles ou d'organiser des excursions le week-end.

Les deux modèles peuvent fonctionner.

Un colocataire n'a pas besoin d'être votre meilleur ami. Il n'a pas besoin de s'intéresser à ce que vous faites après le travail, de connaître l'histoire de vos relations amoureuses ou de participer à toutes les activités communes. En

revanche, il doit comprendre que ses décisions ont des conséquences sur les autres habitants et que l'utilisation d'un espace partagé implique une certaine responsabilité.

Il est tout aussi important de comprendre que l'intimité ne s'arrête pas à la porte de sa propre chambre. Elle concerne également le temps personnel, le repos, les affaires privées et le droit de ne pas participer aux projets des autres. Vous pouvez vivre derrière le même mur que quelqu'un pendant trois ans sans avoir envie de discuter avec cette personne au petit-déjeuner. Ce n'est pas un échec relationnel. C'est simplement la vie avec un autre adulte.

Une colocation devrait permettre à chacun de vivre normalement sans devoir négocier constamment chaque geste. Cela ne signifie pas pour autant que tout le monde peut faire absolument tout ce qui lui passe par la tête. La liberté d'une personne s'arrête là où elle commence à compliquer concrètement la vie des autres.

Vous n'avez pas besoin de colocataires parfaits. Vous avez besoin d'accords clairs.

Ce livre s'adresse aux personnes qui souhaitent partager un logement sans avoir l'impression de participer chaque jour à des négociations de paix interminables. À celles qui ont déjà connu leurs premières déceptions, de petits conflits, des tentatives ratées d'établir un planning de ménage et des conversations qui se terminent par le classique : « Bon, laisse tomber. »

Nous n'allons pas prétendre qu'une seule conversation sympathique suffira pour que tout le monde se mette soudainement à coopérer parfaitement. Tous les conflits ne peuvent pas être résolus par un compromis, et certaines différences de mode de vie peuvent être trop importantes

pour être conciliées confortablement. Parfois, il faudra modifier les règles, parfois avoir une conversation ferme et parfois reconnaître honnêtement que continuer à vivre ensemble n'a tout simplement plus de sens.

Mais il est possible de faire beaucoup de choses avant d'en arriver là.

Vous apprendrez à reconnaître les problèmes qui découlent d'un manque d'accords et ceux qui résultent d'un véritable mépris des besoins des autres. Vous découvrirez comment parler d'argent, de propreté, de bruit, des invités, de l'intimité et des responsabilités sans transformer chaque discussion en procès personnel. Vous verrez comment élaborer des règles concrètes, applicables et équitables pour tout le monde, plutôt que de produire un document que personne ne relira après la première semaine.

Surtout, vous apprendrez à parler des problèmes suffisamment tôt. Sans accumuler des reproches pendant trois mois et sans attendre que l'autre personne découvre par télépathie pourquoi, depuis mardi, vous ne lui répondez plus que par monosyllabes.

Car bien partager un logement ne signifie pas que tout le monde doit se comporter de la même manière. Cela signifie que des personnes différentes sont capables de vivre dans un même espace sans se priver mutuellement de leur confort.

Vous n'avez pas besoin d'avoir une seule et même définition du silence. Il suffit de déterminer quand chacune de ces définitions s'applique et à quel moment tout le monde devrait tout de même baisser un peu le volume.

Et si vous parvenez à atteindre ce niveau d'entente, vous pourrez peut-être, un soir, vous installer dans le salon,

chacun s'occuper de ses propres affaires et personne n'aura rien à reprocher à personne.

Ce sera un magnifique moment.

Évidemment, jusqu'à ce que quelqu'un demande qui a mangé le dernier yaourt.

Chapitre 1 - Vivre ensemble, avoir chacun son univers. D'où viennent les conflits que personne n'avait prévus ?

Imaginez que vous emménagez dans un appartement avec deux autres adultes. Tout semble prometteur. Chacun travaille, chacun a ses activités, et tout le monde affirme être facile à vivre. Lors de votre première conversation, vous entendez des phrases qui ressemblent à des garanties pour un avenir paisible : « Je suis plutôt tranquille », « Je n'ai aucune exigence bizarre », « Il suffit que chacun nettoie derrière lui ». Tout le monde sourit. Quelqu'un commande une pizza. Une autre personne propose de regarder un film ensemble. Vous avez l'impression de venir de trouver les colocataires parfaits.

Trois semaines plus tard, la situation a légèrement changé. Une personne est agacée parce que quelqu'un laisse traîner des tasses sur le plan de travail. Une deuxième estime qu'une tasse n'est pas un problème tant qu'elle ne commence pas à développer sa propre civilisation biologique. La troisième ne comprend pas pourquoi tout le monde se préoccupe autant de la cuisine, puisqu'elle sera de toute façon utilisée de nouveau demain. Dans le salon, un autre problème apparaît : quelqu'un travaille le soir, quelqu'un regarde la télévision et quelqu'un aimerait simplement pouvoir s'asseoir tranquillement. Tout le monde continue de se considérer comme raisonnable. Tout le monde possède également de plus en plus d'arguments contre les autres.

Que s'est-il donc passé ?

Personne n'a changé de personnalité. Aucune épidémie soudaine de mauvaise volonté ne s'est déclarée. C'est simplement la période des premières rencontres, où chacun se présente dans des conditions relativement contrôlées, qui a pris fin. Elle a laissé place à la vie quotidienne. Et la différence est fondamentale. Lors des premiers échanges, nous observons surtout des comportements qu'une personne choisit d'adopter dans une situation précise. La colocation, elle, révèle des habitudes que nous ne remarquons parfois même pas nous-mêmes : la manière de ranger ses affaires, le rythme de la journée, la tolérance au bruit, le rapport aux invités, les limites de l'intimité et la définition personnelle de l'ordre.

Nos habitudes nous paraissent naturelles parce que nous vivons avec elles depuis des années. Nous n'avons pas besoin de prendre chaque jour une décision concernant nos chaussures lorsque nous rentrons chez nous. Nous ne nous demandons pas systématiquement si prendre une douche à minuit est une bonne idée. Nous faisons simplement les choses comme nous en avons l'habitude. Ce n'est que lorsqu'une autre personne commence à utiliser le même espace que nous découvrons que notre normalité personnelle n'est qu'une version parmi de nombreuses autres.

Un logement ne possède pas de mode d'emploi universel

Il faut commencer par accepter une vérité un peu inconfortable : personne n'arrive dans une colocation en laissant son passé sur le palier. Chacun apporte avec lui les expériences de ses anciens logements, les habitudes de sa famille, ses précédentes relations avec d'autres colocataires et sa propre représentation de ce que devrait être la vie quotidienne.

Une personne qui a vécu seule pendant des années peut trouver parfaitement normal de prévenir les autres avant chaque réunion importante organisée dans l'appartement. Quelqu'un qui a grandi dans une grande maison peut être habitué à recevoir des amis sans annonce particulière, la cuisine commune étant un endroit où il se passe toujours quelque chose. Une troisième personne a peut-être déjà vécu avec des gens qui ne respectaient pas son intimité. Elle a donc aujourd'hui besoin de limites très clairement définies.

Aucune de ces personnes n'est nécessairement difficile à vivre. Chacune peut simplement réagir à la réalité à travers le filtre de ses propres expériences.

Les problèmes commencent lorsque nous considérons nos habitudes comme des règles universelles auxquelles tout le monde devrait obéir. Au lieu de dire : « J'ai l'habitude que les invités soient annoncés à l'avance », nous déclarons : « Les gens normaux ne reçoivent quand même pas quelqu'un sans prévenir ». Au lieu d'expliquer que nous avons besoin d'une soirée tranquille, nous affirmons : « Certaines personnes sont incapables de respecter les règles élémentaires de la vie en communauté ».

Remarquez la différence. La première phrase décrit un besoin personnel. La seconde prononce un jugement sur le comportement de quelqu'un d'autre. Un colocataire à qui l'on explique qu'il n'est pas normal ne va probablement pas se mettre avec enthousiasme à analyser vos besoins. Il va plutôt commencer à préparer sa défense.

C'est pourquoi la première étape pour améliorer la vie en colocation consiste à distinguer les faits des interprétations. Le fait est le suivant : hier soir, les invités sont restés jusqu'à une heure du matin. L'interprétation est : mon colocataire ne respecte personne à part lui-même. Le fait peut être discuté

et permettre de décider ce qu'il conviendra de faire la prochaine fois. L'interprétation déclenche un conflit portant sur la personnalité de quelqu'un, un conflit particulièrement difficile à résoudre.

Lorsque quelque chose vous dérange, essayez d'abord de nommer le comportement concret, puis ses conséquences. « Hier, ta conversation téléphonique dans le salon a duré jusqu'à minuit et je n'ai pas réussi à m'endormir » est beaucoup plus utile que « Tu te comportes toujours comme si tu vivais seul ». Même si vous avez très envie de prononcer la deuxième phrase, la première laisse une possibilité de trouver une solution.

Les petites choses cessent d'être petites lorsqu'elles se répètent chaque jour

La colocation possède une particularité : les petits désagréments surviennent dans un endroit qu'il est difficile de quitter définitivement. Si quelqu'un au travail dit quelque chose d'agaçant, vous pouvez terminer votre réunion, rentrer chez vous et vous reposer. Si quelqu'un occupe régulièrement la salle de bains au moment où vous en avez besoin, le problème vous attend encore le lendemain matin.

C'est précisément pour cette raison que des situations insignifiantes peuvent prendre des proportions inattendues. Une assiette oubliée dans l'évier ne constitue pas nécessairement une catastrophe. Mais une assiette laissée chaque jour par la même personne peut devenir le symbole d'un problème beaucoup plus important : une répartition inégale des responsabilités. Une visite imprévue d'un ami peut être parfaitement acceptable. En revanche, des visites régulières au cours desquelles cet invité utilise l'appartement comme s'il était un colocataire supplémentaire

peuvent commencer à affecter le sentiment d'intimité et les dépenses communes.

Avec le temps, nous ne réagissons plus uniquement à la situation présente. Nous réagissons également au souvenir des situations précédentes. Lorsque vous apercevez une nouvelle fois de la vaisselle dans l'évier, vous ne voyez plus seulement quelques assiettes. Vous revoyez toutes les fois où vous avez nettoyé derrière quelqu'un d'autre et toutes les conversations qui n'ont rien changé.

C'est le mécanisme de l'accumulation de la frustration. Il n'est pas toujours conscient. Parfois, une personne n'arrive même plus à expliquer précisément ce qui l'a énervée. Elle sait seulement qu'en entendant le réfrigérateur s'ouvrir, elle ressent soudain un besoin inexplicable de déménager.

Il est utile de distinguer trois niveaux de problème.

Le premier correspond à un désagrément ponctuel. Quelqu'un a oublié une fois de sortir les poubelles, a occupé la salle de bains plus longtemps que d'habitude ou a laissé ses affaires sur la table commune. Dans ce cas, une conversation ordinaire ou un simple rappel suffit généralement.

Le deuxième niveau concerne un comportement répétitif. La même personne ne remplit régulièrement pas ses obligations, ignore les accords établis ou occupe les espaces communs sans tenir compte des autres. Il faut alors discuter d'une règle, et non d'un incident isolé.

Le troisième niveau est celui du manque de respect mutuel. Une personne sait que son comportement complique la vie des autres, mais refuse de changer quoi que ce soit, se moque des problèmes signalés ou franchit volontairement

les limites convenues. Il ne s'agit plus d'une simple différence d'habitudes.

Cette distinction permet d'éviter deux excès. Le premier consiste à provoquer une dispute monumentale pour chaque petit désagrément. Le second consiste à tout tolérer si longtemps que l'on finit par considérer son propre appartement comme un endroit où l'on n'a plus rien à dire.

Pourquoi certains conflits commencent-ils par des choses sans importance ?

Imaginez qu'une personne laisse ses courses sur la table. Une deuxième les déplace pour pouvoir préparer le dîner. La première revient, remarque que ses affaires ont bougé et demande pourquoi quelqu'un les a touchées. La deuxième répond qu'elle n'avait tout simplement nulle part où poser sa planche à découper. Les phrases s'enchaînent, chacune s'éloignant un peu plus du problème initial.

Cinq minutes plus tard, la conversation ne porte plus sur les courses. Elle porte sur le respect que les uns témoignent aux autres, sur l'égoïsme de certains et sur l'incapacité de quelqu'un à coopérer depuis le premier jour.

Dans ce genre de situation, l'objet du désaccord n'est souvent qu'un déclencheur. En dessous se trouve un besoin insatisfait, une question non résolue ou une expérience antérieure. Quelqu'un souhaite garder le contrôle de ses affaires. Quelqu'un d'autre a besoin d'un plan de travail dégagé. Une troisième personne peut avoir le sentiment que l'espace commun est progressivement accaparé par un seul habitant.

Il est donc utile d'apprendre à se poser une question : qu'est-ce qui m'agace exactement dans cette situation ?

Il peut s'agir d'un manque de place, d'un sentiment d'injustice ou de l'impression de ne pas avoir son mot à dire dans l'utilisation d'un espace pour lequel vous payez également. Mais il peut aussi s'agir tout simplement de courses laissées sur la table, auquel cas il suffirait de décider où les ranger.

Tous les conflits ne cachent pas nécessairement un problème beaucoup plus profond. Parfois, le plan de travail est simplement occupé. Toutefois, avant de lancer une discussion sur le respect mutuel, mieux vaut vérifier que vous n'essayez pas de résoudre un problème d'organisation en accusant quelqu'un d'avoir un mauvais caractère.

Faire un premier diagnostic plutôt que provoquer une première dispute

Avant de commencer à modifier les règles de la colocation, observez son fonctionnement réel. Pas la manière dont elle devrait fonctionner selon vos propres attentes, mais ce qui se passe au cours d'une journée ordinaire.

Pendant quelques jours, prêtez attention aux situations qui provoquent des tensions. Vous n'avez pas besoin de tenir un dossier digne d'une commission d'enquête sur une catastrophe immobilière. Une courte note sur votre téléphone suffit. Notez les événements concrets, leur fréquence et leurs conséquences.

Par exemple :

- La cuisine commune est régulièrement occupée aux heures où plusieurs personnes souhaitent préparer leurs repas.
- Des invités passent la nuit sur place sans que les autres aient été prévenus.

- Une seule personne se charge le plus souvent du nettoyage des espaces communs.
- Les conversations et la musique du soir dérangent les personnes qui doivent se lever tôt le lendemain.
- Les affaires personnelles occupent régulièrement les surfaces communes.

Prêtez également attention à un autre élément : le problème est-il réellement partagé par les autres habitants ou concerne-t-il uniquement vos attentes personnelles ? Cette question est importante, car toutes les préférences individuelles ne doivent pas automatiquement devenir des règles imposées à tout le monde.

Vous pouvez aimer une cuisine parfaitement ordonnée, mais cela ne signifie pas que les autres doivent ranger les produits du réfrigérateur en fonction de la hauteur de leurs emballages. Vous pouvez préférer un silence absolu lorsque vous travaillez, mais si vous travaillez dans le salon, vous devez également tenir compte du fait que les autres habitants ont le droit d'utiliser cette pièce. À l'inverse, une personne qui souhaite organiser des réunions bruyantes ne peut pas partir du principe que tout le monde doit s'adapter à ses projets.

Un bon diagnostic tient compte des besoins de chaque partie.

Il est également utile de déterminer à quelle fréquence une situation se produit et quelles en sont les conséquences. Un colocataire qui reçoit des amis une fois par mois pour une soirée ne pose pas le même problème que quelqu'un qui accueille plusieurs personnes tous les jours. Une personne qui laisse occasionnellement traîner une tasse n'est pas

dans la même situation que quelqu'un qui abandonne systématiquement toute la cuisine à nettoyer aux autres.

Notez aussi si le problème a déjà été abordé. Si ce n'est pas le cas, il est possible que l'autre personne ne sache tout simplement pas que son comportement vous dérange. En revanche, si une règle a été clairement établie et qu'elle est régulièrement ignorée, la conversation devra également porter sur la responsabilité de chacun envers les accords communs.

Quand faut-il commencer à discuter ?

Le meilleur moment est celui où le problème est encore suffisamment limité pour pouvoir être abordé calmement. N'attendez pas que la simple vue de votre colocataire déclenche dans votre tête un monologue intérieur rempli d'arguments.

Évitez également de commencer une discussion importante au moment où vous êtes le plus énervé. Une conversation sur le fait que quelqu'un occupe régulièrement la salle de bains ne devrait pas avoir lieu à travers une porte fermée alors que vous êtes déjà en retard au travail. Dans ces circonstances, il est facile de dire quelque chose qui ne contribue absolument pas à résoudre le problème, mais qui fournira suffisamment de matière pour trois semaines supplémentaires de tensions.

Choisissez un moment calme et présentez une situation concrète. Vous pouvez dire :

« J'aimerais qu'on parle de l'utilisation de la cuisine. Ces derniers temps, il m'est arrivé plusieurs fois de ne pas pouvoir préparer mon repas parce que le plan de travail était occupé par tes affaires. Je ne veux pas en faire toute une

histoire, mais nous devons décider où ranger les objets dont nous ne nous servons pas sur le moment. »

Ce n'est pas une attaque. C'est une information sur un problème et une invitation à trouver une solution.

Ne vous attendez toutefois pas à ce que chaque conversation se termine par un accord immédiat. L'autre personne peut avoir un point de vue différent auquel vous n'aviez pas pensé. Peut-être n'a-t-elle aucun endroit où ranger ses courses. Peut-être utilise-t-elle la cuisine à d'autres heures. Peut-être n'a-t-elle tout simplement jamais remarqué que ses affaires occupaient régulièrement le plan de travail commun.

Laissez-lui la possibilité de présenter son point de vue. Cherchez ensuite un accord qui répond à la difficulté réelle, plutôt que de simplement confirmer vos attentes initiales.

Le premier chapitre de la vie en colocation ne devrait pas être l'histoire de celui qui est le plus exigeant, le plus tolérant ou le plus civilisé. Il devrait être une tentative de comprendre pourquoi plusieurs personnes, qui ne semblaient avoir aucun problème entre elles sur le papier, commencent à s'irriter lorsqu'elles utilisent simplement la cuisine, la salle de bains ou le salon.

Lorsque vous cesserez de considérer chaque différence comme une preuve de mauvaise volonté, vous pourrez plus facilement identifier la véritable source des tensions. Et lorsque vous saurez quel est le problème, vous pourrez enfin discuter de sa solution au lieu d'organiser un procès interminable contre la personne qui a encore laissé une tasse sur la table.

Chapitre 2 - Ma normalité contre ta normalité. Pourquoi sommes-nous en désaccord même sur les choses les plus simples ?

La colocation possède une capacité extraordinaire à révéler des différences que nous n'aurions probablement jamais remarquées dans une autre forme de relation. Vous pouvez connaître quelqu'un depuis plusieurs années, le retrouver régulièrement en ville, partir en voyage avec lui et le considérer comme une personne particulièrement raisonnable. Mais il suffit de commencer à partager la même salle de bains pour découvrir que vos conceptions du temps passé sous la douche diffèrent de vingt minutes et que votre rapport aux serviettes pourrait faire l'objet d'une conférence internationale à part entière.

Auparavant, vous voyiez cette personne dans des situations qui avaient un début et une fin bien définis. Un déjeuner ensemble durait deux heures. Une rencontre se terminait lorsque chacun rentrait chez soi. Un week-end avait un programme prévu à l'avance. Désormais, il n'existe plus de véritable frontière. Le quotidien répète les mêmes situations et chacun y apporte ses propres standards.

Une personne estime que l'ordre signifie l'absence d'objets visibles sur les plans de travail. Une autre ne voit aucun problème à laisser sur la table les affaires dont elle se sert actuellement. Une troisième ne fait le ménage que lorsqu'elle considère que l'endroit est devenu véritablement inesthétique. Tout le monde peut regarder exactement la

même cuisine et avoir l'impression de voir un appartement complètement différent.

Il ne s'agit pas simplement d'une question de goût. Les différentes définitions des notions quotidiennes influencent la manière dont nous utilisons les espaces, la répartition des responsabilités et notre sentiment de justice. Si ces différences ne sont pas exprimées, chacun part du principe que les autres savent parfaitement ce qu'il veut dire.

Les mots qui semblent évidents ne le sont pas du tout

Les malentendus trouvent souvent leur origine dans des expressions apparemment simples : propre, calme, rapide, tard, souvent, occasionnellement, ensemble et après soi. Elles semblent parfaitement claires jusqu'au moment où il faut déterminer ce qu'elles signifient concrètement.

Prenons le mot « nettoyer ». Pour une personne, cela signifie laver la vaisselle, essuyer le plan de travail, nettoyer la plaque de cuisson et sortir les poubelles. Pour une autre, il suffit de ranger ses propres affaires. Pour une troisième, faire le ménage signifie remettre la pièce dans un état qui ne justifie pas une intervention immédiate des services sanitaires.

Chacun peut être convaincu d'avoir rempli sa part des obligations. Et chacun peut avoir le sentiment que les autres n'en font pas assez.

Il en va de même pour le silence. Si vous dites à vos colocataires qu'à partir de 22 heures, l'appartement doit être calme, vous risquez d'obtenir trois interprétations différentes. La première personne éteindra la télévision. La deuxième estimera qu'il suffit de baisser le volume de deux niveaux. La troisième continuera à téléphoner, puisqu'elle n'écoute pas de musique.

Le malentendu ne vient pas ici d'un manque d'intelligence. Il vient du fait que nous utilisons des mots généraux que chacun interprète à travers ses propres expériences.

C'est pourquoi, lorsque vous établissez des règles, vous devez transformer les attentes générales en comportements observables. Au lieu de dire « Nous gardons la cuisine propre », il vaut mieux convenir que chacun lave la vaisselle qu'il a utilisée après avoir préparé son repas, enlève les restes de nourriture du plan de travail et remet les ustensiles communs à leur place. Au lieu de dire « Nous ne faisons pas de bruit le soir », vous pouvez définir des horaires pendant lesquels les conversations bruyantes, la musique et l'utilisation d'appareils bruyants doivent être limitées.

Ce changement peut sembler insignifiant, mais il a une importance considérable. Il n'est plus nécessaire de deviner ce que la personne voulait dire. Il devient possible de vérifier si un accord concret a été respecté.

L'ordre est personnel, mais la cuisine est commune

Le ménage est l'un des domaines qui provoquent le plus facilement des conflits dans une colocation. La raison est simple : chacun possède son propre seuil de tolérance au désordre, alors que tout le monde utilise les espaces qui doivent être entretenus collectivement.

Pour une personne, laisser de la vaisselle dans l'évier pendant quelques heures n'est pas un problème. Pour une autre, c'est une vision désagréable qui complique l'utilisation de la cuisine. Quelqu'un peut tolérer la poussière sur une étagère, mais ne pas supporter les surfaces de travail sales. Quelqu'un d'autre peut essuyer régulièrement le plan de travail sans même remarquer que la poubelle déborde déjà.

Il est important de comprendre que le niveau de propreté n'est pas une valeur universelle. On peut avoir des exigences très élevées concernant sa propre chambre tout en accordant peu d'importance à l'ordre dans le salon. On peut également avoir l'attitude inverse : ne pas se préoccuper de ses affaires personnelles, mais avoir besoin d'une cuisine commune parfaitement rangée.

Le problème apparaît lorsqu'une personne essaie d'imposer aux autres son standard personnel sans discuter de sa nécessité ni de la possibilité de le maintenir.

Imaginez une colocataire qui nettoie soigneusement la cuisine chaque soir. Elle lave l'évier, essuie les façades des placards, range les épices et remet les produits en ordre sur les étagères. Les autres habitants ne font pas la même chose parce qu'ils ne considèrent pas ce niveau de rangement comme indispensable. Après quelques semaines, cette colocataire commence à avoir le sentiment de travailler à la place de tout le monde. Les autres, de leur côté, commencent à avoir l'impression d'être constamment jugés.

Qui a raison ?

Il est possible que les deux parties aient des attentes légitimes, mais aucune ne parle du véritable problème. La première personne a besoin d'un espace mieux organisé. Les autres ont besoin d'un standard qui ne les oblige pas à effectuer chaque jour des tâches supplémentaires sans nécessité évidente.

La solution ne consiste ni à adopter automatiquement le niveau d'exigence le plus élevé, ni à accepter n'importe quel désordre. Il faut déterminer ensemble un niveau commun qui permette à chacun d'utiliser normalement la pièce.

Un bon point de départ consiste à distinguer l'ordre personnel de l'ordre collectif. La chambre de chacun relève avant tout de la responsabilité de son occupant, tant que son état n'a pas de conséquences sur la sécurité, l'hygiène ou le logement lui-même. En revanche, la cuisine, la salle de bains et le salon communs nécessitent des règles qui tiennent compte des besoins de tous.

Cela ne signifie pas que tout le monde doit apprécier le même niveau de propreté. Cela signifie que chacun doit savoir quel standard s'applique aux pièces communes.

Le silence n'est pas un état absolu

Les différences concernant le bruit peuvent être encore plus difficiles à gérer, car elles ne peuvent pas toujours être résolues en limitant simplement une activité précise.

Une personne travaille tôt le matin et souhaite se coucher à 22 heures. Une autre rentre chez elle à cette heure-là et n'a enfin le temps de préparer son dîner qu'à ce moment. Une troisième travaille à distance et a besoin de calme pendant la journée, mais aime regarder des films le soir. Leurs emplois du temps ne sont pas identiques et l'appartement ne dispose pas de trois systèmes acoustiques indépendants.

Dans ce genre de situation, il est utile de distinguer deux notions : les bruits ordinaires de la vie quotidienne et les nuisances qui empêchent réellement quelqu'un de se reposer ou d'accomplir ses obligations.

Il est impossible d'exiger qu'un appartement soit toujours parfaitement silencieux. Les portes vont s'ouvrir, quelqu'un va utiliser la cuisine, un téléphone va parfois sonner et les appareils ménagers vont faire leur travail. Une colocation n'est pas un studio d'enregistrement, même si certains

habitants se comportent comme si chaque son dépassant le murmure constituait une violation d'une convention internationale.

D'un autre côté, affirmer « Ce sont quand même des bruits normaux » ne justifie pas tout. La musique à volume élevé, les conversations au haut-parleur, les réunions entre amis qui durent plusieurs heures ou l'utilisation d'appareils d'une manière qui dérange régulièrement les autres nécessitent de tenir compte des besoins communs.

La meilleure approche consiste à définir des plages horaires précises et les types de comportements qui doivent être limités. Il faut également tenir compte des différents emplois du temps des habitants. Si une personne travaille en horaires décalés, une règle rigide qui prévoit du silence uniquement la nuit peut être insuffisante. Il est alors possible de convenir de dispositions supplémentaires concernant le travail et le repos, par exemple en prévenant les autres lorsqu'une réunion importante nécessite du calme.

Il est également important de ne pas considérer chaque demande visant à réduire le bruit comme une attaque contre sa propre liberté. De la même manière, la personne qui a besoin de tranquillité doit se rappeler que ses besoins ne lui donnent pas automatiquement le droit de contrôler toutes les activités des autres habitants.

De bonnes règles prennent en compte les deux parties. Elles n'ont pas besoin de garantir un silence absolu. Elles doivent limiter les situations dans lesquelles le confort d'une personne est régulièrement sacrifié au profit de la commodité d'un autre habitant.

L'invité qui n'en est plus vraiment un