

« La fratrie et la gestion des conflits » - jeudi 05 janvier 2023

- **Podcast** de Caroline Goldman « la fratrie » [écouter le podcast](#)

Nous vous encourageons à écouter tout l'épisode, mais ses préconisations pour la gestion des conflits dans la fratrie pendant l'enfance se trouvent entre 12'53 et 20'43.

- **Livre** « Frères et sœurs sans rivalité – manuel de survie pour une famille plus sereine »

un livre écrit à partir de l'expérience d'un groupe de paroles de parents rencontrant des difficultés au sein de la fratrie, on suit l'évolution de leur réflexion, les pistes proposées et leurs essais de mise en place concrète.

un livre à retrouver à la médiathèque de Vinay



Nos échanges :

- la vie en société n'est pas lisse et sans anicroche, la famille est un lieu où l'enfant entre en conflit. Il est important pour l'enfant de voir comment on peut résoudre un conflit de façon constructive.

- l'utilisation du « time out » (mise à l'écart dans la chambre) pour désamorcer un conflit, et offrir la possibilité de reparler de la situation plus tard quand les esprits se sont apaisés.

- donner une autre manière de formuler à l'enfant qui vient d'être violent dans ses propos à l'égard de son frère/sa sœur

- avoir une phrase mantra à se répéter quand on est face à un conflit de nos enfants ou à une situation de « crise », pour prendre du recul sur la situation.

- l'importance des limites, de faire cadre pour l'enfant.

- la justice n'est pas forcément l'équité : nos demandes sont différentes en fonction de l'âge de l'enfant, de sa place dans la fratrie, de son caractère, etc.

- la jalousie, et la liberté de dire à nos enfants qu'on réprovoque ce sentiment. Pas pour en faire un sentiment refoulé, mais prendre conscience que la jalousie est comme une mauvaise herbe envahissante, et que si on lui laisse prendre de l'importance, on peut finir par ne voir plus qu'elle et se sentir profondément malheureux. Prendre plutôt l'habitude de voir tout ce qui est positif dans sa vie, source de joie, de gratitude, et développer cette aptitude.

- le pardon : ce n'est pas juste un mot, qu'on peut balancer comme ça, vite fait, et qui remet les compteurs à zéro. Le pardon, il doit être vrai, sincère, et c'est aussi un engagement à ne pas recommencer.

Image de la planche et des clous : un père donne à son fils une planche, un marteau et des clous. A chaque fois qu'il offense quelqu'un, il lui demande de planter un clou. Puis, à chaque fois qu'il demande pardon, il lui propose de retirer un clou. Au bout d'un moment, il n'y a plus de clous sur la planche, mais l'enfant peut voir qu'elle n'est plus intacte pour autant, il reste tous les petits trous, tout comme le pardon n'efface pas la blessure qui a été causée.

- les enfants sont par nature empathiques, et ont soif d'être avec l'autre. A nous de développer « être coopératifs » plutôt que « être compétitifs ».

- proposer régulièrement à l'enfant de partager une chose dont il est fier.

- éduquer, c'est comme semer des graines dans un jardin, on fait des choix, et il faut ensuite espérer et faire confiance, car le résultat ne se verra que beaucoup plus tard.

- enfin, être convaincu que chacun fait de son mieux !