



## FOIRE AUX QUESTIONS :

### «*Notre enfant est jaloux. Comment l'aider ?*»

La jalousie dans une fratrie est toute naturelle. L'enfant, comme l'adulte d'ailleurs, exige d'avoir ce que l'autre possède. L'enfant compare, il veut être préféré.

Pour réduire cette jalousie, les parents doivent éviter en premier ce qui peut la favoriser. Par exemple :

- ✦ Avoir des préférences ou plutôt nier l'existence de ces préférences qu'on se cache à soi-même, comme si elles étaient coupables.
- ✦ Souligner les différences existantes entre les enfants et les comparer.
- ✦ Intervenir trop souvent dans les disputes des enfants au risque de sanctionner injustement.
- ✦ Confondre l'équité avec l'égalité.

Plus positivement, les parents donneront à l'enfant jaloux la possibilité de parler de ce qu'il ressent, afin que la jalousie ne soit plus pour lui un défaut humiliant ou une maladie, mais un sentiment qui n'a rien d'étonnant et qui s'explique fort bien.

♥ Les parents s'efforceront de montrer à l'enfant combien il est aimé et admiré. Le jaloux croit en général qu'il est un mal aimé ou un « nul ». Il a besoin d'une attention chaleureuse et sincère, de temps forts passés en tête-à-tête avec un parent. Il a besoin de reprendre confiance en lui, d'être valorisé, en particulier par son père qui sera le miroir de ses qualités.

✧ Excepté le cas d'une jalousie morbide, obsessionnelle, qui demanderait une thérapie adaptée, il est sage de ne pas dramatiser un sentiment qui, dépassé, peut avoir une réelle utilité en apprenant à l'enfant à prendre conscience de lui-même, à se différencier des autres.

*Le mot « jalousie » n'a trop souvent qu'une connotation négative. On peut regretter qu'il n'existe pas un autre mot pour traduire un sentiment qui n'est pas forcément coupable.*

*Ne lit-on pas dans l'Écriture que Dieu lui-même est un « Dieu jaloux » (Ex. 20, 5) ?*