Votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

La rivalité fraternelle

Nous espérons tous que nos enfants s'aimeront et s'entendront. Cependant, les désaccords et même les batailles entre frères et sœurs sont des choses normales. En fait, la rivalité fraternelle se produit aussi bien chez les animaux que chez les humains. Dans les deux cas, elle est causée par la compétition entourant des ressources limitées ou rares. Alors que les animaux rivalisent pour se nourrir, les êtres humains rivalisent pour obtenir l'amour, l'approbation, l'attention et le temps que leur accordent leurs parents.



La rivalité fraternelle enseigne la dynamique de la vie

Croyez-le ou non, la rivalité fraternelle peut vraiment apporter à vos enfants des leçons de vie et des habiletés importantes. L'interaction entre frères et sœurs enseigne à l'enfant le sens d'une relation interpersonnelle, c'est-à-dire donner et recevoir aussi bien que se disputer et s'entendre. Apprendre à composer avec les désaccords qui peuvent surgir entre eux peut aider les enfants à développer des habiletés sociales qu'ils utiliseront aussi bien maintenant que dans leur vie adulte. En voici quelques-unes :

- la négociation
- le compromis
- l'affirmation de soi
- la résolution de conflit
- le contrôle de l'agressivité
- la valeur de l'opinion des autres

Un nouveau-né fait son entrée dans la famille

La rivalité fraternelle peut commencer dès l'arrivée d'un nouveau petit frère ou d'une nouvelle petite sœur. Même si vous pensez avoir bien préparé votre premier-né à cet événement, la naissance d'un nouvel enfant change sa vie pour toujours. Il perd son statut de centre d'attention et il peut se sentir trahi et moins aimé. Le temps que les parents passent avec lui est désormais réduit de moitié. Un bébé exige beaucoup d'attention et d'effort et, de ce fait, les parents pourront être fatigués, et même irritables, de temps à autre.

C'est pourquoi un jeune enfant trouvera des façons d'obtenir l'attention dont il a besoin – il pleurera ou pleurnichera, s'accrochera à vous ou régressera (il recommencera à se traîner par terre, à mouiller sa culotte, à utiliser la bouteille ou une suce). Il pourrait même faire mal au nouveau bébé ou tenter de trouver des moyens pour qu'il cesse d'être le centre d'attention.

Voici des facteurs associés à la rivalité fraternelle :

La différence d'âge. Si la rivalité fraternelle peut faire son apparition à l'arrivée d'un nouveau-né, elle peut aussi se produire à tout âge. En fait, il n'est pas rare chez des enfants plus âgés de démontrer de l'agressivité envers un frère ou une sœur plus jeune. Souvent, un enfant devient compétitif ou ressent de la jalousie envers un frère ou une sœur quand il pense que ses parents lui accordent plus de temps ou d'attention qu'à lui-même. Cela peut entraîner des querelles et même des batailles.

Par exemple, un garçon de 12 ans commence à tourmenter sa sœur plus jeune parce qu'il est secrètement jaloux des démonstrations d'affection qu'elle reçoit. Parce qu'il est plus âgé et qu'il refuse de se faire border dans son lit ou caresser quand il arrive à la maison, ses parents ne réalisent pas qu'il a besoin de ces démonstrations d'affection.

Les types de personnalité. L'interaction et la friction entre vos enfants peuvent aussi dépendre de la personnalité de chacun. Par exemple, l'un d'eux est peut-être un extroverti qui cherche l'interaction, tandis que l'autre est un introverti qui préfère la solitude. Ces deux types de personnalités pourraient ne pas bien s'entendre. Les traits de personnalité des enfants affectent aussi leur relation fraternelle. Certains enfants sont plus difficiles et s'ennuient facilement tandis que d'autres peuvent être tendus ou facilement frustrés.

La famille. Les relations fraternelles peuvent être affectées par un conflit familial ou le refléter. Si les parents éprouvent des problèmes de couple, les enfants ressentent le stress et la tension et pourraient se battre entre eux. Quand les parents sont en colère ou se soucient peu l'un de l'autre, les enfants pourraient commencer à se traiter entre eux de la même façon.

Quand la rivalité se transforme en conflit

Malheureusement, la jalousie ou la compétition peut parfois inciter les enfants à se battre. Les psychologues et les spécialistes de la thérapie familiale s'entendent à dire que les parents ne devraient pas s'interposer dans une bataille entre deux enfants ayant à peu près le même âge et le même niveau intellectuel. Cependant, si la violence physique dégénère ou s'il y a des dommages à la propriété ou à l'espace vital de l'un d'entre eux, un parent devrait alors intervenir.

S'il y a une différence d'âge assez importante, les parents devraient surveiller la bataille de près et se préparer à intervenir.

Même si la rivalité fraternelle est normale, votre famille peut accepter uniquement une certaine dose de conflits; c'est pourquoi il est important d'essayer de la tenir sous contrôle.

Le guide du parent sur l'art de gérer une querelle entre les enfants

N'alimentez pas la rivalité en demandant « Qui a commencé? » Séparez simplement les deux belligérants. Enseignez à vos enfants des stratégies de gestion de conflit et laissez-les régler eux-mêmes leurs conflits, par exemple, trouver des moyens de négocier tour à tour et utiliser un minuteur pour indiquer que le temps est écoulé, etc. Mettre fin à la bataille si l'un des enfants est blessé, intimidé ou taquiné par l'autre.

Les psychologues de l'enfance suggèrent que les parents devraient aider leurs enfants à apprendre le civisme l'un envers l'autre et déterminer des règles de comportements entre frères et sœurs. Par exemple, les enfants devraient comprendre qu'ils n'ont pas le droit de se conduire mal envers leurs autres frères et sœurs. S'ils ne sont pas obligés d'être amis et de tout partager, ils doivent cependant se comporter l'un envers l'autre d'une façon respectueuse et décente. Il est également important d'assurer qu'il y aura des conséquences s'il y a confrontation entre frères et sœurs.

Il serait bon de déterminer des règles familiales en ce qui concerne le comportement entre frères et sœurs. Il pourrait s'agir de règles générales stipulant que chacun doit démontrer du respect envers l'autre ou de règles plus précises interdisant les coups, les pincements, tout geste de violence ou toute forme d'injure. Pourquoi ne pas organiser une rencontre familiale dans le but d'établir des limites ou des règles qui conviendront à chacun? Afin d'obtenir leur accord et leur coopération, il est important de faire participer les enfants à l'établissement de leurs propres règles. Voici quelques suggestions :

- Évitez les comparaisons – elles peuvent entraîner la compétition.

© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d'information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.

- Oubliez l'égalité – célébrez les différences et les habiletés uniques de chaque enfant et traitez-les en conséquence.
- Établissez vos attentes en ce qui concerne un comportement acceptable et montrez à vos enfants que vous leur faites confiance pour régler leurs conflits.
- Faites l’éloge d’un bon comportement.
- Reconnaissez les sentiments négatifs.
- Ne réagissez pas à leur colère par de l'hostilité.
- Passez du temps avec chacun de vos enfants.

Bien qu’il puisse être difficile pour un parent d’être témoin d’un conflit entre ses enfants, il existe des moyens de les encourager à adopter un comportement plus affectueux. Assurez-vous, votre conjoint ou conjointe et vous, de donner à vos enfants un exemple positif et efforcez-vous en premier lieu à maintenir une bonne communication dans la famille. Si vous avez des questions au sujet de la rivalité fraternelle, consultez un conseiller en problèmes familiaux ou le conseiller d’orientation de l’école de votre enfant.