

WAT äntwieren?

**Je ne veux
plus de grande sœur/
plus de petit frère...**

Sous le coup de l'émotion...

Marre de la jalousie, des cris et des disputes entre vos enfants ?

Souvent, lorsque l'on parle des relations entre frère-s et sœur-s, les réactions sont assez tranchées. Soit ils-elles sont les plus complices du monde, soit ils-elles se détestent au point de ne plus se voir en peinture. Cependant, on cherche rarement à

comprendre quelle est l'origine de ces conflits. Comme s'il y avait une fatalité face à leurs existences. L'entente entre frère et sœur serait une sorte de coup du hasard : parfois ça marche et parfois non. Il existe pourtant des clés qui aident à mieux comprendre les raisons de ces conflits entre frère-s et sœur-s.

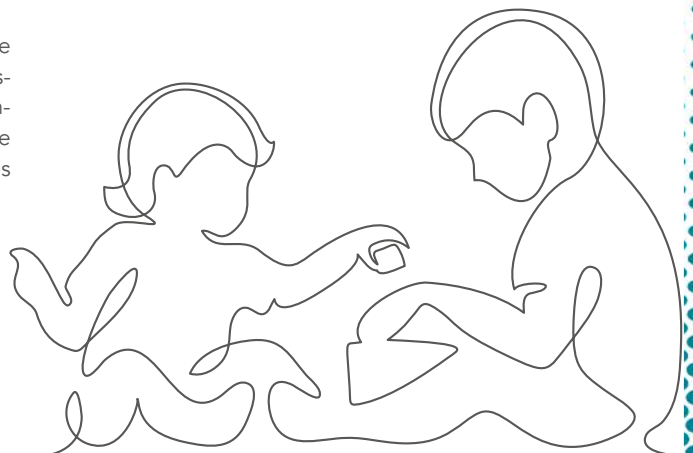
Des repères «théoriques»

L'enfant de 1 an à 3 ans est celui-celle qui risque d'être le-la plus jaloux-se d'un petit frère ou d'une petite sœur. En effet, il-elle a du mal à partager l'attention de ses parents. Il-elle peut passer très rapidement d'un état d'excitation ou de fierté à la jalousie, la tristesse ou le ressentiment. Il-elle peut souhaiter que le bébé soit ramené-e à l'hôpital et peut même lui faire du mal par accident. Il arrive aussi qu'il-elle essaie d'attirer l'attention en adoptant un comportement infantile, par exemple en n'étant plus propre ou en demandant à être allaité ou nourri au biberon.

C'est normal pour un-e tout-e petit-e d'être égocentrique (centré-e sur lui). Il-elle n'a pas encore la capacité de s'intéresser à ce que vivent les autres. En effet, l'empathie chez l'enfant n'est pas une qualité innée. Il-elle a besoin de l'aide de ses parents pour apprendre à comprendre ce que les autres ressentent.

Cependant, **entre l'âge de 6 et 7 ans, l'enfant commence à comprendre ce que la coopération signifie**, de sorte qu'il-elle est capable de partager avec les autres, manifestant ainsi le lien.

Un-e enfant plus vieux-vieille peut manifester ses sentiments de jalousie de façon un peu plus subtile. Par exemple, il-elle peut serrer le bébé très fort dans ses bras ou l'accuser à tort de certaines choses.



L'avis des expert-e-s

Nombreux·ses sont les enfants ayant vécu comme une injustice l'arrivée brusque d'un petit frère ou d'une petite sœur. Car si ce·cette nouvel·le arrivant·e (pour ne pas dire envahisseur·euse) peut certes être désiré·e par les parents, les enfants déjà présent·es ont rarement leur mot à dire sur ce sujet. De ce fait, ils·elles ne voient pas forcément ce changement d'un bon œil.

Ne vous attendez pas à ce que de la rivalité fraternelle apparaisse juste après la naissance d'un bébé. Elle survient souvent lorsque celui·celle-ci a environ 6 mois, qu'il·elle est éveillé·e pendant une grande partie de la journée et qu'il·elle s'impose davantage comme une personne à part entière.

Les plus jeunes, quant à eux, ont besoin de beaucoup d'attention de la part de leurs parents ce qui peut provoquer de la jalousie chez les plus grand·es.

Un·e aîné·e peut prendre son rôle de grand frère ou de grande sœur tellement au sérieux qu'il·elle aura tendance à en faire trop. Par exemple, il·elle se montre possessif·ve envers le bébé. Un·e enfant peut aussi être très fier·ère d'avoir un petit frère ou une petite sœur. Il·elle veut alors montrer le bébé à tout le monde et souhaite lui faire des câlins constamment.

La jalousie de l'aîné·e peut apparaître ou réapparaître lorsque le bébé (ou l'enfant plus jeune) parvient à un nouveau stade de sa vie : quand il·elle apprend à marcher, se met à l'interrompre dans son jeu, à casser ses jouets, à les éparpiller, quand il·elle apprend à parler et devient capable de défier son grand frère ou sa grande sœur.

La fratrie est toujours une **source de rivalité**. Les conflits entre frère·s et sœur·s peuvent aller de la simple chamaillerie à l'expression d'une haine explosive et destructrice dans des cas plus graves.

Des chercheur·euses ont montré que la capacité d'un·e enfant à coopérer et à partager au sein de sa famille s'observe ensuite avec ses ami·es. Pour autant, cela ne veut dire que l'enfant unique est nécessairement égoïste et centré·e sur lui·elle-même. Grâce aux limites qui lui sont imposées à la maison, un·e enfant qui n'a pas de frère ni de sœur comprend que les besoins des autres doivent être pris en considération.

Astuces et manière de répondre

• Pensez à lire la fiche générale n° 2

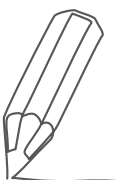
- Dites-lui que vous l'aimez autant qu'avant et autant que son petit frère/sa petite sœur. Il/Elle a été lui aussi désiré·e, choyé·e et aimé·e (et que cela continue...).
- Invitez votre enfant à observer les réactions et les sentiments des autres.
- Lisez-lui des histoires à propos de familles qui viennent d'accueillir un bébé, et parlez ensemble des sentiments que cette naissance éveille chez lui·elle.
- Utilisez les histoires que vous lisez à votre enfant pour parler ensemble de ce que ressentent les autres frères et sœurs.
- Encouragez-le·la à être attentif·ve aux autres. Par exemple, invitez-le·la à consoler son petit frère ou à prêter ses jouets à sa grande sœur.
- Inventez des jeux de rôles. Ceux-ci peuvent contribuer à faire comprendre à votre enfant le point de vue de l'autre.
- Laissez votre aîné·e vivre comme un·e enfant de son âge. Ce n'est pas parce qu'il·elle est devenu·e le·la plus grand·e qu'il faut lui demander de penser en « grand ». Permettez-lui de rester petit·e.

- Laissez-le·la exprimer ses émotions de tristesse ou de colère, mais dites-lui que vous n'accepterez aucun geste violent entre frère·s et sœur·s.
- Dites que c'est normal de ne pas toujours s'entendre avec son frère ou sa sœur et qu'apprendre à partager, à pardonner, à s'entendre, fait partie du « devenir grand·e ».
- Essayez de passer du temps avec votre aîné·e, en tête à tête. Parlez ensemble, cajolez-le·la, participez à son activité préférée... Rappelez-vous que le plus important n'est pas de lui consacrer beaucoup de temps, mais plutôt de passer avec lui un temps de qualité, où vous êtes entièrement disponible. Il·elle sera ainsi rassuré·e de l'amour que vous lui portez.
- Faites des activités en famille...

Des outils

- Kleine grosse Schwester

Bibliothèque d'outils, lexique, bibliographie, adresses utiles,... Retrouvez tous nos outils dans les fiches « annexes » sur le site www.watantweren.lu



planning familial