ILS SE DISPUTENT TOUT LE TEMPS!

En vacances chez vous, les chamailleries fusent. Et si vous les aidiez à pacifier leur relation? CLÉMENCE LEVASSEUR





Florence Millot, psychologue pour enfants et adolescents, auteur de Comment parler à ses enfants?, éd. Albin Michel, 256 p., 17,90 €. psychologuepourenfant.fr

n séjour chez leurs grandsparents est une véritable parenthèse pour les enfants: ils sont moins pressés par le temps qu'à la maison, plus détendus, et les règles sont bien souvent assouplies. Résultat, se sentant plus libres, certains enfants se croient tout permis et asticotent davantage le reste de la fratrie! Et si vous en profitiez pour les aider à mieux s'entendre?

L'OCCASION DE LES OBSERVER

"Les grands-parents ont un rôle privilégié, rappelle Florence Millot. Ils sont plus disponibles que les parents, qui courent après le temps au quotidien, entre le travail et les tâches domestiques à gérer. Ils prennent également plus de recul en ne réagissant pas du tac au tac quand une dispute survient. Recevoir les petits-enfants chez vous peut donc être l'occasion d'observer la dynamique existant entre frères et sœurs: l'un d'entre eux est-il plus effacé que les autres? L'un commande-t-il le reste de la fratrie? Ou fait des coups en douce?" Pour en savoir plus, discrètement, soyez attentif au

28 Pleine Vie AVRIL 2020

comportement de vos petitsenfants, puis prenez le temps de discuter avec eux en têteà-tête. "Par exemple, demandez à l'un pourquoi il frappe sa petite sœur, ou pourquoi il provoque son aîné, indique la psychologue. Les parents n'ont pas toujours le temps d'avoir ce dialogue qui peut se révéler très instructif."

INTERVENIR EN MÉDIATEUR

Lorsqu'une dispute survient, plutôt que d'y couper court par un "ça suffit" ou " je ne veux plus vous entendre", ou de donner une sanction à l'un ou à l'autre, jouez donc les médiateurs. "Interrogez chacun sur sa version de l'événement, mais aussi sur ce qu'il a ressenti, demandez-lui la raison qui l'a amené à crier ou à taper, explique Florence Millot. Puis demandez-leur à tour de rôle ce qu'ils ont vraiment envie de dire, s'ils ont des besoins particuliers: les grands-parents, en qui ils ont confiance, recueillent souvent bien des confidences! Cela

permettra de désamorcer le conflit et de verbaliser des rancœurs, des malaises ou un sentiment d'injustice: certains se font en effet passer pour des victimes alors qu'ils provoquent les autres, d'autres ont l'impression d'être moins bien traités que leur frère ou leur sœur qui serait le « chouchou » oula «chouchoute»..." Ensuite, proposez-leur de recommencer l'histoire à zéro, c'est-à-dire de revivre la situation de conflit, quitte à attendre 10 minutes pour que chacun se calme et que l'agressivité retombe. "En ne prenant pas parti, mais en permettant à chacun de s'exprimer, vous fixerez un cadre juste et sécurisant, assure la psychologue. Cela leur permettra ensuite de mieux communiquer entre eux, et de mettre plus facilement des mots sur leurs besoins, leurs envies, leurs émotions..." Une façon de poser les bases d'une meilleure relation, moins conflictuelle, mais aussi de leur permettre d'être plus à l'aise en société.

Bien punir

Quand les enfants vont trop loin dans leurs disputes, il est parfois nécessaire de sanctionner. Mais comment? "Oubliez la violence physique ou les privations, punitions d'un autre siècle : faire « payer » pour des fautes n'est pas pédagogique, met en garde la psychologue. Le but d'une punition n'est pas de faire souffrir, mais d'apprendre à avoir un bon comportement." Première règle : une punition ne doit pas tomber du ciel. "Il faut qu'elle ait été annoncée, quitte à se répéter, rappelle Florence Millot. Puis, la sanction doit être supportable

et, surtout, immédiate : plus l'enfant est petit, plus elle doit être appliquée rapidement pour qu'il comprenne le lien de cause à effet." Misez sur une punition qui "répare", car elle permet à l'enfant de corriger son erreur, de se rattraper. "Ainsi, un enfant qui a cassé volontairement le jouet de sa petite sœur doit s'excuser, puis le réparer ou participer à l'achat d'un nouveau. L'enfant ne doit pas garder de frustration intérieure, ni rester sur sa mauvaise action. Il faut remettre du lien entre les acteurs et leur apprendre à coopérer."

On fait quoi le mercredi?



On rit au cinéma

Papi sitter! Le titre annonce le pitch: ses parents devant s'absenter, Camille, une ado en terminale qui doit passer son bac mais rêve de plaquer le lycée, est contrainte de vivre chez son grand-père André (Gérard Lanvin), un ancien gendarme plutôt psychorigide. Le duo devient trio avec l'arrivée imprévue de l'autre grand-père (Olivier Marchal), qui débarque du Mexique où il gère des boîtes douteuses.

→ PAPI SITTER, AU CINÉMA À PARTIR DU 4 MARS.



On se met à la page

Face aux réseaux sociaux en mutation permanente, difficile d'être toujours dans le coup. La solution : se connecter sur le site Grand mercredi, qui fournit différents outils aux grands-parents pour se tenir informés. Les créateurs du site sont à l'initiative de la Journée nationale des grands-parents et petits-enfants, le dernier mercredi de septembre.

→ GRAND-MERCREDI.COM

AVRIL 2020 Pleine Vie 29