

« QUI VA DEVANT DANS LA VOITURE LE MATIN, QUI UTILISE L'ORDINATEUR ? MES PARENTS EN ONT ASSEZ DE NOS HISTOIRES ET NE VEULENT PAS M'AIDER. EN PLUS, ELLE EST DANS LE MÊME COLLÈGE QUE MOI. »

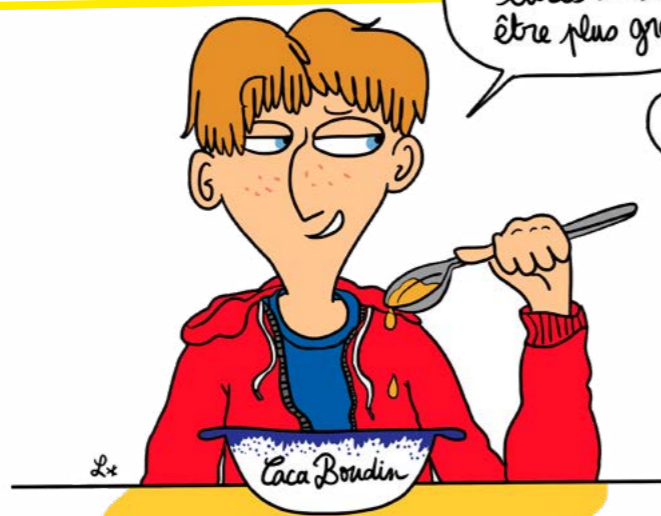
Mayeul, 14 ans (Pyrénées-Atlantiques)

Je me dispute beaucoup AVEC MA SŒUR

Passer du temps ensemble

Essaie de lui parler ! Fixe des règles sur un tableau hebdomadaire avec les choses sur lesquelles vous avez l'habitude de vous disputer. Par exemple, un jour sur deux pour aller devant dans la voiture. Essaie également de prévoir de bons moments ensemble : jouez à un jeu vidéo qui vous plaît à tous les deux, allez faire une sortie bowling... Ça aidera à renouer des liens agréables.

Roman, 11 ans (Doubs)



Patience...

Avec mon frère, on s'est longtemps disputés. Je ne supportais plus de rentrer à la maison, il me parlait comme un chien et ne me laissait jamais parler avec mes parents. Imagine l'ambiance ! J'ai appris à rester calme mais, surtout, j'ai attendu qu'il grandisse pour que ça s'améliore ! Courage.

Anne-Lise, 14 ans (Paris)

Raisons cachées

LE MEILLEUR MOYEN DE RÉGLER CE PROBLÈME EST DE DISCUTER SÉRIEUSEMENT AVEC TA SŒUR. DEMANDE-LUI LA RAISON POUR LAQUELLE ELLE A BESOIN D'ÊTRE SANS CESSÉ EN RIVALITÉ AVEC TOI... SOIS SINCÈRE ET ELLE ESSAIERA SÛREMENT DE FAIRE DES EFFORTS DE SON CÔTÉ.

Colline, 13 ans (Bas-Rhin)

Face à face honnête

J'ai eu le même problème. Quand ma sœur était en primaire, je considérais le collège comme mon endroit de tranquillité. Quand elle est entrée en 6^e, elle me collait et commençait à prendre des airs très supérieurs parce qu'elle se sentait grande ! Donc, je lui ai dit honnêtement ce que je pensais en essayant de le formuler gentiment et en finissant par lui faire un câlin. Elle a essayé de me comprendre et on a fait toutes les deux des efforts. Maintenant, on se dispute beaucoup moins !

Une lectrice (Drôme)

L'avis de la PSY

SATINKA SANSON,
FIL SANTÉ JEUNES

L'adolescence est une période parfois tumultueuse. Elle favorise souvent l'apparition de conflits, notamment entre frères et sœurs. Essaie de prendre un peu de recul sur la situation pour comprendre pourquoi tu explotes : y a-t-il quelque chose qui ne va pas au collège ? Des tensions à la maison ? Et s'il y avait un lien avec vos disputes ?

Des médiateurs

» Même si tes parents disent qu'ils ne veulent pas t'aider, c'est important

d'insister et d'oser en parler avec eux. Ils sont là pour permettre à chacun de trouver sa place dans la fratrie. » Si tu ne parviens pas à être écouté, tente d'en parler avec d'autres adultes de la famille (oncle, tante, grand-parent, marraine) ou au collège. Si ta sœur t'embête là-bas, tourne-toi vers un·e surveillant·e ou CPE.

Aîné ou cadet

» Vos disputes sont peut-être liées à un besoin d'autonomie et d'émancipation que vous ressentez tous les deux. Tu ne dis pas s'il s'agit

Chacun sa place

de ta petite ou grande sœur. Si tu es le plus âgé, tu as plus de libertés et sans doute l'envie d'être plus indépendant, de pouvoir faire des choses sans avoir ta sœur dans les pattes. Mais tu as aussi plus de responsabilités : à toi d'essayer de trouver des compromis avec ta sœur pour apaiser les choses.

Mission planning

» Vous pouvez, par exemple, faire un planning pour gérer votre vie quotidienne. Utilise l'emploi du temps du MDA 456 : qui prend l'ordi-

nateur, quand, combien de temps ? Pareil pour la salle de bains et les autres services de la maison (mettre le couvert, vider la machine...).

» Remplissez ce tableau ensemble en vous mettant d'accord sur les règles. Quand il y aura des désaccords, il sera bien utile pour désamorcer les conflits !

Besoin d'aide ?
0 800 235 236
filsantejeunes.com

Conseil de famille

MOI AUSSI, J'AI UNE PETITE SŒUR DE 9 ANS ET LES RELATIONS SONT SOUVENT COMPLIQUÉES. POUR EN PARLER CALMEMENT AVEC ELLE ET TES PARENTS, ORGANISE COMME UN CONSEIL DE CLASSE MAIS AVEC TA FAMILLE.

Louis

Se disputer avec sa sœur, c'est une preuve d'amour (bien cachée, c'est vrai) ! Pour le collège, évite les endroits où tu sais qu'elle est, fais comme si tu ne la connaissais pas, sauf si tu vois qu'elle pleure ou qu'elle a eu un accident assez grave. N'oublie pas que c'est ta sœur ! À la maison, ne la cherche pas, va dans ta chambre et sache que ce n'est pas toi l'adulte : tu ne dois pas te fâcher si elle a fait une bêtise. Dis-le seulement à tes parents.

Rose, 12 ans (Calvados)

Courage, fuyons !

Parles-en calmement avec tes parents, dis-leur pourquoi tu en as marre de vos disputes. Tu peux aussi créer un emploi du temps des tâches, ou bien un minuteur pour partager l'ordinateur. Il y aura peut-être moins de problèmes !

Umbreon, 14 ans

Emploi du temps

Une complicité à retrouver

ESSAYEZ DE PARTAGER DES ACTIVITÉS QUE VOUS AIMEZ TOUS LES DEUX : DU SHOPPING, UN SPORT, UN ART POUR ÊTRE PLUS COMPLICES... VOUS AUREZ CHACUN BESOIN DE VOUS AIDER ET L'ACTIVITÉ PRENDRA LE DESSUS SUR LES CHAMAILLERIES.

Louisa, 15 ans (Vendée)

La question d'une lectrice

Cela fait trois ans que je suis dans une nouvelle classe et je n'arrive toujours pas à me faire d'amis... Comment faire ?

Lune, 11 ans

Un avis, une question Écris-nous