

Cris, insultes... Mais pourquoi se chamaillent-ils donc? Et si vous profitez de ces disputes pour développer chez eux des qualités qui leur seront utiles toute leur vie, comme l'empathie, le sens du partage et l'art de gérer les conflits?

Avec Nina Bataille*, coach familiale.

Les enfants uniques disent souvent qu'ils auraient aimé avoir un frère ou une sœur. Alors pourquoi diable nos chers petits – qui ont la chance d'en avoir un(e) – passent-ils donc le plus clair de leur temps à se chicaner? Tout est prétexte à disputes: la plus grosse tartine, le bol avec une inscription, la place dans la voiture, le jeu de Meccano... Vous n'en pouvez plus. Auriez-vous manqué une marche? Est-ce vous qui n'avez pas su leur apprendre à se respecter et à s'entraider? Pas de panique. Selon le célèbre pédiatre américain Terry B. Brazelton, les frères et les sœurs sont «destinés à se bagarrer». Nous voilà rassurés. Mais qu'est-ce qui génère donc tant de tensions dans une fratrie?

INTRUS OU PAS ?

A l'origine des disputes entre frères et sœurs, il y a la jalousie. «C'est un sentiment inévitable qui apparaît dès que la maman est enceinte du deuxième enfant, observe Nina Bataille, coach fa-

miliale. Dès ce moment, l'aîné souffre de perdre l'amour exclusif de ses parents et redoute d'être moins aimé que son rival. On a toujours une raison de se figurer que l'autre reçoit plus que vous!» Tous jaloux, nos loulous? Certaines configurations familiales sont plus épargnées que d'autres. «Lorsque l'écart d'âge entre les enfants est de plus de six ans, on échappe plus facilement à la jalousie, constate la spécialiste. L'arrivée du petit frère vient conforter l'aîné dans sa place de grand qui peut montrer le chemin, pour lui c'est valorisant.» A l'inverse, lorsque l'écart est faible (trois ans ou moins), la jalousie culmine. Les parents ont alors tendance à faire des comparaisons, ce qui attise les rivalités. Surtout

si les enfants sont de même sexe, donc déjà en concurrence et obligés de se distinguer à tout prix de l'autre pour exister! A tout cela vient s'ajouter ce qu'on pourrait appeler la loterie du tempérament. «Il existe une infinité de combinaisons de tempéraments, remarque Nina Bataille. Mais lorsqu'on a des enfants aux personnalités très différentes, les conflits sont plus fréquents. Ils ne se ressemblent pas, donc ne se comprennent pas.» Mais comment savoir si c'est la jalousie qui parle ou si la dispute qui vient d'éclater entre vos enfants résulte d'autre chose? Le besoin de se décharger des tensions qu'ils ont accumulées au fil de la journée par exemple, déceptions, frustrations, fatigue, disputes avec d'autres enfants... Ou une envie du grand que le petit ne partage pas: se reposer ou au contraire se défouler, bouger, faire un jeu, faire le clown.

HISTOIRES DE JALOUSIE

Certaines situations ne laissent guère de place au doute. Votre aîné donne des coups de pied dans le vélo de son petit frère chaque fois celui-ci parvient à sa hauteur? C'est clair, il est jaloux. Il faut intervenir. Mais comment?

«On a souvent tendance à gronder l'agresseur en premier mais il est préférable de s'occuper d'abord de la victime, recommande la coach familiale. Si on gronde d'abord l'agresseur, il obtient ce qu'il veut: de l'attention, même à mauvais escient.» Rassurez le petit, consolez-le: «Ça va, tu n'as pas eu mal?» Puis rappelez les règles d'une voix ferme et assurée: «Chez nous, pas d'insultes et pas de coups.» Et obtenez de l'aîné qu'il demande pardon. Même un petit pardon dit du bout des lèvres, ça répare la relation. Attendez que la tension soit redescendue (ça peut prendre quelques minutes ou quelques heures) pour revenir vers l'agresseur et aborder le «vrai» problème. «Je comprends que tu sois jaloux, moi aussi, quand j'étais petit(e) avec ton tonton Jacques, ce n'était pas tous les jours ➡

AÎNÉ

Le rang de la naissance influence le comportement des parents et, par là même, la personnalité de l'enfant. Ainsi l'aîné est-il souvent investi d'une forme de suprématie. Il est celui qui doit donner l'exemple. A lui le leadership et l'autorité! Sérieux, ambitieux, l'aîné veut être le meilleur dans tous les domaines et se met facilement la pression tout seul. Attention à ne pas le placer au centre du monde et à ne pas le laisser trop fréquenter le monde des adultes.

CADET

Le mot qui le définit le mieux, c'est: rebelle. Pour exister, le cadet doit pousser l'aîné hors de son piédestal. D'où une tendance à vouloir changer les choses qui fait de lui un novateur. Attention à ne pas le laisser sur la touche. Il faut l'aider à prendre sa place... surtout s'il est coincé entre un aîné et un petit dernier!

BENJAMIN

Il bénéficie de l'indulgence des parents, moins stressés qu'avec ses aînés. Joyeux, drôle, c'est le plus épanoui. Attention à ne pas trop mollir avec lui!

facile...» Essayez de comprendre ce qui ne va pas avec votre enfant. «Qu'est-ce qui te manque? Qu'est-ce que tu voudrais?» Il y a de fortes chances pour qu'il vous réponde: «Tu ne t'occupes pas assez de moi!» Souvent les enfants ont simplement besoin d'un moment quotidien en tête à tête. Pas besoin d'y passer une heure. Cinq à dix minutes, ça suffit. Faites-lui raconter sa journée, lisez-lui une petite histoire, faites ensemble un jeu qu'il aime. Même une présence passive peut suffire: regardez-le pendant qu'il fait son dessin ou qu'il monte son jeu de construction. C'est valorisant, ça l'aide à se sentir important.

MAMAN, IL M'EMBÊTE!

Les disputes de nos petits sont rarement le fruit de profonds désaccords. Souvent, c'est une brouille qui met le feu aux poudres. Il a marché sur son dessin. Elle a mangé le dernier gâteau. C'est encore lui/elle qui a pris le fauteuil devant la télé. Faut-il intervenir ou leur laisser le droit de se disputer? Après tout, les disputes font partie de la vie de famille. Elles permettent de ne pas toujours se plier à la volonté de l'autre, de s'affirmer. «Beaucoup de parents ont peur des conflits et cherchent à tout prix à les désamorcer mais ça n'a pas de sens, estime Nina Bataille. Les conflits, ça fait partie de la vie, on y est tous forcément confrontés. Mieux vaut armer nos enfants en leur donnant les moyens d'y faire face. Ça développe en eux des compétences dont ils se serviront quand ils arriveront à l'école et, plus tard, tout au long de leur vie.» Bien sûr, il ne s'agit pas de quitter la pièce dès qu'ils se chamaillent en lançant un magistral: «Réglez ça tout seuls, je ne veux pas en entendre parler.» Résoudre un conflit, trouver une issue, ça s'apprend. Vous allez d'abord devoir leur montrer la voie en jouant les médiateurs.

GÉRER LES CONFLITS

Arthur était tranquillement assis au milieu du salon, occupé à monter une tour en Kapla, quand sa petite sœur,



prise de fourmis dans les jambes, s'est mise à danser. Patatras, une arabesque incontrôlée est venue abattre la tour construite avec tant de soin et de patience. Hurlements d'Arthur. «Maaaaaaan, t'as vu ce qu'elle a fait?» Riposte de sa petite sœur: «Mais tu prends tout le tapis, c'est de ta faute aussi!» Les cris enflent, les coups partent, c'est la dispute.

Etape numéro 1. Commencez par reconnaître les griefs des enfants l'un envers l'autre. Cela a généralement pour effet de les aider à se calmer. Amenez chacun à se mettre à la place de l'autre: «Sophie, qu'est-ce que tu crois qu'Arthur ressent en voyant sa tour effondrée?» «Arthur, regarde comment tu t'es installé, tu crois que c'est sympa pour ta petite sœur d'occuper tout le milieu du salon?» Ils auront sûrement du mal à l'admettre, mais l'un et l'autre vont reconnaître en leur fort intérieur qu'ils ont certains torts...

Etape numéro 2. Faites appel à eux pour trouver une issue au conflit: comment est-ce qu'on pourrait s'organiser pour que ça n'arrive plus? Les enfants adorent qu'on leur parle comme à des adultes. Des idées, ils n'en manquent pas! Et le fait que les solutions viennent d'eux fait redescendre la pression.

Etape numéro 3. A présent que chacun s'est exprimé, on peut retenir la meilleure solution, celle qui convient à tout le monde. Chacun à leur tour, regardez-les bien dans les yeux: «On est bien d'accord?» Le fait de soutenir votre regard et de confirmer vaut engagement. La prochaine fois qu'ils se disputent, tentez le coup. Quittez la pièce en leur disant: «Vous êtes parfaite-

LES PETITES PHRASES À NE PAS DIRE

● Arrêtez tout de suite!

Pour vos enfants, il n'en est pas question. Arrêter, ça voudrait dire laisser la victoire à l'autre.

● Qui a commencé?

Vous ne pensez quand même pas que le coupable va se dénoncer?

Personne n'aime perdre la face.

● Vous n'avez pas honte de vous battre tout le temps? Vous allez finir par me donner un ulcère!

Ce n'est pas en les culpabilisant que vous ramènerez la paix. En plus, vous leur faites endosser une responsabilité qui n'est pas la leur.

● Puisque c'est comme ça, vous allez partager.

Vous pensez la jouer «équitable» mais en réalité vous faites deux mécontents. Chacun estime que l'objet de la dispute lui appartient à lui et pas à l'autre!

ment capables de régler ça, je ne vais pas défaire le conflit à votre place.» En agissant ainsi, vous les autonomisez et vous boostez leur estime d'eux-mêmes. Bien sûr, il y a de fortes chances pour qu'ils ne soient pas encore en mesure de trouver une issue tout seuls et pour que vous deviez encore intervenir. Mais peu à peu, ils vont apprendre à écouter l'autre, à comprendre son point de vue, à négocier, à pactiser... «Cela ne fera pas disparaître les disputes, reconnaît Nina Bataille dans un sourire. Mais ça met de la fluidité dans les relations familiales et tout le monde y gagne en sérénité.» ✪

* Auteure de *Frère et sœur, de la rivalité à la complicité*, Larousse.

SUR LE WEB Que faire s'ils se détestent?
magicmaman.com/enfantsdetestent