



« Frères et sœurs sans jalousie ni rivalité »

Un programme créé par Adèle Faber et Elaine Mazlish,
Présenté par Guylaine Bédard, psychothérapeute

Objectif : Augmenter la complicité entre les enfants, peu importe s'ils sont frères et sœurs. Cet atelier vise à aider les enfants à s'exprimer adéquatement les uns envers les autres.

1^{re} rencontre : « Sentiments pénibles entre frères et sœurs. »

Comprendre les sources de la rivalité entre frères et sœurs. Comment aider les enfants à soulager les sentiments hostiles qu'ils éprouvent les uns par rapport aux autres.

2^e rencontre : « Chaque enfant est une personne distincte. »

Comprendre comment la comparaison alimente la rivalité et apprendre comment éviter les comparaisons. Comprendre qu'aux yeux des enfants, donner la même chose, c'est toujours donner moins. Comment faire pour ne pas tomber dans le piège.

3^e rencontre : « Les rôles qu'on joue entre frères et sœurs. »

Les enfants ont tendance à adopter des rôles différents pour se sentir uniques dans une famille. Comment éviter d'encourager ces rôles, surtout quand certains sont des bourreaux et d'autres des victimes. Des habiletés qui offrent à chaque enfant la liberté de devenir davantage lui-même.

4^e rencontre : « Quand les enfants se disputent. »

Comment intervenir de façon utile pour réduire l'agressivité entre les enfants. Les aider à résoudre eux-mêmes leurs conflits sans prendre parti, même quand un des enfants demande de l'aide.

5^e rencontre : « Résolution de problème. »

Une approche simple qui permet aux adultes d'aider les jeunes combattants à résoudre eux-mêmes leurs conflits.

6^e rencontre : « Révision finale. »

Des exercices qui offrent l'occasion de mettre en pratique tout ce qui a été appris. Également une occasion de jeter un regard neuf sur nos relations avec nos propres frères et sœurs.