



FRATRIE

Tous jaloux, nos loulous ?

Ils ont systématiquement envie de jouer avec le même jouet et veulent parfois leurs parents pour eux tout seuls. Oui, les frères et sœurs peuvent être jaloux, ils le sont même très souvent. Mais en tant que parents, on peut calmer le jeu.

« La jalousie entre frère et sœur est inévitable », déclare d'emblée le psychanalyste et professeur Patrick De Neuter, spécialiste de la famille. Mais pourquoi donc nos petits chérubins peuvent-ils tant s'aimer et s'envier mutuellement ? Même quand c'est inapproprié.

« Hier, ma fille était jalouse parce que j'avais acheté des nouveaux slips à son frère. Je ne compte plus le nombre de fois où une crise arrive quand j'achète quelque chose à un de mes enfants : cela va de la nouvelle gourde pour l'école aux paires de chaussettes... Je dois sans cesse penser à tout acheter en double pour éviter des larmes à la maison. Mais des slips Spiderman pour une petite fille, ça n'a pas de sens », témoigne Laura, maman de deux enfants de 3 et 6 ans.

Évidemment, cette crise du slip cache autre chose, une demande d'attention de ses parents, certainement. « Chaque enfant souhaite être le ou la préféré(e) de la mère ou du père. C'est le désir d'être désiré », explique le psychanalyste. Les enfants auraient tous secrètement envie d'être le chouchou, un point c'est tout.

Tous concernés, aînés et p'tits derniers

Un exemple flagrant ? Quand un nouvel enfant arrive au sein d'une famille. Le ou les plus grand(s) se sentent parfois mis de côté. « La jalousie de l'aîné(e) a une dimension particulière. Après avoir été l'unique objet du soin, de l'attention, de la tendresse, de l'affection de sa mère et de son père pendant deux, trois ans ou plus, subitement, un autre enfant fait irruption dans la famille et bénéficie de toute cette attention dont il sera forcément un peu privé. La privation du sein alors que le nouveau-né en profite largement est un élément particulièrement frustrant, mais ce n'est pas le seul ! Voir le bébé dans les bras de la mère et du père ou dans la chambre des parents peut aussi donner au(x) grand(s) cette impression que le petit lui a 'volé sa vie'. Ce sentiment de jalousie est vécu par les aînés et par tous ceux qui ont été un temps le petit dernier de la famille », ajoute le professeur De Neuter.

Autre motif de jalousie, de la part des plus jeunes envers les plus grands cette fois, les privilèges de l'âge accordés aux aînés : aller dormir plus tard, jouer chez des amis, etc. « Les derniers arrivés sont également sujets à la jalousie, puisque pour eux aussi il s'agit d'être les préférés. Et quoi que fassent les parents, il est extrêmement rare qu'ils n'aient pas une préférence pour l'un ou l'autre de leur enfant », précise Patrick De Neuter.

Voilà, c'est dit. Les parents, malgré toute leur bonne volonté et leur sens de l'équité, peuvent être plus attendris par un de leurs enfants. « Même si les parents essaient de ne pas en privilégier un, l'expérience montre qu'il y a toujours l'un ou l'autre trait d'un enfant qui le rend plus ou moins aimable aux yeux de ses parents. Un trait de ressemblance physique ou psychique, une naissance difficile, un handicap de l'enfant, une facilité de communication, une correspondance de l'enfant



aux idéaux des parents... », détaille le professeur émérite de l'UCL.

Bien sûr, il serait très maladroit et assez inadéquat de dire à un enfant qu'on le préfère à son frère ou sa sœur. Mais une fois que la préférence est admise tout bas, les parents peuvent tenter de rééquilibrer leurs relations avec les enfants.

Écouter, rassurer et s'amuser... parfois séparés !

Comment ? En écoutant les enfants, d'abord. « Les parents peuvent être attentifs autant que possible à leurs préférences et aux 'bonnes raisons' de leur enfant d'être jaloux de telle sœur ou de tel frère. Tout en sachant que la jalousie est une caractéristique fondamentale de l'être humain et donc qu'elle ne peut être éradiquée, seulement atténuée », ajoute encore Patrick De Neuter.

Après l'écoute, place à l'action. En rappelant à chacun de nos enfants qu'on les aime, certainement. Et en passant du temps en solo avec l'enfant qui se sent lésé. Si l'on va toujours à la boulangerie à vélo avec l'aînée, on peut veiller à passer un peu de temps avec l'autre aussi, en cuisinant ensemble ou en jouant à son jeu préféré.

Car ce n'est pas forcément la même balade qu'il faut réaliser avec chaque enfant. Selon les âges et caractères, on peut choisir une activité sympa qui valorisera l'un ou l'autre. « Il y a effectivement une différence entre 'être équitable' et faire la même chose pour tous ses enfants. On peut être équitable avec des choses différentes. Certains ont besoin de plus de ceci et d'autres ont besoin de plus de cela », précise le psychanalyste. Rien de tel que des petites attentions personnalisées pour chaque enfant. Ça nécessite un peu de temps, mais ça renforcera certainement les liens et leur confiance en eux.

Estelle Watterman

EN PRATIQUE

Face à un enfant difficile :

- Douceur et fermeté. En tant que parent, on tient bon avec calme sur les règles les plus importantes (comme l'interdiction de jouer avec des prises électriques). Et à côté, on laisse certains choix à son enfant : tu préfères commencer par ranger tes livres ou ton puzzle ?
- Le matin, il hurle quand vous le déposez à la crèche ou en maternelle ? Si les pleurs cessent dès que vous avez franchi la porte, rien d'inquiétant. En anticipant cette séparation avec l'enfant, en lui montrant que vous n'êtes pas inquiet, que vous faites confiance aux personnes qui le gardent, en lui disant « Amuse-toi bien » plutôt que « Bon courage », cela peut résoudre pas mal de pleurs de séparation. Lui laisser un foulard à vous, un petit cœur dessiné sur la main ou une boîte à bisous magiques pourra l'aider. Si l'enfant continue à pleurer après pendant toute la matinée, alors il y a peut-être autre chose.
- Difficile uniquement à la maison ? C'est parfois le signe d'une difficulté dans la fratrie ou dans le couple. Le mieux, c'est de mettre des mots simples sur ce qui ne va pas. Sans explications, les enfants sont très démunis.

DES PARENTS EN PARLENT



Unis ou punis

« Mes enfants sont parfois super complices et parfois de vrais rivaux. J'essaye d'intervenir le moins possible. Mais si ça dégénère, on discute ensemble pour trouver un compromis ou une solution. S'ils se braquent, je leur impose un temps de jeu séparé : chacun avec un livre ou un puzzle. »

Anaëlle, maman de deux garçons de 4 et 6 ans

Elles crient, puis elles rient

« Mes deux filles sont souvent jalouses l'une de l'autre. Elles se comparent entre elles et sont parfois pestes. Lors de leur dernière dispute, je les ai installées chacune sur une chaise face-à-face avec l'obligation de se regarder dans les yeux pendant que je préparais le repas. Elles ont boudé deux minutes puis ont éclaté de rire. »

Christophe, papa de deux filles de 7 et 9 ans

Publié le 27 avril 2016 et mis à jour le 25 avril 2016

Paru dans le Ligneur des parents du 27 avril 2016