

RYWALIZUJĄCE RODZEŃSTWO

- *Czy da się wyeliminować rywalizację między rodzeństwem?*
- *Czy dzieci można nauczyć pracy zespołowej?*
- *Co zrobić jeśli dzieci wciąż się kłócą?*
- *Dlaczego widząc inne rodziny mam wrażenie, że mają bardzo grzeczne dzieci, tylko nam się to nie udaje?*

Rodzina, w której jest co najmniej troje dzieci ma ogromne zalety. Młodsze dzieci uczą się wielu rzeczy od starszych łatwiej niż od dorosłych, starsze opiekują się młodszymi, zawsze jest ktoś do zabawy. Jedną z podstawowych zalet posiadania rodzeństwa jest uczenie się życia w grupie, pracy zespołowej, umiejętności negocjacji. Problem jest taki, że umiejętności społeczne nie są wrodzone i nie uczymy się ich automatycznie – tak jak chodzenia, czy mówienia.

Warto pamiętać, że nawet dorośli mogą mieć problemy z radzeniem sobie z emocjami, co dopiero dzieci. Gdy są zmęczone, głodne, niewyspane, jest brzydka pogoda, łatwo wpadają w zły nastrój, kłócą się itp. Dorosły w takiej sytuacji wie, co zrobić by poprawić sobie nastrój – np. odpocząć, zjeść coś, przespać się... Dzieci są bezradne, reagują przesadnymi emocjami negatywnymi, kłótnią, marudzeniem.

Nawet dorośli mogą mieć problem z przewidywaniem konsekwencji poddawania się impulsom – np. zemsty za doznaną krzywdę. A dziwnym się siostrze, która przedrzeźnia młodszego brata, po tym jak przypadkiem zniszczył jej ulubioną lalkę, przez co chłopiec celowo już niszczy kolejną rzecz, nakręcając spiralę zemsty.

Pamiętajmy też, że czasem kłótnie i bicie się mogą być po prostu próbą przyciągnięcia uwagi rodziców. Ponieważ dzieci dopiero uczą się wielu rzeczy, rywalizacja i kłótnie są nie do uniknięcia. Jednak możemy zrobić wiele, by zdarzały się rzadziej i kończyły szybciej i bardziej konstruktywnie.

Po pierwsze wzór rodziców

To my, dorośli, uczymy dzieci zachowań społecznych. Dzieci uczą się sposobów radzenia sobie z problemami i rozwiązywania konfliktów obserwując rodziców i naśladowując nas.

Jednak to nie wystarczy. Mnóstwo innych osób ma wpływ na nasze dzieci – koledzy w przedszkolu, szkole, inni dorośli, bohaterzy książek, komiksów, filmów. Nawet jeśli u nas w domu dba się o kulturalne wyrażanie, możemy zszokowani usłyszeć, jak dzieci między sobą obrzucają się wulgarnymi epitetami. Dlatego będziemy tłumaczyć dzieciom rzeczy nawet, wydawałoby się, oczywiste. Co więcej, będziemy im to powtarzać, by się utrwaliły.

Sposób wyrażania emocji

Młodsze rodzeństwo jest częstym źródłem frustracji dla starszego. Zabiera prywatne rzeczy, niszczy zabawki, płacze, do tego jest zwykle częściej zauważane i chwalone

przez innych "Jaka śliczna dziewczynka, ile ma lat?" Młodszy zazdrości starszym – umiejętności, przywilejów... A gdy starszy brat z goryczą mówi: "Ten gnojek znowu wyrwał drzwi z samochodzika, nienawidzę go", słyszy najczęściej "On jest jeszcze mały, nie wie, że zrobił źle, masz tyle samochodów, przebolejesz".

Podstawą pomocy jest zrozumienie, że dzieci rzeczywiście wyrządzają sobie nawzajem krzywdę, czasem celowo, czasem przypadkiem. Bywają też zazdrosne o uwagę, przywileje, mają zatem prawo do przeżywania np. gniewu. Uczmy je jednak wyrażania negatywnych emocji w sposób dobry, nie obrażający nikogo, nie agresywny. Dlatego warto wprowadzić następujące zasady:

- 1) żadnych przezwisk i bicia;
- 2) mówmy o konkretnych uczuciach;
- 3) mówimy o tym, co się dzieje tu i teraz, bez krzywdzących uogólnień.

Szczególnie na początku warto pomagać dziecku w nazywaniu odczuwanych emocji.

W przykładzie

z samochodzikiem mama mogłaby powiedzieć synkowi: „Widzę, że jesteś zły, że ci zepsuł samochodzik.” A potem dodać: „Chcę jednak, byś powiedział to bratu bez przezywania”. Prawdopodobnie powie: „Zepsułeś mi samochodzik, nienawidzę Cię.” Wtedy czas na wprowadzenie zasady trzeciej: „Nienawiść to takie mocne słowo. Wiem, że kochasz brata, często się razem ładnie bawicie, lepiej powiedz mu czego byś od niego chciał.” „Jestem zły na ciebie. Chcę, żebyś nie brał moich samochodów. Chciałbym też żeby ktoś mi naprawił drzwiczki.”

Zapobieganie "sztucznym konfliktom"

Jak już pisałam, czasem *rozróżba* jest sposobem przyciągnięcia uwagi rodziców. Powstawaniu sztucznych konfliktów można zapobiec, odpowiednio organizując się tak, by mieć w tygodniu czas dla każdego z dzieci z osobna. Zatem zapewniamy dzieciom tzw. czas wysokiej jakości – gdy rodzic poświęca uwagę jednemu konkretnemu dziecku. Niekoniecznie oznacza to tyle samo czasu dla każdego z dzieci – to już wymaga oceny przez rodziców.

Zapobiegamy sztucznym konfliktom unikając też porównywania dzieci. Wiem, że może nas kusić powiedzenie np. "Jak możesz rozlewać mleko jedząc płatki? Nawet twoja młodsza siostra je staranniej!". Jednak odczytywane jest to jako "nie cierpi mnie, woli małą". Zamiast tego mów o problemie: "Rozlałeś mleko, chciałabym żebyś wytarł je szmatką". Nie należy też porównywać dzieci "na plus" bo to wzmacnia niepotrzebną rywalizację. Zatem zamiast: "Jesteś dużym chłopcem, nie zostawiasz po sobie bałaganu jak Ania" chwal konkretne działanie: "Widzę, że pozbierałeś zabawki i odłożyłeś na miejsce. Brawo!".

Uczenie współpracy.

Czasem słyszę, jak rodzice się chwalą: „Moje dzieci wcale się nie kłócą”. Jednak gdy porozmawiamy o szczegółach, okazuje się, że nie mają ze sobą kontaktu. Każde przebywa w swoim pokoju, każde ma osobny zakres obowiązków... Spokój nie jest skutkiem współpracy a starannego unikania konfliktów. Dlatego właśnie np. wspólne mieszkanie dwójki dzieci w jednym pokoju jest świetną nauką współpracy. Oczywiście będą konflikty, ale jeśli pomożemy dzieciom ustalić zasady wspólnego mieszkania,

bardzo je to rozwija. Warto wprowadzić strefy prywatności – np. "moje biurko, mój zamek" oraz wypracować zasady wspólnego utrzymywania porządku. Z czasem pojawią się nowe – np. czas ciszy na naukę, czy czas prywatny na przyjmowanie przyjaciółek...

We wszystkim tym warto zachowywać optymizm. Kłótnie, a nawet bijatyki zdarzają się

w każdym rodzeństwie. Możemy jednak zrobić wiele, by uczyć dzieci jak rozwiązywać problemy bez kłótni i rywalizacji. Być może będziecie mieć wrażenie, że to syzyfowa praca. Jej owoce najczęściej będziecie mogli nie tyle zaobserwować, co o nich usłyszeć. Wystarczy, że wasze dzieci pójdą razem np. na weekend do znajomych, a po powrocie usłyszycie, jakie to doskonale wychowane i świetnie współpracujące ze sobą rodzeństwo.

Artykuł przygotowała mgr E. Łukaszewicz

BIBLIOGRAFIA: Ogólnopolski tygodnik dla rodziców