



PSYCHOLOGIE FRÈRES ET SŒURS : COMMENT RÉAGIR FACE À LEURS DISPUTES ?

S'il est difficile d'échapper aux querelles de ses enfants, il est possible de mieux les comprendre, afin de proposer des solutions équitables. PAR SOPHIE CARQUAIN

« **ILS SONT** comme chien et chat », « Ils ne peuvent pas jouer dix minutes sans se chercher », « Je me souviens m'être bien amusée avec mon frère... Pourquoi mes enfants se crèpent-ils le chignon à ce point ? » Les parents sont parfois désarmés devant la violence des relations intrafamiliales. Pourtant, à entendre le psychopédagogue Bruno Humbeeck⁽¹⁾,

les querelles sont inévitables. « C'est l'apprentissage du vivre ensemble, en particulier avec un autre vous-même, venu menacer votre place dans la famille. Ce que recherche tout enfant, ça n'est pas d'être "aimé" par ses parents, c'est d'être "le préféré". »

D'après la thérapeute familiale et philosophe Nicole Prieur⁽²⁾, l'aîné souffre souvent d'un sentiment de

perte à la naissance du cadet. « Il avait le regard exclusif de ses parents quand soudain, ces derniers n'en ont que pour le bébé. Cela génère chez lui une angoisse, qui deviendra un moteur de disputes. Chez le cadet, c'est le sentiment de "manque" qui domine; ce manque de n'avoir pas été le premier enfant sous le regard de ses parents. Il lui restera le désir poignant



© ISTOCK

La dispute, c'est un cran au-dessus. Elle surgit immédiatement dans le registre de la violence et du dénigrement. Par exemple, si dans la voiture, il n'y a qu'un seul écran pour deux enfants, l'aîné choisit seul le dessin animé, en ajoutant que le choix du plus petit est « *débile* ». Une dispute ne laisse la place à aucun consensus. C'est donc aux parents de recréer les conditions du dialogue et de proposer une solution équitable : on regarde le dessin animé du plus jeune enfant à l'aller, et celui du plus âgé au retour.

REPÈRES

TAQUINERIE, CHAMAILLERIE, DISPUTE : QUELLES DIFFÉRENCES ?

Ces trois attitudes correspondent à trois façons d'être ensemble. « *Nous partageons avec les grands singes la taquinerie, ludique et affective* », affirme le psychopédagogue Bruno Humbeeck. « *En mélangeant agressivité et jeu, les frères et sœurs désamorcent une certaine rivalité, apprennent à être ensemble et à se découvrir l'un l'autre.* » Attention toutefois à ne pas laisser le jeu dégénérer. Surtout si un des enfants n'a pas envie de jouer. Dans ce cas, il faut parler des bases du consentement : « *Laisse ton frère tranquille, il n'a pas envie de jouer en ce moment.* »

La **chamaillerie** prend naissance dans des rivalités territoriales ou affectives. On se chamaille pour un objet, pour la place dans la chambre, pour le dessin animé à regarder. En arrière-fond, il y a toujours cette question d'être « *le meilleur* », « *le préféré* » ou « *le héros* » de ses parents.

d'être "regardé" et de se faire remarquer, parfois en faisant le pitre. »

Pour autant, doit-on à tout prix éviter les querelles ? « *Si on les bride, on risque, au contraire, d'envenimer les disputes et de les transformer en conflits*, prévient Bruno Humbeeck. *En revanche, bien gérées, les chamailleries peuvent devenir un levier de maturation, voire d'éducation.* » ❧

(1) *Comment gérer les rivalités dans la fratrie*, Bruno Humbeeck, Mango, 2022.

(2) *Disputez-vous bien*, de Nicole Prieur et Bernard Prieur, Robert Laffont, 2025.

DE 3 À 6 ANS

Période particulièrement pulsionnelle où les enfants, n'ayant pas accès à la finesse du langage, se chamaillent souvent physiquement. « *La dispute, elle, survient parfois comme une goutte d'eau, après une journée de frustrations et d'insatisfactions*, constate Nicole Prieur. *L'enfant reporte son mal-être sur son frère ou sa sœur.* » La dispute éclate pour ce qui nous semble être une brouille (comme la possession d'un objet), mais ça ne l'est pas pour un enfant. « *Les enfants très jeunes sont territoriaux et possessifs, dé-*

crypte la thérapeute. Le fait que l'on s'en prenne à leurs jouets vient les menacer directement. » Cela peut générer un sentiment d'insécurité. « *Quand, dans une famille recomposée, l'enfant rentre dans une chambre dont le lit est jonché de jouets ou de linge qui ne sont pas les siens, cela peut déclencher une vraie crise entre frères et sœurs* : "Il a pris ma place". *L'espace est une projection de lui-même.* »

CONSEILS AUX PARENTS : C'est aux parents de jouer les médiateurs, sans prendre parti pour l'un ou l'autre, mais en renvoyant chaque enfant à ses responsabilités. « *En lui prenant son jouet, en pénétrant dans sa chambre, tu lui as fait de la peine. La prochaine fois, il faudra lui demander.* » À l'autre partie : « *Ce sont tes jouets, c'est sûr. Mais à deux, on peut vraiment beaucoup s'amuser.* » En expliquant clairement, on les éduque au vivre-ensemble et on prévient les disputes à venir.

ENTRE 6 ET 12 ANS

À cet âge, les disputes sont souvent verbales : moqueries, ironie, insultes. C'est une « petite guerre » pour décrocher la première place dans le cœur des parents. Qui a eu la meilleure note à l'école ? Qui va plus vite à vélo ? Avec toujours cet objectif d'être l'enfant le plus intéressant aux yeux des parents.

CONSEILS AUX PARENTS : « Vers 8-10 ans il faut cesser de vouloir régler la situation, mais encourager les frères et sœurs à devenir eux-mêmes leurs propres médiateurs », suggère Nicole Prieur. Aux parents d'interroger l'agresseur : « Pourquoi t'es-tu moqué de sa mauvaise note ? Qu'est-ce que ça t'apporte ? » et de se tourner ensuite vers la victime : « Pourquoi t'es-tu senti blessé ? Comment

aurais-tu pu répondre ? » La thérapeute complète : « On peut conclure sur leurs différences, leur complémentarité et la richesse des relations fraternelles. L'essentiel étant de souligner leurs qualités singulières. L'un est créatif, l'autre est taquin et drôle, etc. »

À PARTIR DE 12 ANS

La question de l'intimité est cruciale. De même que celle des copains. C'est l'âge où l'adolescent juge son cadet envahissant, que ce soit dans la chambre ou dans sa vie privée. « Le petit frère – ou la petite sœur –, allié des parents, est toujours une menace pour l'aîné, qui veut préserver son jardin secret », souligne Nicole Prieur. C'est évidemment encore plus sensible quand la fratrie partage la même chambre.

CONSEILS AUX PARENTS : Il est préférable de parler aux deux protagonistes en même temps afin qu'il n'y ait ni cachotterie ni malentendu. « On peut dire au plus jeune à quel point on a besoin de son propre espace physique et mental à l'adolescence. On lui parle de l'avenir : toi aussi, dans quelques années, tu le souhaiteras. Peut-être même plus tôt que ta grande sœur », suggère Nicole Prieur.

ZOOM

QUAND LEURS DISPUTES EN DISENT LONG

Pourquoi certaines fratries sont-elles querelleuses ? « Si les disputes se multiplient violemment, il faut analyser le couple parental, propose Bruno Humbeeck, psychopédagogue. Certains enfants ressentent une tension conjugale si forte qu'ils se transforment en éponges émotionnelles, intègrent l'agressivité et explosent à la place de leurs parents. » Parfois, cela

va plus loin encore : « Quand les frères et sœurs redoutent que les parents ne se séparent, ils vont inconsciemment se disputer pour réunir leurs parents autour d'eux », indique la philosophe et thérapeute Nicole Prieur. C'est une sorte de « dérivation de l'attention ». Désireux de voir les enfants se réconcilier, le couple se concentre sur la dispute et en oublie de se quereller. Tel est le but recherché. « Il faut se rappeler que les enfants font toujours leur possible pour réunir leurs parents », conclut la spécialiste.

© ISTOCK

