

ΟΤΑΝ ΤΑ ΑΔΕΛΦΙΑ ΤΣΑΚΩΝΟΝΤΑΙ - ΤΡΟΠΟΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΚ ΜΕΡΟΥΣ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ



Τα αδέλφια είναι οι πρώτοι και κοντινότεροι συνομήλικοι που επιδρούν στην ανάπτυξη της προσωπικότητας των παιδιών. Μπορούν να μοιράζονται τις δυσκολίες της καθημερινότητας και να λειτουργούν ως στήριγμα ο ένας για τον άλλο. Σύμφωνα με έρευνες, τα αδέλφια που είναι πιο κοντά ηλικιακά έχουν πιο δυνατή σχέση (Sutton-Smith & Rosenberg, 1970). Ωστόσο, η σχέση μεταξύ των αδελφών δε διέπεται πάντα από ηρεμία και αρμονία. Τα αδέλφια με μικρή ηλικιακή διαφορά είναι πιθανότερο να έχουν διαμάχες, ακόμη και σε μεγαλύτερες ηλικίες, συγκριτικά με εκείνα με μεγάλη διαφορά ηλικίας.

Οι περισσότεροι γονείς έχουν παρευρεθεί σε τσακωμούς μεταξύ των παιδιών τους, μη γνωρίζοντας πώς να αντιδράσουν. Οι αιτίες μπορεί να είναι πολλές, από την αδελφική αντιπαλότητα μέχρι την επιλογή του ίδιου παιχνιδιού την ίδια στιγμή.

Στο συγκεκριμένο άρθρο θα αναφερθούμε σε συμβουλές που μπορεί να εφαρμόσει ένας γονιός τη στιγμή που ξεσπά ο καυγάς μεταξύ των

παιδιών καθώς μερικές φορές είναι αδύνατο να αποφευχθεί κάτι τέτοιο. Άλλωστε γνωρίζετε αδέλφια που δεν έχουν τσακωθεί ποτέ μεταξύ τους ως παιδιά;

Συμβουλές προς τους γονείς:

- Σημαντικό είναι τη στιγμή του τσακωμού, να αποφύγετε να πάρετε το μέρος του ενός ή του άλλου. Στην προσπάθειά σας να ελέγξετε τη σύγκρουση, σας καθοδηγούν τα συναισθήματά σας, οπότε άθελά σας, θα αδικήσετε το ένα από τα δύο.
- Αποφύγετε ερωτήσεις όπως: «Ποιος το έκανε;» ή «Ποιος άρχισε πρώτος;». Δεν έχει σημασία αφού σήμερα ξεκίνησε ο ένας και αύριο θα κάνει το ίδιο ο άλλος. Επιπλέον, τέτοιες ερωτήσεις θα κάνουν τα πράγματα ακόμη χειρότερα σε βάθος χρόνου.
- Μην αναμιχθείτε στον τσακωμό, εκτός αν υπάρχει άμεσο ενδεχόμενο σωματικής ή συναισθηματικής ζημιάς. Εάν δεν επέμβετε, θα μάθουν τα ίδια να επιλύουν τους καυγάδες τους και θα αποδεχθούν ότι δεν μπορείτε να το κάνετε πάντοτε εσείς για λογαριασμό τους.
- Αν ο τσακωμός ξεφύγει πείτε: «Σταματήστε και οι δυο σας». Αυτό δείχνει ότι αναγνωρίζετε πως και τα δύο παιδιά είναι ατελή.
- Αν μαλώνουν για ένα παιχνίδι, μπορείτε να πείτε: «Το παιχνίδι είναι δικό σου. Δε σου το παίρνει κανείς. Όμως ο αδελφός σου θέλει να παίξει λίγο και μετά θα σου το ξαναδώσει». Έτσι το παιδί βλέπει ότι του αναγνωρίζονται τα δικαιώματά του ως ιδιοκτήτης του παιχνιδιού και το άλλο δε θεωρείται «απαιτητικό» και «κλαψιάρικο».
- Αν είναι μικρά σε ηλικία και δυσκολεύονται να μοιραστούν τα πράγματά τους, ενθαρρύνετέ τα να παίζουν με τα δικά τους

παιχνίδια ή προτείνετε άλλες δραστηριότητες που δεν απαιτούν πολλή συνεργασία, όπως η ζωγραφική.

- Ενθαρρύνετε τη λήψη αποφάσεων για μερικές καταστάσεις, εκ των προτέρων. Για παράδειγμα, αν σκοπεύετε να πάτε κάπου με το αυτοκίνητο, πείτε τους ότι δε θα μπουν σε αυτό αν δεν έχουν αποφασίσει σε ποια θέση θα καθίσει ο καθένας. Προτρέψτε τα να διαπραγματευτούν πριν η κατάσταση εκτροχιαστεί.
- Αν η σύγκρουση φτάνει στα άκρα και υπάρχει σωματική βία, χωρίστε τα, σε διαφορετικά σημεία του σπιτιού, δίνοντας τους χρόνο να ηρεμήσουν. Όταν έχουν ηρεμήσει, προτείνετε να καθίσουν μαζί και να βρουν μια κοινή λύση. Αποφύγετε τη διπλωματία τη στιγμή της έντασης βάζοντάς τα να ζητήσουν συγγνώμη.
- Όταν η διαπραγμάτευση είναι αδύνατη ή είναι σε πάρα πολύ μικρή ηλικία για να διαπραγματευτούν, αποσπάστε την προσοχή τους για να λήξει η σύγκρουση. Προτείνετε άμεσες επιλογές, όπως: «Ποιος θέλει να με βοηθήσει να μαγειρέψουμε;».
- Χρησιμοποιήστε το χιούμορ για να τα αποσπάσετε. Όταν βλέπουν ότι δεν σας ανησυχούν και η συμπεριφορά τους σας φαίνεται αστεία, συχνά σταματούν.
- Αν η ηλικία των παιδιών το επιτρέπει, προτείνετε την αντιστροφή ρόλων. Έτσι, θα μπορέσουν να μπουν στη θέση του άλλου, καταλαβαίνοντας τα αισθήματά του.
- Αποφύγετε εκφράσεις όπως: «Παίξτε όμορφα», «Κόφτε το», «Να είστε καλά παιδιά», «Είστε αδέρφια, μη μαλώνετε». Αυτές οι δηλώσεις είναι πολύ ασαφείς για τα παιδιά.
- Στόχος είναι η επίλυση της σύγκρουσης. Δεν μπορείτε να αναγκάσετε τα παιδιά σας να νιώσουν αγάπη το ένα για το άλλο,

αλλά μπορείτε να ενθαρρύνετε τη συνεργασία. Πείτε τους με κατανοητό τρόπο τι περιμένετε από εκείνα, λέγοντας: «Εάν πρόκειται να παίξετε μαζί, περιμένω ότι θα μιλάτε όσο μπορείτε καλά ο ένας στον άλλο».

Αν οι τσακωμοί είναι συχνοί ή ξεφεύγουν σε ένταση, κρίνεται σημαντικό να ανακαλύψετε την πηγή τους. Πολλές φορές μπορεί να υποβόσκουν αισθήματα που τα παιδιά δεν είναι σε θέση να εκφράσουν, όπως η ζήλεια. Επιπλέον, ποικίλοι εξωγενείς παράγοντες μπορεί να επηρεάζουν τη συμπεριφορά τους, όπως οι συχνοί τσακωμοί στο ζευγάρι ή κάποια αλλαγή στη ζωή τους. Στις συγκεκριμένες περιπτώσεις, χρειάζεται η διαχείριση των συνθηκών που διεγείρουν αντίστοιχες συμπεριφορές.

Μαρία Βράιλα

Ψυχολόγος

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Sutton-Smith, B., & Rosenberg, B. G. (1970). *The Sibling*. New York: Holt, Rinehart & Winston.