

Que faire pour que arrête de me taper ?

J'ai trois frères et il y en a un qui me frappe. Je l'embête un peu, mais pas excessivement. J'en ai parlé à mes parents, mais il continue.

Louise, 12 ans (Yvelines)

Conseil de famille!

manquerait plus qu'ils fassent venir Super Nanny !!



Chère Louise,

Tes parents ne réagissent pas quand tu leur dis que ton frère te frappe. Peut-être minimisent-ils l'impact que ses coups ont sur toi, ou n'ont-ils pas envie de prendre parti, ou encore sont-ils dépassés. Quoi qu'il en soit, je t'invite à leur en reparler et, aussi, à dire à ton frère ce que tu ressens.

Papa, maman

- » Au lieu de te plaindre auprès de tes parents et de les appeler au secours sur le moment ("papa, il m'a encore tapé!"), anticipe et exprime-leur ton impuissance.
- » D'abord, explique-leur que si tu embêtes un peu ton frère, c'est parce que tu as envie d'entrer en contact avec lui. Reconnais que tu t'y prends mal, mais que tu ne sais pas comment faire : tu te sens un peu perdue au milieu de trois frères, tu as du mal à trouver ta place et à entrer en lien avec eux. Tes parents seront certainement sensibles au fait que tu reconnais ta responsabilité. Ils seront aussi touchés par ton impuissance et chercheront à rétablir entre vous de bonnes relations.

Face à face

Ensuite, discute avec ton frère. Dis-lui que ses coups te font mal et interroge-le sur ce qui le pousse à frapper. Est-ce parce que tu l'embêtes trop ? Parce qu'il te trouve trop collante ? Ou est-il jaloux de toi car tu es la seule fille et vos parents s'occuperaient davantage de toi ? En lui proposant des pistes de réponse, tu l'aideras à réfléchir et à s'exprimer avec des mots plutôt qu'avec des coups. 🗣️

Solène, du Monde des ados



Notre experte
Merci à Florence Milliot, psychologue.

ILLUSTRÉ PAR FLEUR DE MAMOOT

EN
TROIS

- 1 Trouve le bon moment pour parler avec tes parents de choses qui te tiennent à cœur : dans le canapé, lors du bisou avant de te coucher...
- 2 Aie en tête que parler n'est pas magique et que cela demande parfois plusieurs essais.
- 3 Lis ce manuel d'"autodéfense émotionnelle" de Florence Milliot (éd. Horay, 14,90 €) pour apprendre à répondre à la violence.

