

## La famille

### **Les querelles enfantines - aider vos enfants à s'entendre**

#### **Est-il normal de se quereller ?**

Tous les parents espèrent que leurs enfants s'entendront et deviendront des amis. Cependant, les conflits entre frères et sœurs font partie de la vie familiale normale. Même si ces conflits sont inévitables, les parents peuvent aider leurs enfants à apprendre à coopérer avec leurs frères et sœurs et à les respecter.

#### **Pourquoi des frères et sœurs se battent-ils ?**

Comme les adultes, les enfants peuvent être compétitifs et en désaccord. Même si la plupart des enfants issus d'une même famille se disputent, il existe des facteurs qui affectent la fréquence et la gravité des conflits :

- *Les différences d'âge* : Quand les enfants sont jeunes, ils se battent habituellement pour des jouets ou pour écouter une émission à la télévision. S'ils ont une grande différence d'âge, il peut y avoir la tension en ce qui concerne l'espace vital ou la vie privée ; ou bien simplement pour obtenir plus d'attention.
- *Les différences de personnalité* : Certains traits de personnalité peuvent causer des frictions. Par exemple, un enfant pourrait s'ennuyer facilement et avoir besoin de stimulation extérieure, tandis que l'autre se distraira facilement et aimera s'amuser seul. Un enfant peut souffrir de troubles d'apprentissage et se sentir exaspéré par l'autre qui apprend rapidement et aime les activités éducatives.
- *Les comportements appris* : Les enfants exposés à la violence que l'on voit à la télévision ou au cinéma seront plus portés à adopter un comportement agressif. Et, comme les enfants ont tendance à imiter leurs parents, les conflits ou les tensions entre les parents pourraient avoir une incidence sur les querelles des enfants.

#### **Comment les parents devraient-ils réagir aux querelles de leurs enfants ?**

- Essayez de les ignorer, à moins qu'un des enfants ne soit physiquement ou émotionnellement blessé.
- Autant que possible, laissez vos enfants résoudre eux-mêmes leurs conflits. Cela les aidera à apprendre à trouver une solution à leurs disputes, à accepter un compromis et à communiquer.

#### **Quand devriez-vous vous impliquer ?**

- Quand un enfant est sur le point d'être blessé physiquement ou émotionnellement.
- Si l'enfant manipule un enfant plus jeune ou s'il le taquine sans merci ou tente de faire de l'intimidation.

#### **Comment intervenir :**

*Les disputes :*

- **Prenez le temps d'écouter** afin de déterminer la raison de leur dispute.

- **Ne prenez pas parti**, essayez de voir qui a commencé la dispute ou faites l'arbitre.
- **Validez leurs émotions**. Dites-leur que vous vous rendez compte qu'ils sont en colère ou que vous savez que leur frère les irrite, etc.
- **Reconnaissez qu'ils ont un problème difficile à résoudre**, mais que vous pensez qu'ils sont capables de trouver une solution.
- **Rappelez-leur les règles familiales** (par exemple, pas de bataille, pas de coups, etc.) et qu'ils doivent prendre en considération les sentiments de chacun.
- **Essayez de réaffirmer ce que veut ou ce dont a besoin chaque enfant**, s'il y a lieu, et demandez ensuite quelle solution leur paraîtrait juste.
- **Séparez les enfants** jusqu'à ce que leurs ardeurs se soient refroidies et qu'ils soient en mesure de trouver calmement une solution.

*Les batailles (conflits physiques) :*

- Demandez-leur s'il s'agit d'une vraie bataille ou s'ils s'amuse.
- Séparez les deux enfants afin qu'ils puissent se calmer.
- Rappelez-leur les règles : pas de bataille, pas de lutte... etc.
- Lorsque les deux enfants sont calmés, demandez-leur de parler ensemble de la raison de leur bataille. Essayez de trouver des solutions et choisissez-en une qui convient à tous.

#### **Déterminez certaines règles de base :**

Tout comme dans la société, les familles fonctionnent mieux lorsque tout le monde respecte certaines règles de base. Cependant, pour que le fonctionnement soit efficace, il est préférable que tout le monde (les enfants et les parents) participe à l'élaboration de ces règles. Elles pourraient stipuler ce qui suit :

- Respecter les autres.
- Interdiction absolue de frapper ou de blesser.
- Interdiction de manipuler.
- Toujours demander la permission de prendre ce qui ne nous appartient pas.

#### **Aidez vos enfants à apprendre à communiquer entre eux :**

Même si vos enfants sont capables de s'entendre avec des jeunes de leur âge, ils peuvent avoir besoin d'un peu d'aide pour s'entendre avec leurs frères et sœurs plus âgés ou plus jeunes. Apprendre à être positifs et respectueux envers leurs frères et sœurs aidera les enfants comme les adultes, lorsqu'ils seront en contact avec des personnalités et des groupes d'âge différents. Voici quelques conseils à donner à vos enfants pour les encourager à mieux communiquer entre eux :

- **Écoutez le point de vue de votre frère ou de votre sœur** et essayez de le comprendre.
- **Soyez toujours respectueux**. Évitez de blâmer, critiquer ou accuser.
- **Essayez de conserver un ton de voix calme**, ne criez pas.
- **Soyez honnête**. Si vous savez que vous avez commis une erreur, avouez-le et excusez-vous.
- **Sachez que tout n'est pas toujours vrai ou faux**. Parfois, les frères et sœurs auront des opinions différentes – et c'est très bien ainsi.
- **Trouvez une meilleure façon de demander des faveurs**. Au lieu de bouder, menacer ou manipuler, essayez des techniques comme la négociation, l'échange, etc.

- **Faites de votre mieux pour vous rappeler les raisons qui vous font apprécier votre frère ou votre sœur**, comme partager de bons moments, des rires, de l'amitié, des jeux, des secrets et des souvenirs.

### **Apprenez-leur la coopération et l'harmonie :**

Déterminer des règles est un premier pas en ce sens ; cependant, elles ne devraient être qu'une version plus formelle des valeurs familiales. Ces principes ou valeurs devraient contribuer à créer une atmosphère de coopération. Voici quelques conseils qui favoriseront un environnement familial positif :

- Soyez cohérent.
- Essayez de trouver des occasions qui permettront à vos enfants de travailler ensemble ou de s'entraider, comme des tâches effectuées en équipe, afin de promouvoir la coopération plutôt que la compétition.
- Aidez-les à développer les habiletés en gestion de conflit ; suggérez qu'ils utilisent un chronomètre pour déterminer le moment où leur temps est expiré, etc.
- Apprenez-leur à trouver des solutions.
- Montrez-leur ce qu'ils peuvent faire, plutôt que ce qu'ils ne devraient pas faire.
- Tenez des réunions de famille pour discuter des problèmes persistants et trouvez des solutions qui conviennent à tous.

### **Prêchez par l'exemple**

La recherche confirme ce que nous savons déjà : les conflits entre frères et sœurs risquent peu de se produire dans un environnement familial où :

- les valeurs familiales interdisent l'agression physique ;
- les familles participent de façon régulière à des activités récréatives ;
- les parents enseignent à résoudre les conflits d'une façon respectueuse exempte d'agressivité.

Les enfants copient les comportements depuis leur tendre enfance jusqu'aux premières années de leur vie d'adultes. En modélisant la compassion, la compréhension et des habiletés en solution de problèmes, les parents peuvent montrer à leurs enfants la valeur de ce type de comportement. Après tout, la vie de famille, où se produisent les interactions entre les frères, les sœurs et les parents, est l'école où les enfants apprennent à pratiquer les habiletés sociales dont ils auront besoin pour réussir dans la vie. En trouvant des façons de régler les conflits entre vos enfants, vous les aidez à apprendre la valeur de la coopération, de la tolérance et de la bonté.

© Shepell•fgi, 2007

*Cet article a été rédigé à des fins d'information et son contenu pourrait ne pas refléter nécessairement les opinions des organisations individuelles. Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec votre PAE ou consulter un professionnel.*