LES AIDANTS ET LA FRATRIE

Présentation : Eva Toussain, psychologue

Présentation du rôle de la psychologue en service de génétique
Eva Toussaint, psychologue du service de génétique de Bordeaux depuis sa création, accompagne les patients, familles, fratries et grands-parents. Elle effectue des consultations conjointes avec les médecins et intervient à différents moments de vie, selon les besoins spécifiques de chaque membre de la famille.

Parfois, les frères et sœurs éprouvent des difficultés à consulter un(e) psychologue :

- *les parents peuvent être vus seuls, pour discuter de la fratrie.*
- *des groupes de paroles « fratries » peuvent être organisés, au sein des associations.*

Déclencheurs et motifs de consultation pour la fratrie
Deux types de consultations émergent :

- *de la part des parents, inquiets du retentissement du handicap sur la fratrie, même sans difficultés apparentes,*
- *de la part des frères et sœurs, face à des situations problématiques réelles (somatisation, sentiment de délaissement, effacement, honte à l'adolescence, difficulté à devenir adulte).*

La rivalité fraternelle normale devient plus complexe quand une maladie occupe beaucoup de place dans la famille.

Ressources et associations pour les jeunes aidants

- *La recommandation de consulter les ressources locales est évoquée : L'Association « La Pause Brindis », créée pour les jeunes aidants, avec point d'écoute, vidéos sur réseaux sociaux et rencontres bisannuelles, à Lyon. Cette information mérite une large diffusion auprès des personnes aidantes.*
- *Les Centres Médicaux Psychologiques proposent également des groupes de parole « fratrie ».*
- *Les associations de répit permettent aux aidants de souffler et de se ressourcer.*

Gestion de la rivalité fraternelle et moments en famille
Une piste est donnée pour pallier le problème de la jalousie : **avoir tout en double** !!

Une mère témoigne de la difficulté à maintenir des moments à cinq, quand les sorties sans l'enfant porteur du Syndrome sont plus reposantes.

L'idéal du « tous ensemble, tout le temps » est à nuancer.

Une discussion s'engage sur l'équilibre à trouver entre moments familiaux collectifs et temps individuels passés avec chacun des enfants.

Ce temps privilégié peut être court, mais il doit être régulier.

Madame Toussaint évoque la méthode, dite « d'enrobage », qui peut aider à une meilleure communication. Cette technique repose sur une structure en trois temps :

- *préparer avant, mettre l'enfant en confiance, valoriser un effort ou une réussite (sans tomber dans le faux semblant !)*
- *conscientiser pendant, en venir au cœur du sujet, à une demande, un refus ou un reproche, de manière factuelle.*
- *prolonger après, en concluant par une note constructive, une solution, un encouragement ou une perspective.*

Il est important de reprendre régulièrement les explications sur la maladie et ses incidences, avec la fratrie.

Violence physique au quotidien dans la fratrie

Une question est soulevée sur l'impact de la violence physique subie depuis la naissance par un enfant de la fratrie.

L'accompagnement vise à mettre en mots, à développer des stratégies de protection, à autoriser le retrait, tout en maintenant un lien alternatif (ex : proposer d'offrir un dessin plutôt que de jouer ensemble : attention indirecte).

Anticipation de la responsabilité future et projection parentale

Les fratries expriment des inquiétudes précoces (« Comment je vais faire quand vous serez morts ? », à 6 ans !) et craignent une pression accrue des attentes parentales.

Il s'agit d'éviter les projections, de les rassurer, en les informant que des solutions existent et que la situation évoluera de toute façon.

Les impliquer dans les décisions futures concernant leur pair, semble être une approche positive et bénéfique.

Les études montrent que les fratries développent souvent ouverture, attention à l'autre et choisissent des métiers d'aide.

Départ des aînés et impact sur la dynamique familiale

Des parents d'une fratrie fusionnelle s'interrogent sur l'impact du départ du grand, en études supérieures.

Une discussion s'engage sur les conflits de loyauté, les stratégies d'éloignement et de retour au domicile parental et l'importance d'interroger les motivations réelles des choix d'orientation.

Préparation à l'autonomie et rôle des institutions

Madame Toussaint témoigne sur l'importance de préparer l'institutionnalisation, pour que la fratrie conserve un rôle de frère/sœur et non pas celui de parent de substitution.

Il est nécessaire d'introduire progressivement « l'autre » (professionnels, institutions), le plus tôt possible.

Témoignages de fratries et vigilance parentale

Des témoignages révèlent des souffrances cachées dans la fratrie, malgré un dialogue apparent.

Il est primordial de rappeler que tous les parents « merdent » et que les enfants sont forts pour cacher leurs difficultés. Il faut noter que l'enfant « normal » n'est pas forcément mature émotionnellement, malgré son autonomie apparente, d'où l'importance de maintenir une présence parentale (hyper)vigilante, d'entretenir un dialogue, régulier, ceci sans interrogation systématique.

Les parents doivent accepter et encourager, sans culpabiliser, le fait que certaines révélations émergent à l'extérieur de la famille, auprès de professionnels-tiers.