

CHRONIQUE PARENT-GUIDE, PARENT-COMPLICE

ARTICLE

SUJET : La rivalité entre frères et sœurs

Hélène Renaud et Michel-Jacques Bergeron



Saviez-vous que... oui, il est possible pour tous les parents de créer un climat de *complicité* harmonieux entre les enfants d'une même famille?

Oui, il est aussi possible de sortir les enfants des engrenages d'une rivalité malsaine et de renverser ce cercle vicieux et dérangeant dans lequel chacun se sent seul, incompris ou même rejeté.



Depuis plusieurs années, nous offrons la formation **Parent-guide, Parent-complice** dans laquelle nous leur proposons des moyens très concrets et d'une grande efficacité pour créer au sein de leur famille un climat chaleureux et sécurisant, empreint d'amour véritable, de bienveillance et de soutien mutuel. Une constatation qui nous saute aux yeux, c'est qu'une des difficultés qui revient le plus souvent et qui affecte

énormément les parents d'aujourd'hui est la rivalité vécue entre leurs enfants. Les parents sont dépassés et déçus par les disputes et mésententes qui règnent au sein de leur progéniture. Ils s'interrogent sur ce qui se passe et ne savent pas comment régler les désaccords et les conflits entre leurs enfants. Ils aimeraient que ceux-ci s'entendent et se soutiennent entre eux.

C'est à se demander comment il se fait qu'une des relations qui devrait être la plus enrichissante pose autant de problèmes. Soyez rassurés, ces conflits peuvent maintenant se résoudre pour laisser place à une relation de complicité mutuelle entre les enfants : il s'agit d'être vigilant, de s'éveiller aux causes réelles qui provoquent cette rivalité pour éviter de la créer et si elle est déjà vécue par les enfants, d'adopter des moyens concrets et efficaces pour y remédier.

Voici des réalités dont il faut absolument tenir compte pour prévenir ou pour guérir les trop grandes souffrances qui peuvent causer la rivalité entre frères et sœurs.

Nous parlons ici d'une rivalité causée soit: par une personnalité innée et particulière chez certains enfants, comme l'enfant trop attaché, l'enfant possessif, peureux ou jaloux de nature ou soit par des blessures intérieures qui grugent l'enfant blessé affectivement et l'amènent à manifester des comportements dérangeants, ce qui minera souvent toute la dynamique familiale. Soyez attentifs aux causes des conflits entre vos enfants et apportez votre complicité. Que de souffrances inutiles pourront être évitées!

Si vos enfants sont jeunes et qu'ils ne vivent pas cette rivalité, mais que vous aimeriez la prévenir, voyez ce qui peut déclencher certains conflits entre eux et éviter qu'ils ne s'installent dans la relation. Si les dégâts sont déjà faits: vos enfants rivalisent entre eux, lisez bien ce qui suit pour mieux comprendre ce qu'ils vivent, parce que comprendre permet de travailler à la source et de régler le problème.

COMPRENDRE ET PRÉVENIR LA RIVALITÉ ENTRE FRÈRES ET SŒURS

● L'importance de combler les besoins

Tous les enfants aimeraient avoir leurs parents pour eux seuls. Chaque enfant aimerait **être unique** aux yeux de ses parents, être le meilleur, le plus merveilleux; avoir une attention exclusive lui est vitale. Il est impératif de combler tous les besoins fondamentaux surtout *le besoin de se sentir important et unique aux yeux de ses parents*. Ce besoin en carence est la plus grande cause de rivalité entre frères et soeurs d'une même famille. Recevoir du temps et de l'attention exclusive de son parent n'est pas un caprice ni un désir d'enfant égoïste qui ne pense qu'à lui, mais bien un besoin vital. Pour mieux connaître les besoins fondamentaux de vos enfants qui ne sont pas comblés, le moyen le plus efficace, que nous puissions vous proposer est d'identifier à l'aide d'un test *Évaluation des attitudes et comportements de l'humain*, les carences affectives chez vos enfants.

Vous pourrez le trouver sur notre site internet www.commeunique.com et dans notre livre *Être parent, mode d'emploi*. Des pistes très concrètes vous seront proposées pour combler les besoins manquants et même des façons de vous reprendre, «récupérer», si par manque de connaissance ou de conscience vous avez réagi face à leurs comportements au lieu d'agir consciemment. Ce test étant très ciblé, il vous permettra d'identifier avec exactitude ce qui peut causer certaines souffrances, la source réelle des comportements inadéquats de vos enfants.

● Comment combler son besoin d'importance

Vous passez déjà des moments avec votre enfant. Si vous ne lui confirmez pas qu'il a du temps avec vous, il ne le conscientise pas; il ne s'en rend pas compte. Il est donc primordial de lui confirmer que vous lui accordez du temps et pendant ces moments d'être présent à lui, autant intérieurement qu'extérieurement pour qu'il ressente vraiment que vous aimez être avec lui. Si vous évaluez qu'actuellement vous ne passez pas assez de temps avec chacun d'eux, pour éviter de provoquer des conflits entre vos enfants, il faudra donc mettre à votre horaire des temps à passer seul avec chacun de ceux-ci: ce peut-être

quelques minutes chaque jour où on lui confirme qu'il a ce temps: « Juste nous deux... Toi et moi ». Rassurez aussi concrètement votre enfant sur votre amour envers lui: confirmez-lui qu'il a « sa place » et que l'on tient compte de lui, pour qu'il n'y ait aucun doute dans son esprit quant à son importance – sa valeur. Lui signifier en même temps que chacun de vos enfants a une place dans votre cœur et qu'il n'a pas à craindre de perdre votre amour. Lui dire aussi: « On va créer aussi une place pour ton petit frère (sœur) », lui permettra de mieux accueillir la présence de l'autre. Aussi confirmez-lui régulièrement les attentions bienveillantes et exclusives que vous lui prodiguez pour qu'il remarque qu'il est aimé et considéré. « J'ai acheté ce crayon bleu "juste pour toi", parce que je sais que c'est ta couleur préférée ». « J'ai pensé à te cuisiner des pâtes comme tu les aimes. J'aime te faire plaisir ! »

● Ne pas répondre à ses besoins

Si les manques sont trop grands, cela peut entraîner la manifestation de carences importantes et de comportements difficiles qui vous affecteront à votre tour: vous devrez vivre avec ces comportements inadéquats qui peuvent même parfois aller jusqu'à la délinquance, ou vous serez obligés éventuellement de réparer et de lui consacrer le double de temps et d'attention pour sauver les pots cassés: visites chez des spécialistes pour problèmes psychologiques et de santé comme la nervosité, l'insomnie, l'agitation, problèmes de communication, troubles d'attention, troubles d'apprentissages, retards scolaires, problèmes de comportements, hyperactivité, opposition systématique à l'autorité à la maison, à la garderie ou à l'école, harcèlement et cruauté mentale envers son frère ou sa soeur, etc. Toutes ces manifestations négatives créeront un climat de tensions dans votre famille et donc plus de conflits.

● La rivalité non pathologique

Dans les phases de croissance normales psychologiques et sociales, se vit existe un développement sain qui permet à vos enfants d'exercer leurs muscles et leur capacité intellectuelle par le biais du jeu entre frères et sœurs et ce qui les aide à se dépasser. Si vous les laissez se chamailler un peu, ils peuvent ainsi apprendre à communiquer entre eux, et résoudre des conflits. Laissez donc les enfants vivre leur surplus d'énergie et évitez de toujours intervenir. Vous réaliserez dans la plupart des cas qu'ils s'en sortent très bien sans vous.

● Un événement heureux qui peut avoir une tournure dramatique

Lorsqu'un bébé naît dans la famille, l'aîné vraiment comblé affectivement, sûr de l'amour que lui portent ses parents sera heureux d'apporter sa collaboration et son aide en faisant des petites tâches à sa mesure, comme d'apporter la couche, jouer en silence pendant que maman berce le petit pour l'endormir, le surveiller pendant quelques secondes, etc. Il aime être impliqué et se sentir utile. Une appréciation enthousiaste des services rendus, même s'ils sont très minimes, accentuera son intérêt à collaborer davantage et lui permettra d'accueillir le petit avec amour.

Cet événement peut aussi se vivre difficilement et provoquer un conflit intérieur chez l'aîné qui avait à lui seul l'attention de ses parents. Si cette nouvelle naissance est mal vécue, elle provoquera des maux intérieurs comme la jalousie, l'envie, la compétition, la rivalité, etc. Il est impératif de bien comprendre que ce n'est pas parce qu'il est méchant qu'il manifeste des comportements inadéquats, c'est parce qu'il souffre. L'enfant sait qu'il souffre, mais ne peut identifier pourquoi il souffre. Il est mal c'est tout et ne peut donc l'exprimer clairement. Des symptômes extérieurs se manifestent qui reflètent sa souffrance: agitation, nervosité, agressivité, tristesse, colères incontrôlées, non-écoute, frapper l'autre, mordre, etc. À nous d'identifier que la cause de ces comportements est intérieure et que les effets ne sont que le reflet d'un besoin manquant à combler.

● **Il tient des comptes**

L'enfant jaloux déchiré par ses doutes sur l'importance qu'il a aux yeux de son parent au profit de l'autre remarquera et calculera toutes vos attentions envers son frère ou sa sœur. S'il peut exprimer ce qu'il vit, il aura tendance à vous faire régulièrement des remarques du genre: «C'est toujours lui et pas moi!», «Tu lui as mis plus de céréales qu'à moi». Au lieu de nier ou de vous justifier en disant: «Mais non voyons» ou en l'accusant avec mépris d'être jaloux, reconnaissez son sentiment et tenez compte de ce qu'il vit en lui affirmant: «J'ai comme l'impression que tu crois que j'aime plus ta sœur que toi. Mon amour est très grand pour vous deux, et c'est vrai que je vous le manifeste de façons différentes, parce que vous êtes différents», par exemple : «Ça me fait plaisir d'acheter des patins à ton frère parce qu'il aime en faire avec papa et ça me fait autant plaisir de t'acheter des crayons pastels parce que tu adores ça faire des pastels et que j'aime te voir heureuse» ou encore: «Ce n'est pas toujours facile d'avoir une sœur ou un frère!». «Il y a des jours où on aimerait mieux que l'autre ne soit pas là». Se sentant compris, parce que l'on considère ce qu'il vit sans jugement, cela aura pour effet de calmer sa tension, de le soulager dans son manque et de diminuer les comportements dérangeants. Souvent on lui en veut de ne pas se rendre compte de tout ce que l'on fait pour lui, parce que l'on oublie de lui confirmer.

● **Un préféré**

Les parents croient ou se font accroire qu'ils aiment tous leurs enfants de la même manière, ce qui n'est pas réaliste: la plupart des parents préfèrent un enfant à cause d'une affinité: il pratique et aime mon sport préféré... ou je voulais tellement une petite fille et je l'ai..., ou il réussit mieux que l'autre ou encore un parent sans préférer un enfant plus que l'autre, protégera davantage un ou l'autre de ses enfants, le comprendra davantage parce que cet enfant vit les mêmes souffrances que lui, par exemple : nous sommes tous les deux timides et insécures. Ce peut-être aussi parce qu'il est plus fragile, plus faible et inconsciemment, je veux le protéger. Ou, à l'inverse je suis attirée par celui qui est plus fort, plus courageux, plus intelligent, plus beau, plus habile et inconsciemment je me projette dans cet enfant qui va réaliser les rêves que je n'ai pas accomplis. Ex : j'aurais voulu être artiste, réussir dans un sport, être musicien, scientifique, etc. Et, je perçois en lui cette possibilité de réussite du rêve que moi-même je caresse. Le jaloux ressent cette préférence même si elle est très subtile. Il croit que son parent donne tout son amour au

préféré et que lui vit dans la perte de cet amour que son parent n'a pas pour lui. Il aura de la rancœur et de l'agressivité envers le préféré. Soyez vigilant et tenez-en compte. N'oubliez pas qu'il est dépendant de vous et qu'il souffre s'il sent votre préférence ou attention « trop marquée » pour l'autre.

● **L'incompréhension du parent**

Si le parent ne comprend pas la source des conflits: les disputes entre ses enfants seront perçues par celui-ci comme inacceptables parce qu'il juge son enfant comme malveillant et malintentionné. Le parent accusera l'enfant par des remarques comme: « Eh que tu es méchant. Pas fin... envieux..., égoïste! » Ces jugements culpabilisants créent encore plus de tensions chez l'enfant et accentuent à nouveau les conflits. Identifiez la cause de leurs conflits (voir les pistes à la fin de cet article) et agissez en conséquence pour les aider à sortir de ces mésententes.

● **L'incompréhension de l'enfant**

Plusieurs parents croient qu'un aîné peut et doit comprendre son parent: son manque de temps pour s'occuper de lui, sa non-disponibilité à son égard à cause des soins qu'il doit donner au bébé ou à ses frères et sœurs et à cause de son surplus de travail, etc. Le parent croit que son enfant a le même niveau de compréhension que lui. Désolé, un enfant ne peut comprendre la réalité de son parent. À quel âge comprendra-t-il ? Lorsqu'il aura assez d'expériences positives et négatives et que lui-même sera confronté aux mêmes situations que son parent. En vieillissant, il comprendra de plus en plus et considérera davantage les difficultés de ses parents et apportera graduellement sa complicité. On se rappelle que recevoir du temps et de l'attention exclusive de son parent n'est pas un caprice, un désir d'enfant égoïste, mais bien un besoin vital. Il a besoin d'être reconnu, vu, et entendu au même titre que ses frères et sœurs.

Qu'en est-il des rangs que chacun occupe dans la famille?

Le premier enfant d'une famille reçoit en général beaucoup d'attention de son parent. Lorsque naît le second, l'aîné constate que cette attention qu'il avait de manière exclusive est maintenant divisée entre lui et son cadet. Il a l'impression qu'on lui vole une partie de l'amour qu'il recevait. Il commence donc à rivaliser et il voudra contrôler son cadet.

Si un troisième enfant naît, le plus vieux obtient l'admiration de son parent et le plus jeune l'affection. Celui du milieu se sent négligé, il devient l'enfant que l'on dit « sandwich ». Il perd souvent l'attention de son parent, parce que dans la majorité des cas, le plus vieux usera de subtilité en essayant de le faire punir pour reprendre l'amour qu'il croit avoir perdu. Ainsi, il divise l'attention du parent que celui du milieu perd au profit du cadet et de lui-même. L'enfant sandwich vit donc le manque qui provient de l'attention que l'on donne au plus vieux et de l'affection donnée au cadet. Il se sent négligé, même si ce n'est qu'une perception parfois non justifiée : selon lui il est brimé, donc toujours insatisfait.

● Les comparaisons des parents

Un piège trompeur, qui affecte énormément les enfants et est une grande source de jalousie entre les frères et sœurs, c'est que les enfants subissent les comparaisons des parents. Si vous avez l'habitude de les comparer parce que vous ne connaissiez pas l'impact destructeur de telles comparaisons, vous devez d'abord, cesser ces comparaisons. On ne doit jamais comparer les enfants entre eux; « ils sont incomparables ». Tous ne naissent pas avec des qualités égales de compréhension intellectuelle, de facilité de concentration, beauté, intérêt pour la propreté, le partage, le don de soi, l'esprit de collaboration, etc. Pour certains, c'est facile et pour d'autres plus difficile. Exemples de:

- Comparaison directe: Le parent fait des réflexions désobligeantes sur les mauvaises notes d'un de ses enfants et le compare directement à l'un ou l'autre de ses frères et sœurs qui lui réussit mieux à l'école et fait des efforts ou écoute davantage. La maman de Gabriel le compare à Léonie sa sœur qui elle au contraire de lui, écoute tout de suite les consignes.

- Comparaison indirecte: Le parent met en évidence des qualités qu'a un des enfants pour véhiculer une valeur ou force que l'autre n'a pas. Il n'en parle pas directement, mais s'arrange pour valoriser les performances de l'un devant l'autre, croyant que cette démonstration des plus grandes capacités de l'autre, comparées à lui, l'incitera à changer ou à faire plus d'efforts. Ex: bonnes performances sportives, sens de l'effort, habiletés manuelles, bonnes capacités de concentration, sens du partage, générosité, ordre, propreté, etc. Ces comparaisons frustrant, culpabilisent et abaissent l'enfant, qui se sent diminué aux yeux de ses parents et des autres membres de la famille. Face à de telles comparaisons humiliantes une réaction normale chez l'humain est de vouloir détruire, éliminer l'objet de comparaison et destructeur de son estime personnelle, dans ce cas-ci son frère ou sa sœur, et qui fait naître en lui la peur de perdre l'amour de celui qui compare, ici le parent. C'est pour cela que l'enfant comparé négativement aura des attitudes dérangeantes avec ses frères et sœurs. Au lieu de comparer, au contraire, le parent doit refléter les points forts de ses enfants et leur démontrer son admiration pour ce qu'ils font (voir « Besoin de se sentir admiré », dans le livre Être parent, mode d'emploi).

● Le parent abaisse un de ses enfants

Attention aux paroles abaissantes que l'on adresse souvent au même enfant alors que l'autre est complimenté. Aussi le langage du corps parle de notre rapprochement ou de notre éloignement envers chacun des enfants. L'enfant copie et utilise le même langage qu'il soit verbal ou physique et s'en sert aussi pour mieux diminuer son frère ou sa sœur reflétant le modèle qu'on lui projette.

● Le parent vit lui-même des manques affectifs

Si le parent vit des manques affectifs au niveau de ses besoins il y a de fortes chances qu'il les transmette à ses enfants. Vous pouvez aussi faire le test, proposé précédemment, pour

vous-mêmes. Dans le livre Être parent, mode d'emploi, une partie pour l'adulte y est développée. Pratiquer ces pistes vous permettra de sortir de vos souffrances actuelles et d'arrêter de transmettre ces mêmes souffrances à vos enfants, par vos façons d'être provoquées par vos manques. Exemple : Vous manquez de compassion envers vous-même, vous pourrez difficilement avoir de la compassion envers quelqu'un d'autre: soit vous serez indifférent à ce qu'il vit, soit vous serez trop sensible à ses souffrances.

● **Le parent n'a pas eu de modèle**

La majorité des adultes qui sont maintenant devenus parents n'ont pas eu de modèle; ils n'ont pas vécu cette complicité au sein de leur propre famille et sans s'en rendre compte, ils perpétuent ce climat dans lequel se vivent des malentendus de toutes sortes. Eux-mêmes vivent la rivalité et la compétition avec leurs propres frères et sœurs ou leur conjoint ou d'autres personnes ou encore avec ceux qui font figure d'autorité dans leur vie. Ayant comme enfant subi l'autorité tout en se croyant victimes, inconsciemment ils échangent leur ancien rôle de victime pour celui de bourreau. Soyez d'abord convaincu que vous pouvez, même si vous ne l'avez pas vécu, créer cette harmonie au sein de votre famille. Tenez compte des pistes que nous vous suggérons et instaurez petit à petit un climat bienveillant et nourrissant pour tous.

● **L'harmonie à tout prix**

Tous les parents ont des idéaux d'harmonie entre leurs enfants. Dans leurs rêves les plus beaux ils voient leur vie familiale remplie d'amour, de tendresse, d'échanges, de partage, d'entraide et de soutien mutuel entre leurs enfants, sans jamais aucun conflit. Cette part d'irréalisme, de rêve anticipé crée une attente chez le parent, qui réagit trop vite ou trop brutalement lors d'un conflit entre ses enfants, ce qui peut même accentuer ces conflits.

Ils se sont donnés comme mission de réussir ce que leurs propres parents n'ont pas réussi : vivre une vie familiale parfaite, ce qui crée des tensions face à leurs enfants. Qui dit attente dit déception: dans toutes relations il y a des conflits. Ces parents se croient des dieux tout-puissants capables de créer une relation parfaite entre les membres d'une même famille sans qu'il n'y ait aucun heurt. La non-réponse à cet idéal de perfection les rend tristes, impatients et agressifs envers leurs enfants: ils leur en veulent de ne pas être à la hauteur de ce rêve. De plus, ils se voient agir comme leurs propres parents ne sachant comment mettre fin aux querelles parce qu'ils n'ont justement pas eu de modèles. À l'inverse par leurs réactions ils alimentent et accentuent les conflits. Ils devront chercher d'autres modèles ou consulter pour développer des approches relationnelles adaptées aux parents d'aujourd'hui et couper la chaîne de ces souffrances transmises de génération en génération. Cette mission de procurer à des enfants un milieu familial parfait se vit aussi chez certains parents adoptants qui ont le désir de sauver ce petit être de la misère qu'il aurait sûrement vécu sans eux (ce qui est vrai) et veulent leur offrir l'opposé, c'est-à-dire une vie parfaite sans souffrance ce qui les amène à avoir aussi de telles attentes.

● **Le parent autoritaire**

Si vous utilisez trop votre pouvoir sur vos enfants, que vous êtes durs, exigeants et autoritaires, vous créez une tension qui affectera toute la dynamique familiale et accentuera les mésententes et conflits. Soit vous êtes perfectionniste ou encore tout simplement de nature autoritaire. Revoquez vos façons d'intervenir en demandant conseil si vous ne pouvez sortir de ce contrôle excessif sur vos enfants, parce que vos règles sont trop nombreuses et trop rigides. Ces façons d'être « dans le trop » ont une cause. Cherchez-en la source: soit vos parents étaient comme vous, trop autoritaires, et vous copiez le modèle ou à l'inverse, ils étaient trop permissifs et cela vous a affecté et vous craignez de faire vivre ces souffrances à vos enfants. Si vous arrivez à identifier la cause de cet excès, vous pourrez davantage développer des façons d'intervenir plus équilibrées et pourrez apporter davantage de complicité à vos enfants et être moins rigide, ce qui pourra diminuer les tensions causées par vos interventions rigides, empreintes de pouvoir abusif.

● **Le parent permissif**

Si à l'inverse, vous êtes « trop permissif », vos enfants ne sont pas habitués de fonctionner dans un cadre et à ce qu'on leur mette des balises. C'est pour cette raison qu'ils n'ont pas l'habitude de se contrôler. Exemples d'enfants qui créent leurs propres règles : s'ils veulent le jouet de l'autre, ils lui enlèvent des mains. L'autre le dérange: une tape, une bousculade, une morsure et le problème est réglé pour lui... même s'il n'est pas vraiment résolu à cause de la réaction de l'autre enfant. On se tyrannise, on joue au plus fort, on utilise les armes à notre disposition : insultes adressées à l'autre et aux parents, provocations de toutes sortes, non-écoute. Dans cette absence d'encadrement, c'est la loi du plus fort parmi tous ces faibles (insécures): souvent l'enfant qui harcèle, n'écoute pas ses parents, tyrannise par ses cris, ses menaces, ses sautes d'humeur jusqu'à ce qu'il obtienne ce qu'il veut. On vit dans le chaos, sans bornes et balises sécurisantes. Aucune règle, aucune éducation pour apprendre à régler des conflits. Les enfants vivent beaucoup d'insécurité causée par ce manque de règles, de structures et de routines apaisantes, ce qui cause ces tensions. Si vous avez ce profil du parent permissif, voyez comment vous pourriez petit à petit intégrer dans le quotidien des règles et des balises sur lesquelles vos enfants et vous-mêmes pourrez vous appuyer pour créer une structure sécurisante et reprendre votre pouvoir d'un parent guide.

● **Disharmonie dans le couple**

Si votre couple est en souffrance et que vous vous querellez régulièrement, il se peut que vos enfants copient le modèle et vivent ces mêmes « patterns » entre eux. Voyez comment vous pourriez résoudre vos conflits et présenter de nouveaux modèles à vos enfants. Si vos différents entre conjoints ne se manifestent pas devant les enfants, c'est un leurre de croire qu'ils ne ressentent pas vos rivalités cachées et elles se projettent sur eux qui les révéleront au grand jour. Ils deviennent les acteurs de vos propres souffrances. Laissez-les vous éveiller à ces problèmes non résolus, sources de désaccords entre vous pour prendre une décision consciente à vous éveiller et cesser de faire perdurer ce cercle vicieux.

Comment se vit la rivalité en famille monoparentale et familles recomposées?

Dans les familles monoparentales, nous retrouvons les mêmes archétypes que dans les familles traditionnelles, c'est-à-dire les mêmes jeux de pouvoir et de compétition. Toute la différence se jouera selon que le parent accepte ou non la séparation d'avec le père ou la mère, ce qui influence le degré d'acceptation de l'enfant et selon le cas ajoutera de nouvelles sources de conflits. Nous croyons à tort que l'autorité ne se manifeste que par une présence masculine. Il arrive fréquemment que la mère excuse la rivalité entre ses enfants par le manque d'une présence masculine alors que la vraie autorité peut très bien être appliquée par une maman qui vit seule avec ses enfants. Il en est de même pour un père qui élève seul ses enfants, il peut très bien apporter douceur et complicité aimante tout en conservant une fermeté bienveillante envers eux.

➤ **Familles recomposées**

Selon la personnalité du parent, les enfants confrontés à la vie avec les nouveaux enfants d'une famille recomposée s'adapteront plus ou moins au nouveau conjoint de leur parent et à ses enfants.

Chaque parent qui refait sa vie peut craindre le rejet de ses enfants par le nouveau conjoint. Cette lutte intérieure se vit à travers les enfants qui souvent en font les frais. Dans ces cas, les enfants servent de monnaie d'échange pour obtenir des faveurs qu'autrement le conjoint n'aurait pas. Par exemple une conjointe n'ayant plus de rapport avec le père biologique voudra inconsciemment retrouver une nouvelle identité propre à ses enfants et bâtir un patrimoine familial et un héritage pour ceux-ci, car ils ont perdu cette protection et elle a peur que la sécurité de ses enfants soit mise en jeu.

Voici l'exemple d'un profil de rivalité entre parents de familles recomposées :
La mère va se battre et protéger ses petits, au détriment des enfants du père. Le père peut même parfois être plus dur et plus intransigeant avec ses propres enfants qu'avec les enfants de la mère. Il tolérera beaucoup plus leurs incartades par peur que cela se retourne contre lui. En même temps, il vit la dualité d'une nouvelle conjointe qui veut un père qui discipline ses enfants et d'un autre côté, s'il dépasse une certaine limite fixée par elle, elle le considère comme le bourreau. Dans ces moments on pourrait entendre : « On sait bien, tu es toujours en train de punir mes enfants, alors que tu laisses faire les tiens », ce qui laisse le père perplexe puisque dans son esprit, il est plus intransigeant envers ses propres enfants.

L'ESCALIER DE L'APPRENTI-«SAGE »

ME RÉVÉLER ET RECONNAÎTRE L'ÉVOLUTION

Pour l'un ou pour l'autre de vos enfants, les changements dans leur façon d'être avec leur frère ou leur sœur ne seront pas toujours évidents au début, mais ils se feront; il ne peut en être autrement, puisque ce qui déclenchait ce comportement dérangeant ne l'anime plus. Il est moins perturbé et se sent comblé.

Lorsque vous faites des changements avec les enfants, par exemple : vous avez pris conscience qu'un de vos enfants était en manque parce que vous ne lui consacriez pas assez de temps et d'attention exclusive et que maintenant vous lui accordez ce temps ou vous avez pris conscience des effets négatifs de comparer vos enfants entre eux et avez arrêté de les comparer, il se peut que vos enfants aient quand même de la difficulté à changer puisqu'ils avaient auparavant développés des habitudes ou automatismes, dont il peuvent difficilement se défaire, comme d'agacer l'autre ou de le contrôler. Soyez patient, et remarquez l'évolution progressive de l'enfant. Dès que vous remarquez des changements positifs, soulignez votre appréciation avec enthousiasme face à l'évolution de chacun par exemple : *« Ça va de mieux en mieux dans ta relation avec ton frère. Je suis très content de cette évolution. J'admire ton effort. Cela ne doit pas être facile pour toi ».*

ME RÉVÉLER ET FAIRE DES ACTIONS CONCRÈTES

Dans les situations négatives qui persistent, vous pouvez révéler votre inconfort à vos enfants face à ces situations qui causent leur rivalité et appliquer une action ferme et concrète pour défaire ces automatismes.

Au lieu de réagir, agissez... selon vos possibilités:

Le parent GUIDE, évalue la cause des tensions et disputes.

Le parent COMPLICE, intervient et agit pour diminuer ou résoudre ces difficultés.

Exemples:

- Antoine et Jérémy ne cessent de se chamailler. Ils en arrivent même souvent aux coups. Ces conflits se vivent surtout entre 17 h et 18 h, à la sortie de l'école. Leurs parents pour éviter de constamment les reprendre et les punir ont décidé qu'à cette heure conflictuelle, un des deux enfants viendrait, chacun à son tour, aider le parent à préparer le repas et que l'autre enfant pourrait aller dans sa chambre pour écouter sa musique et flâner un peu...
Ou ils vont chacun dans une pièce différente pour faire leurs activités.

- Je remarque qu'après la garderie ou l'école, les conflits sont plus grands, je prends un moment avec eux, pour qu'ils me parlent de leur journée (je leur raconte aussi ce que j'ai vécu, pour favoriser l'échange), ce qui fera souvent sortir certaines tensions accumulées...

- Je leur sers une collation : des crudités, noix, fromage qui sans trop couper leur appétit pour le repas suivant, peut aussi apaiser une tension causée par la faim.

- C'est le matin dès le réveil que les enfants se chamaillent ou s'agacent, je leur fais un accueil spécial, je leur demande quelle musique nous pourrions mettre (chacun leur matin), quel est leur choix de menus, je les encourage, les gratifie, les touche les caresses. Ils seront moins tendus

Voyez dans l'exemple qui suit, comment André le père d'Élise et Gabrielle en exprimant son vécu et en posant une action ferme, a pu couper cette dynamique, irritante pour tous, entre ses enfants. Puisque c'est lui, le parent, qui souffrait de ces altercations, il s'est exprimé en parlant de ce qui l'affectait et non en accusant ses enfants, ce qui a permis une écoute ouverte de ses enfants, face à ce qu'il vivait, donc une écoute plus compatissante.

Voici ce qu'il leur a exprimé : « À chaque fois qu'une d'entre vous agace l'autre et que cela dégénère en disputes, je me sens très irrité. Cela est insupportable pour moi. J'ai besoin de votre coopération. Aussi à partir de maintenant, si une d'entre vous agace l'autre de manière à causer une dispute entre vous, je vais sortir de la pièce et vous laisser régler votre conflit avec les moyens que nous avons développés ensemble ou si nous sommes en auto, je vais me garer sur l'accotement jusqu'à ce que vous ayez cessé votre dispute ».

C'est ce qu'a appliqué André avec constance, fermeté, et tout cela sans les juger. Ceci afin de les aider à sortir de leur automatisme négatif.

Enfin, voyez quelles actions aidantes pourraient être appliquées pour diminuer les causes de conflits.

Vous pouvez aussi trouver de nombreux exemples et des pistes concrètes pour vous aider dans votre rôle de parent en suivant la formation Parent-guide, Parent-complice dates et régions sur notre www.commeunique.com et aussi dans le livre :

Réf. Livre *Je me lève de Bonheur*, Hélène Renaud et Michel-Jacques Bergeron Édition Québec-Livres.



Les formations **COMMEUNIQUE INC.**
800 des Tilleuls, suite 104, St-Bruno (Québec) Canada J3V 5N8
T. 450.461.2401 renaudhelene@**commeunique.com**
WWW.COMMEUNIQUE.COM

Tous droits réservés / **Les formations COMMEUNIQUE INC.**