

Être enfant unique



Quand on parle de fratrie, on aborde souvent les côtés – positifs et négatifs – d’avoir des [frères et sœurs](#)... Mais que se passe-t-il quand on n’en a pas justement ? De l’extérieur, on peut avoir l’impression qu’être enfant unique est plus “facile”, mais attention aux clichés et autres idées reçues !

Si on a tendance à croire que c’est toujours mieux ailleurs, chaque famille fonctionne différemment. Être le seul enfant ne veut pas forcément dire être choyé, pourri gâté, considéré comme le petit prince ou la petite princesse... Si les questions que se pose l’enfant unique sont différentes, il n’est pas forcément plus facile d’y répondre ;-).

Unique oui...

Être enfant unique, c’est être l’Enfant puis l’Ado de la maison, celui sur qui reposent les attentes et les rêves des parents. Ça fait beaucoup pour une seule personne ! En cas de coup dur, on peut penser que les parents seront plus présents, disponibles pour donner des conseils et accompagner leur enfant unique. Pas de petite sœur qui fait sa crise ou de grand frère qui claque la porte pour attirer l’attention : les parents peuvent jouer à fond leur rôle de soutien, de protection, d’amour...

Mais toutes ces attentes et cette attention des parents sont parfois un sacré **poids** sur les épaules de l’enfant ! Plus protégé, il risque aussi d’être **plus surveillé**, voire plus “fliqué” en devenant ado. Étant le seul enfant, tout ce qu’il vit va prendre une importance particulière : sa scolarité et ses études, sa croissance et sa santé, ses fréquentations et

relations... Il peut donc aussi devenir la seule préoccupation des parents. Dans ces conditions, il est parfois plus difficile de vivre sa vie, de se détacher des parents pour devenir adulte.

...mais seul-e !

C'est sympa de vivre sans frère et sœur qui nous cassent les pieds, mais on se sent un peu seul-e parfois, non ? Si on a une baisse de moral, pas de confident-e à domicile pour nous rassurer. On peut aussi regretter de ne pouvoir partager certaines choses avec sa fratrie : *"j'aimerais bien avoir un petit-frère pour lui apprendre plein de choses"*, *"si j'avais une grande sœur, je pourrais lui poser des questions sur les garçons"*, *"le grand frère de mon ami lui fait découvrir plein de musique super cool, il a de la chance"*. Et puis, quand on fait une bêtise, c'est difficile de rejeter la faute sur quelqu'un d'autre ;-).

Cette solitude peut être tour à tour une amie ou une ennemie. Pas de coups de pieds sous la table ni de fous rires étouffés, mais pas non plus de rivalité et de **favoritisme**. Personne pour jouer ou discuter, mais une paix royale quand on a envie d'être seul... Ces expériences sont aussi une manière de se préparer à la solitude qu'on rencontre parfois plus tard dans la vie.

Quand on est enfant unique, on accorde aussi une place particulière à ses ami-es, qui peuvent devenir comme des frères et sœurs de cœur.

Des parents uniques ?

Si tu es enfant unique, tes parents aussi doivent s'adapter : ils ne sont mère et père que pour un seul enfant... Certains vont se mettre plus de pression par rapport à l'éducation, craindre d'être de "mauvais parents" : *"il faut que mon enfant réussisse tout ce qu'il fait, que je sois parfait"*. Pas facile de trouver la bonne distance entre l'envie de faire confiance

à son enfant, et celle de le protéger : ils peuvent parfois se montrer trop collants ou au contraire pas assez présents. Certains vont demander plus d'attention, vouloir être davantage rassurés, ce qui ne les empêche pas d'être à la hauteur ! En tout cas il ne faut pas hésiter à discuter avec eux de leur choix ou non-choix d'avoir un seul enfant si on a envie d'en savoir plus.

Enfin, être enfant unique est peut-être tout aussi difficile parfois, et tout aussi agréable à d'autres moments, que de faire partie d'une fratrie! Au-delà du fait d'avoir des frères et sœurs, **chaque famille est unique**. A chacun de trouver son propre équilibre à travers les échanges et les moments partagés, pour que les relations se passent au mieux.