

# Όταν τα αδέλφια δεν σταματούν να μαλώνουν

## Πώς μπορούν οι γονείς να βοηθήσουν τα παιδιά να εκπαιδευτούν στην επίλυση συγκρούσεων

Κάθε οικογένεια που έχει πάνω από ένα παιδί, ζει καθημερινά διάφορα δράματα μεταξύ των παιδιών της. Ακόμα και τα αδέλφια που είναι οι καλύτεροι φίλοι, έρχονται στιγμές που μαλώνουν έντονα και επίμονα. Αυτή είναι μία απόλυτα κατανοητή αντίδραση, αν αναλογιστούμε πως πρόκειται για παιδιά που είναι αναγκασμένα να περνούν σχεδόν όλο το χρόνο τους μαζί κάτω από την ίδια στέγη, και συνήθως σε λίγα τετραγωνικά μέτρα. Ας αναλογιστούμε, επίσης, πως ως παιδιά ανταγωνίζονται να κερδίσουν την προσοχή/εύνοια των γονιών τους. Τι συμβαίνει, όμως, όταν το σπίτι γίνεται καθημερινά πεδίο μάχης και ο γονιός πρέπει συνέχεια να επεμβαίνει σαν πυροσβέστης; Ναι...είναι δεδομένο πως οι καβγάδες είναι ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ πηγή στρες για τους γονείς, είναι όμως σίγουρο πως ταυτόχρονα αποτελούν και μοναδική ευκαιρία να εκπαιδύσουμε τα παιδιά να λύνουν προβλήματα και συγκρούσεις με τρόπους κοινωνικά αποδεκτούς, όπως π.χ. το να δείχνουν τα συναισθήματά τους με τα λόγια και όχι με τα χέρια!

Στη συνέχεια θα βρείτε κάποιες προτάσεις για το τι μπορεί να κάνουν οι γονείς!

## Βρίσκουμε τη ρίζα, την πραγματική αιτία της σύγκρουσης

- ο κύκλος των καβγάδων σπάει αν σκάψουμε πιο βαθιά, πέρα από αυτό που βλέπουμε και βρούμε την πραγματική αιτία. Π.χ. πολύ συχνά γίνονται καβγάδες με αφορμή το ποιος θα παίξει με ποιο παιχνίδι, αλλά στην πραγματικότητα η αιτία είναι η ανάγκη των παιδιών να κεντρίσουν την προσοχή του γονέα, να τον κάνουν να ασχοληθεί μαζί τους

## Ενθαρρύνουμε τις θετικές συμπεριφορές

- Κάνουμε την ανατροπή! Αντί να προσέξουμε τα παιδιά όταν μαλώνουν, δείχνουμε το ενδιαφέρον μας όταν παίζουν ήρεμα, όταν συνεργάζονται αρμονικά. "**Τι όμορφα που παίζετε μαζί!**" "**πόσο χαίρομαι να σας βλέπω**". Δίνουμε απλόχερα τη θετική μας προσοχή, δείχνοντας πως οι θετικές συμπεριφορές είναι αυτές που την κερδίζουν.
- Μπορούμε επίσης, να ζητήσουμε από τα παιδιά να μας ενημερώνουν κάθε φορά που ο/η αδελφός/ή τους φέρεται με τρόπο φιλικό, μοιράζεται παιχνίδια κοκ και να επιβραβεύουμε τη θετική αυτή συμπεριφορά. Π.χ. συμφωνούμε πως για κάθε θετική συμπεριφορά βάζουμε σε ένα μικρό βάζο μία πετρούλα και όποτε γεμίσει απολαμβάνουμε οικογενειακώς μία βραδιά με το αγαπημένο πρόχειρο φαγητό των παιδιών ή κάτι αντίστοιχο που μπορεί να είναι σύμφωνο με την κουλτούρα της κάθε οικογένειας

## Σχεδιάζουμε εκ των προτέρων

- Ακόμα και αν δώσουμε όλη τη θετική ενίσχυση του κόσμου, τα αδέλφια θα μαλώνουν. Γι αυτό προσπαθούμε να προλάβουμε το αναπόφευκτο. Δείχνουμε στα μεγαλύτερα συνήθως παιδιά πώς να χειρίζονται δύσκολες καταστάσεις, λέμε πχ. ότι αν έρθει το μικρότερο αδελφάκι και αρπάξει ένα παιχνίδι, μια αντίδραση είναι το να έρθουν να μας ενημερώσουν και όχι να ανταποδώσουν. Μπορούμε, επίσης, να μοιράσουμε εκ των προτέρων το χρόνο. Π.χ. αν ο καβγάς γίνεται για ένα παιχνίδι μπορούμε να συμφωνήσουμε πως για κάποιο χρονικό διάστημα θα παίζει με αυτό το ένα παιδί και αμέσως μετά το επόμενο. Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε και χρονόμετρο, κλεψύδρα κοκ για να γίνει πιο εύκολα κατανοητή η έννοια του χρόνου.

## Πάντα επιστρέφουμε ό,τι παίρνουμε

- Ακόμα και με τον καλύτερο προγραμματισμό μπορεί να υπάρξουν φορές που οι καβγάδες είναι τόσο έντονοι που μοιάζει να υπάρχει μόνο μία λύση: να πάρουμε το αντικείμενο της διαμάχης και να το στερήσουμε από τα παιδιά. Ακόμα και στις περιπτώσεις αυτές όμως πρέπει ύστερα από σύντομο χρονικό διάστημα να το επιστρέφουμε, λέγοντας στα παιδιά πως έχουν μία ακόμη ευκαιρία που μπορούν να αξιοποιήσουν.

## Ξεχνάμε τι είναι δίκαιο

- "Δεν είναι δίκαιο!" φωνάζουν συχνά τα παιδιά και πολύ συχνά οι γονείς βρίσκονται στη θέση να προσπαθούν να αποδώσουν δικαιοσύνη, με τρόπους που δεν θα αφήσουν κανέναν παραπονεμένο. Όμως στην καθημερινή ζωή δεν ισχύει αυτός ο κανόνας, δεν είναι πάντα όλα δίκαια μοιρασμένα. Είναι λοιπόν μάλλον μία μη ρεαλιστική εικόνα όταν γίνεται προσπάθεια να είναι τα πάντα στο σπίτι μοιρασμένα με τρόπο ακριβοδίκαιο. Έτσι θα πρέπει να είμαστε σε θέση να εξηγήσουμε και να υπερασπιστούμε το δικαίωμα του μεγαλύτερου παιδιού να κοιμται πχ πιο αργά. Είναι ιδιαίτερα βοηθητικό το να μοιραζόμαστε και δικές μας εμπειρίες, όταν νιώσαμε και εμείς οι ίδιοι πως κάποια πράγματα στη δική μας ζωή δεν ήταν δίκαια και το πώς τα διαχειριστήκαμε. Έτσι θα λειτουργήσουμε σαν πρότυπο για τα παιδιά. Εξάλλου, οι έρευνες δείχνουν πως όταν τα παιδιά λένε "δεν είναι δίκαιο" δεν ενδιαφέρονται τόσο για τη δικαιοσύνη, αλλά καταφεύγουν στην φράση αυτή γιατί ξέρουν πως θα κάνει το γονέα να αντιδράσει με κάποιον τρόπο.