

## LA JALOUSIE DANS LA FRATRIE

La jalousie peut être définie comme un état subjectif, une émotion représentée par des pensées et des sentiments d'insécurité, des peurs relatives à la perte d'un statut, d'un objet ou d'un lien affectif .

A l'arrivée d'un nouvel enfant dans la fratrie, la composition et l'organisation de la famille change, la disponibilité des parents vis à vis de l'aîné est bouleversée et les peurs apparaissent. Peur de ne plus être aimé par les parents ou peur d'être moins aimé, peur de se voir exclu, peur de manquer d'affection, peur de perdre sa place dans la famille...

La naissance d'un autre enfant peut être considérée comme un véritable traumatisme pour le narcissisme primaire lorsque l'aîné est obligé de renoncer à ses fantasmes d'omnipotence infantile. Selon Freud « Le jeune enfant n'aime pas nécessairement ses frères et sœurs et généralement il ne les aime pas du tout [...] il voit en eux des concurrents [...] et généralement c'est l'attitude hostile qui est la plus ancienne [...] Par la suite, l'enfant profite de toutes les occasions pour disqualifier l'intrus, et les tentatives de nuire, les attentats directs ne sont pas rares dans ces cas. » (Freud, 1917)

Adler a fait une place particulière au « détronement » de l'aîné par le cadet, ce qui suppose qu'avant la naissance d'un frère (ou d'une sœur), l'aîné focalise toute l'attention des parents, et qu'après celle-ci, il devra la partager avec le bébé qui, pendant un certain temps, « monopolise » cette attention par les soins constants qu'il requiert. Selon Adler, l'aîné tentera de reconquérir de toutes les manières sa prééminence par rapport aux parents ou par rapport à ses frères. De cette lutte, « l'aîné détroné » gardera des traits caractériels permanents : indépendance, compétitivité, mais aussi conservatisme. Le second au contraire, « cadet déshérité », portera face au premier la marque de son infériorité, qu'il cherchera à compenser sous forme de « volonté de puissance » C'est, en fait, une typologie caractérielle que cette théorie indexe sur cette seule variable.

Pour Wallon (1949), la construction de la personnalité est conçue comme une différenciation progressive du « moi » et de l'« autre ». La jalousie y joue un rôle déterminant via l'expérience de l'image spéculaire d'autrui et de soi. Les sentiments de jalousie varient ceci dit selon l'écart d'âge entre les enfants, et notamment selon le développement asymétrique des niveaux cognitifs du développement. Les enfants les plus jeunes (18-24 mois) risquent de régresser, présenter des colères ou une agitation. Vers 3 ans la régression et la colère sont encore présentes plus un refus de toucher, jouer ou s'occuper du cadet. Au delà de 3 ans les aînés sont partagés entre désintérêt ou envie de se conduire comme un petit papa ou une petite maman.

Selon Lacan « La jalousie dans son fond représente non pas une rivalité vitale mais une identification mentale. »

Ce qui est certain c'est que la jalousie peut créer un état de frustration chez l'aîné manquant d'attention et d'affection et même faire apparaître un ressentiment vers le nouveau né cet intrus ou rival avec lequel il doit partager le même espace affectif. Cette jalousie va provoquer une distorsion cognitive qui affecte la perception de la réalité, et peut provoquer une baisse de la confiance en soi et de l'amour propre.

Et pourtant l'apparition de la jalousie est normale dans le développement de l'enfant et surtout à la naissance d'un petit frère ou petite sœur. Il existe ceci dit une étape plus sensible celle au cours de laquelle se constitue l'attachement soit entre 3 mois et 2 ans. Au

cours de cette période cela risque d'être plus difficile à supporter pour l'aîné qui à encore de grands besoins affectifs.

Mais la jalousie n'est pas l'exclusivité de l'aîné, elle peut également affecter le ou la plus jeune, qui sera à son tour jaloux(se) de cet aîné qui peut faire plus de choses que lui/elle devenant ainsi un rival. Cela donnera lieu également à des plaintes du type « je ne veux pas être le/la plus jeune, je veux faire comme mon grand frère ou ma grande sœur, j'ai le droit de faire comme lui/elle ... ». On observera également assez communément chez le cadet des tentatives de faire endosser la faute de certaines bêtises à l'aîné, l'accuser pour le plaisir de le voir grondé.

L'enfant du milieu quant à lui occupe une place singulière, bénéficiant d'avantages et d'inconvénients à occuper une place centrale. Entre celui qui détient la responsabilité d'être le premier et celui qui accapare toute l'attention, l'enfant du milieu risque de se sentir négligé. N'oubliez pas de lui consacrer son temps, de lui exprimer l'amour et l'affection dont elle/il aura besoin.

Le premier conseil reste l'anticipation. Il très important d'anticiper pour mieux préparer l'adaptation de l'aîné ou de la fratrie, à l'arrivée du nouvel enfant à naître. Faire participer l'aîné dans le choix de certains jouets, ou vêtements, l'intégrer donc aux préparatifs. Expliquer que le jour de la naissance Maman et Papa iront à l'hôpital et que dès que le bébé sera tout beau tout propre elle ou il pourra venir le rencontrer. Le rassurer en lui précisant avec qui il restera, qui s'occupera de le ramener à l'hôpital, etc. Une fois arrivés à la maison il sera important d'intégrer l'aîné à la nouvelle dynamique de la famille : participer aux soins ou bain du bébé, pendant que Papa veille le bébé maman pourra passer un moment privilégié avec l'aîné, ne pas donner toujours la priorité au bébé donner parfois cette priorité à l'aîné et le souligner, dire et redire à l'aîné combien on l'aime et le démontrer par des marques d'affection et des petits gestes (plat préféré, sortie au parc, jeux en famille, temps de partage), éviter les comparaisons du type « il pleure moins que tu le faisais », éviter les punitions démesurées ou les humiliations cela risquant de renforcer des comportements non souhaités chez l'aîné qui peut chercher à se faire remarquer et attirer l'attention des parents en les provoquant d'une manière non adaptée.

Il sera ceci dit important de ne pas oublier pour autant de maintenir les limites et les règles de la maison, car les limites offrent un cadre sécurisé et sécurisant aux enfants. L'aîné doit pouvoir vérifier qu'en tant que parents nous contrôlons la situation. Veiller également à maintenir les routines et rituels déjà installés pour l'aîné et éviter de se lancer dans de grands changements juste avant ou juste après l'arrivée du bébé. Je fais référence à un changement de chambre, de maison, d'école ou crèche ou au démarrage de celle-ci, au retrait de la couche, du biberon ou de la tétine. Tous ces changements sont émotionnellement lourds et le cumul peut être difficile à surmonter pour les enfants.

Garder à l'esprit que ce ne sont pas des princes ou princesses déchues, que ce ne sont ni des crises, ni des manies, ni des caprices ... mais juste de la PEUR. Peur de perdre ses parents, peur d'être oubliés, peur des changements, peur de ne pas savoir comment se comporter, comment réagir, peur d'être vus comme des méchants ... Ce n'est pas qu'il n'a pas un mauvais comportement, il est juste en souffrance. Plusieurs manifestations peuvent être observés au cours de ces phases de jalousie :

- Des altérations dans les comportements alimentaires (perte d'appétit, refus de se nourrir, ne se nourrit que de lait ou de bouillies),
- Crises anxieuses ou nerveuses,

- Pleurs fréquents
- Altérations du sommeil, réveils nocturnes, difficulté à s'endormir, frayeurs nocturnes,
- Apparition d'une énurésie nocturne (pipi au lit) ou d'une encoprésie,
- Apparition de troubles de l'attention, désobéissance, comportements oppositionnels,
- Retrait, inhibition, comportement apathique, baisse de la confiance en soi, symptômes dépressifs.

N'oubliez pas que face à la jalousie notre principale difficulté est le risque de nous voir dépassés, submergés par ces excès agressifs ou oppositionnels face auxquels on risque de répondre de manière défensive et inadaptée.

Article rédigé par Elena Benedito Kourbi.

#### Bibliographie :

- Louis Corman. Psycho-pathologie de la rivalité fraternelle. Dessart, Bruxelles (1970)
- McDermott, J.F., (1982). Frères et sœurs, la rivalité fraternelle. Éditions de l'Homme
- Faber, A., Mazlish, E., (2013). Frères et sœurs sans rivalité. Aux Éditions du Phare
- Dumonteil-Kremer, C., (2009). Relations frères-soeurs : Du conflit à la rencontre. Éditions Jouvence.
- Crary, E., (2016). Arrête d'embêter ton frère, laisse ta sœur tranquille ! Faire face aux querelles incessantes. Marabout.