

FRÈRES ET SŒURS COMME CHIEN ET CHAT

Anne Bideault

Elle n'arrête pas de chercher son grand frère, ils se chamaillent à tout bout de champ, les coups de pieds ne sont pas rares... Parmi les enfants, les conflits sont fréquents et éprouvent les nerfs des adultes. Quel regard porter dessus ? Comment réagir ?

« Vous pourriez écrire un article sur les conflits ? Je n'en peux plus ! ». Ce cri du cœur d'une lectrice, mère de deux jeunes enfants qui « se cherchent tout le temps », nous a poussées à rédiger ces pages. Dans certaines familles, les disputes sont récurrentes, dans d'autres, plus rares, mais... c'est un sujet qui touche tout le monde.

PAS DE FRATRIE SANS CONFLIT

Le psychologue et psychanalyste Daniel Coum, spécialisé dans le soutien à la parentalité, le dit sans ménagement : « Les familles rêvent d'un lien fraternel qui serait spontanément pacifique. Or c'est l'inverse ! » Pourquoi ? Parce que frères et sœurs se partagent des parents communs. Le lien fraternel naît dès que l'on annonce au premier-né la venue d'un frère ou d'une sœur. « Il le reçoit toujours comme une atteinte à la suprématie de la place qu'il occupe auprès de ses parents », décrypte le psychologue. Bref, comme si ses parents lui disaient : « Nous ne nous satisfaisons pas de toi. » Et lorsque ce bébé arrive, quel choc ! Pourquoi donc ses parents s'extasiaient-ils devant cet être qui ne fait rien ou si peu ? Quel trouble pour l'aîné, qui fait tant d'efforts pour grandir ! Le lien fraternel est bel et bien marqué, dès l'origine, du sceau de la rivalité, de la jalousie et de la désillusion.



© Anne Bideault

Le second né (ou le troisième, ou le x^{ème}), lui, cultive le sentiment qu'il lui manquera toujours quelque chose : le temps passé avec ses parents quand il n'était pas encore là. Se met en place ce que la philosophe et thérapeute familiale Nicole Prieur nomme « la calcullette inconsciente » : « On compte ce que l'autre a et ce qu'on n'a pas : le temps, les objets, l'amour parental, l'attention des parents. Certains adultes parlent encore du cadeau qu'ils n'ont pas eu... Dès le plus jeune âge, les manquements vont être enregistrés par l'enfant. » Pour la thérapeute, alors qu'il existe un lien de loyauté entre parents et enfants, puisque les enfants sont redevables à leurs parents de la vie, « frères et sœurs ne se doivent rien. C'est aux parents de créer le lien éthique entre les frères et sœurs : les règles, la loi, le respect de l'autre, l'acceptation de la place de l'autre. »

FRÈRES ET SŒURS POUR LA VIE

Mais de cette course, avouée ou inavouée, à l'exclusivité de l'attention parentale peuvent naître de très belles choses. Le lien fraternel est celui qui dure le

plus longtemps dans notre vie. Il rassure car il perdure, alors que le couple parental peut rompre. C'est un lien à deux faces : la rivalité et la coopération, la jalousie et la solidarité. « *L'art de l'éducation*, reprend la thérapeute, *est de mettre en valeur cette complémentarité et cette solidarité plutôt que la rivalité.* »

Les parents de jeunes enfants sont généralement ceux qui constatent le plus de disputes. Car les plus jeunes sont « *très près de leurs émotions, voire de leurs pulsions*, explique Daniel Coum. *Leur sociabilité est naissante, ils doivent faire avec l'autre, et ce n'est pas aisé. Leurs modes d'expression sont encore archaïques et en cours d'élaboration.* »

Avec l'âge, les conflits se verbalisent davantage. Mais, reconnaît Patrice, « *entre frères et sœurs, on s'autorise des explosions qu'on n'oserait jamais avec des amis!* ». « *À l'adolescence, renchérit Evelyne, mes filles avaient des paroles très dures l'une envers l'autre, je le vivais très mal.* » « *Cette potentialité conflictuelle perdure toute la vie*, confirme Daniel Coum, *et peut ressurgir par moments, en particulier quand les enfants, devenus grands,*

devront s'occuper de leurs parents » et, a fortiori, au décès de ces derniers. Il suffit de questionner un notaire pour comprendre que rares sont les fratries sereines à ces occasions-là. « *Adulte*, constate Nicole Prieur, *vouloir s'entendre avec ses frères et sœurs est un acte volontaire. Ça ne vient pas tout seul.* »

DISTINGUER POUR SÉPARER

Certes, les parents ont à orchestrer les relations dans la famille. Et donc à intervenir, mais « dans la mesure. » Car la tentation est grande de protéger le petit et de désavouer le grand. Pour éviter d'attiser ainsi la rancœur, mieux vaut s'essayer à quelques techniques de communication relationnelle, comme celles qu'ont popularisées Adele Faber et Elaine Mazlish (voir encadré).

On peut également aller plus en profondeur – et cela intéressera les parents de très jeunes enfants, qui se trouvent parfois démunis lorsque la parole n'est pas encore acquise. Quand des parents se plaignent d'un climat familial sous tension, Daniel Coum leur conseille généralement de réfléchir à ce que devraient être, selon eux, les relations entre frères et sœurs. Or, ils ont souvent en tête un lien fraternel débarrassé de la conflictualité ordinaire : « *Il faut qu'ils s'aiment, qu'ils soient raisonnables, qu'ils s'entraident...* » Une fois cet idéal formulé, une fois qu'ils se sont aussi replongés dans leurs propres souvenirs d'enfance, ils ont souvent une approche plus réaliste et moins sévère avec leurs enfants et acceptent davantage leurs disputes.

Autre piste essentielle : s'efforcer de donner à chacun une attention distincte, les considérer chacun comme unique et ainsi, les « séparer ». Cela peut être, concrètement, consacrer du temps seul à seul à l'un des enfants : lire une histoire rien qu'à l'un ou faire un jeu rien qu'avec l'autre. « *Une fois que chacun a eu son content d'attention exclusive, c'est plus zen* », témoigne Sylvie, mère de deux enfants. En guise d'attention exceptionnelle, Alix, aînée de trois enfants, s'est réjouie de recevoir à Noël un « *bon pour une soirée au restau avec tes deux parents* ».

Les jalousies naissent souvent d'une confusion entre égalité et équité. « *Nous en avons assez des rôles du type, "il a des nouvelles chaussures et pas moi", "elle a eu plus de patates que moi", se souvient Dominique. Nous avons longuement expliqué qu'on avait tous des besoins différents et qu'il était juste d'acheter des vêtements à un enfant qui a grandi, et qu'il n'était pas question d'acheter une sorte de lot de consolation à celui qui n'avait pas changé de taille.* »

DES PIÈGES À ÉVITER



HURIER

« *C'est pas bientôt fini!* » L'effet de sidération est immédiat et le silence se fait. Ça soulage, mais le conflit n'est pas réglé. Chaque belligérant en ressort insatisfait (il n'a pas été écouté, elle a été obligée de céder...).



ENQUÊTER

« *Qui a commencé?* » Et c'est parti pour un interminable ping-pong : « *C'est pas moi, c'est elle.* » Acculé à prendre parti pour l'un contre l'autre, le parent ne fait qu'attiser la rivalité initiale. Ce piège-là, les enfants savent d'ailleurs très bien s'y prendre pour nous y faire tomber : « *Mamaaaa... Mélina m'a pris mon liiiiivre* », « *Papaaaa, Sofiane m'a poussé du canapéééé.* » Quel regard victorieux est alors lancé à l'adversaire quand l'adulte intervient dans le sens attendu : « *Sofiane, tu t'excuses* », « *Mélina, tu rends le livre.* » Le perdant éprouve alors un fort sentiment d'injustice et de jalousie.



COMPARER

« *Tu devrais prendre ta sœur comme modèle* », « *Ton frère, lui, il fait comme ceci.* »... Il n'y a pas mieux pour nourrir la rivalité entre frères et sœurs et la rendre sournoise et peu visible.

DES ASTUCES À ADOPTER



POSER DES RÈGLES, comme Isabelle, mère de trois enfants âgés de 5 à 9 ans : « *Les règles de la maison ont été discutées et sont connues de tous. Cela désamorce les conflits de territoire. Ainsi, chaque enfant est le chef dans sa propre chambre. Autre exemple : si on veut utiliser un jouet, il faut obtenir l'accord du propriétaire, le lui rendre en bon état et dans un délai raisonnable.* »



PRENDRE AU SÉRIEUX la dispute, sans la minimiser par des termes comme « brouille », « gamineries »...



RESTER NEUTRE, comme Eve, quatre enfants de moins de 6 ans : « *Je les sépare quand ils deviennent violents, mais je refuse de prendre parti. C'est à eux de trouver une solution.* »



PROPOSER UN EXUTOIRE : quand les émotions débordent tellement que la parole est difficile, on peut user de moyens d'expression détournés. « *Je ne peux pas te laisser frapper ta sœur. Si tu a besoin de taper, tape sur les coussins du canapé* » ou « *Ton petit frère a découpé ta poupée. Dessine-moi ta colère.* »



ÉCOUTER le point de vue de chaque adversaire, sans porter de jugement ni interrompre, pour que la situation s'apaise. Y compris lorsque s'expriment des désirs très agressifs : « *J'ai envie qu'il soit mort!* » Exprimer sa détestation par la parole, ça apaise. Et cela leur montre que l'on peut dire les choses avec des mots, sans recours à la violence physique.



FORMULER : « *Tu aimerais lire tranquillement, alors que ton frère voudrait que tu joues avec lui* », « *Tu aimerais faire un foot dans le jardin, ça t'ennuie de ne pas avoir de partenaire* » ou, pour les plus jeunes, faire des suppositions : « *Ça t'énerve de voir que je m'occupe beaucoup de ton petit frère, hein?* »



LEUR FAIRE CONFIANCE : Une fois le différend exposé, les techniques de communication relationnelles conseillent de laisser les belligérants trouver une solution par eux-mêmes. Quittez le champ de bataille !

UN ENTRAÎNEMENT POUR LA PAIX

Autant voir le positif dans les conflits. Une dispute, c'est sain ! Déjà parce que, s'il y a dispute, il n'y a pas d'indifférence : cela prouve l'existence d'un lien, d'un attachement, d'une relation. Deuxièmement, ces accrochages sont « *une initiation à toutes les relations sociales pour toute la vie* », que ce soit entre copains, entre amis, au sein d'un couple. La « fraternité », celle qui est inscrite au fronton de nos hôtels de ville, « *ne peut naître que si les conflits ont pu suffisamment s'exprimer pour que s'apprenne peu à peu l'art d'être ensemble* », poursuit Daniel Coum. Les disputes initient à l'acceptation des différences, au partage, à la négociation, à l'échange, surtout si les parents y incitent leurs enfants. Autant de compétences sociales utiles à l'âge adulte... Et le psychanalyste de conclure : « *La paix est toujours un au-delà de la guerre fratricide. La paix est toujours le fruit d'un effort.* » Courage! ●



- *Du bon usage des conflits, les affronter pour mieux les dépasser*, Daniel Coum, avec Isabelle Gravillon (Milan, 2009)
- *Petits règlements de compte en famille*, Nicole Prieur (Albin Michel, 2009)
- *Jalousies et rivalités entre frères et sœurs – Comment venir à bout des conflits entre vos enfants*, Adele Faber et Elaine Mazlish (Stock, 2003)