



RYWALIZACJA I KONFLIKTY POMIĘDZY RODZEŃSTWEM

Czy dobrze jest mieć rodzeństwo? Odpowiedź oczywiście brzmi Tak! Na etapie dzieciństwa rodzeństwo pełni względem siebie bardzo ważne role – wspiera naukę życia wśród innych ludzi, skutecznego komunikowania się, uczy kompromisu, kooperacji, wspólnej zabawy, przyjmowania ról, czy też obrony własnego zdania.

Ale jest także druga strona medalu.....Dzieci codziennie podejmują decyzję i budują przekonania o sobie, innych ludziach oraz otaczającym ich świecie na podstawie znaczenia, jakie nadają własnym doświadczeniom. Decyzje te bezpośrednio wpływają na ich zachowanie oraz dalsze myślenie o tym, w jaki sposób mogą w pełni realizować swoje wewnętrzne potrzeby. Dzieci bardzo często porównują się z rodzeństwem. Jeżeli wynikiem tego porównania będzie myśl, że brat lub siostra w pewnym obszarze radzą sobie lepiej niż on/ona to dziecko może podjąć jedną z następujących decyzji:

- rozwijać umiejętności w innym obszarze
- rywalizować, próbując osiągnąć wyniki lepsze od rodzeństwa
- buntować się i mścić, budując w ‘głowie’ negatywny obraz rodzeństwa
- poddać się myśląc ‘Nie mam szans’, ‘Jestem beznadziejny’

Dzieci są genialnymi obserwatorami i znacznie gorszymi interpretatorami. Zrozumienie dziecięcych interpretacji w zakresie osiągnięcia poczucia przynależności i znaczenia oraz budowania pozytywnego obrazu siebie i świata pomaga nam rodzicom w osiągnięciu po skuteczniejsze sposoby wspierania dziecięcych potrzeb i rodzinnych małych konfliktów. A wtedy, kiedy owo wsparcie nie jest potrzebne – wycofywaniu się. Tak by nasze dzieci budowały w sobie poczucie własnej wyjątkowości i sprawczości, a naturalne konflikty rówieśnicze były krokiem w stronę nabywania niezbędnych umiejętności życiowych.

6 KROKÓW DO PORADZENIA SOBIE Z KONFLIKTAMI POMIĘDZY RODZEŃSTWEM

Rodzic 'jest' w konflikcie pomiędzy dziećmi:

- naucz się ingerować w konflikt tylko, gdy jest to naprawdę konieczne
- daj każdemu dziecku 'szczególny' czas na kontakt z Tobą
- brak reakcji bywa lepszy niż próba rozwiązania problemu za dzieci

Zaakceptuj fakt, że pewien stopień konfliktów pomiędzy rodzeństwem jest czymś naturalnym

Wykorzystaj konflikty pomiędzy rodzeństwem do nauki istotnych umiejętności życiowych takich jak:

Rozwiązywanie problemów, ochłonięcie, obrona własnych interesów, umiejętność proszenia i wyrażania przepras

Rozwijaj umiejętności minimalizowania konkurencji:

- unikaj porównywania rodzeństwa
- używaj zachęt zamiast pochwał
- nie traktuj jednej strony jak 'prześladowcy' a drugiej jak 'ofiary'
- unikaj nagród, jednak pamiętaj by cieszyć się osiągnięciami każdego z dzieci

Naucz dzieci zasad bezpieczeństwa:

- STOP oznacza konieczność zatrzymania zachowania
- kiedy mogą odejść / 'ochłonać'
- kiedy można poprosić o wsparcie w rozwiązaniu problemu rodzica (wsparcie to nie ratowanie!)

Zadbaj o siebie:

- zrozum sedno problemu, naucz się maksymalizować korzyści i minimalizować zamieszanie
- ludzie postępują lepiej, gdy czują się lepiej. Dbaj o własne dobre samopoczucie, Twoje dzieci na pewno na tym skorzystają!