

Frère et sœur en vacances ensemble ! (suite) Pour des relations plus apaisées

Accompagner les relations dans la fratrie, c'est un peu comme traverser les giboulées du mois de mars... On part serein, puis on se retrouve soudain propulsé en pleine tempête...

Les pièges à désamorcer et les conseils de cette semaine sont là :

Piège n°3 : Vouloir lisser toute différence, toute inégalité

« *Je ne fais aucune différence, je vous aime pareil !* » L'inégalité fait partie de la vie, la frustration fait partie de la vie. Ne pas donner la même chose à chacun, c'est normal ! Chaque enfant a des besoins différents, à des moments différents. C'est une réalité à laquelle personne ne peut se soustraire. Donc des inégalités il y en a, mais ce ne sont pas des inégalités d'amour, ce sont des différences de fait, d'être, de lien, d'histoire. Nous n'aimons pas nos enfants de la même manière car chaque lien est unique, singulier, non interchangeable. Il n'y a pas de hiérarchie, pas de "plus ou moins", mais il y a bel et bien des différences.

Le conseil : Aider les enfants à comprendre qu'injustice et inégalité sont deux notions bien différentes. Ce n'est pas injuste d'être inégal, c'est au contraire être bien aligné aux besoins de chacun. Pour les aider, une clé est essentielle : éviter d'appuyer sur la honte pour faire comprendre l'inégalité : « *tu n'as pas honte d'être jaloux de ta sœur, elle est si petite, c'est normal qu'elle ait besoin de moi...* » Culpabiliser l'émotion n'est jamais la bonne approche... Essayons toujours de donner le droit de ressentir, d'entendre et d'accompagner les frustrations pour faire accepter les inégalités.

Reconnaître chaque enfant comme unique, avec des temps privilégiés et des activités en fonction de ce qu'il est. Chacun se sentira alors pleinement sécurisé.

Piège n°4 : La communication qui cristallise le sentiment d'injustice

« *Ta sœur, la pauvre, elle est si petite...* » « *ton frère est en 6ème, alors il a plus besoin de moi...* » « *tu ne dois pas faire de bruit car ton frère dort... ta sœur travaille...* »

Insupportable.

On demande à l'enfant d'admettre que l'autre soit le roi ou la reine du château. Que son besoin est plus fort, plus entendable, plus impérieux que le sien. L'enfant ne se sent pas entendu dans son besoin, mais on lui demande d'entendre le besoin de l'autre qui serait plus juste et plus important...

Le conseil : Ici encore, l'essentiel est de ne pas faire vivre les inégalités comme des injustices.

Si on laisse les choses telles quelles, c'est une injustice : « *tu dois te taire car ta sœur dort* ». En revanche, si on prend en compte le besoin de chacun et qu'on ouvre une recherche de solution pour que chaque besoin soit entendu, alors on accompagne l'enfant vers l'acceptation des inégalités : « *ta sœur a besoin de calme pour faire sa sieste, mais toi tu as besoin de te défouler... comment peut-on faire ? je te propose d'aller dans le jardin/ je peux te proposer de lire un livre, et ensuite on se fera une bataille de coussins ensemble/ je te propose de mettre de la musique dans ton casque audio...* »

Si on se sent entendu dans notre besoin, c'est tellement plus facile d'accepter de se frustrer pour le besoin de l'autre.