



בריאות // הורות // להיות הורים

גם אתם עושים את הטעויות האלה שמעודדות יריבות בין אחים?

יריבות וקנאה בין אחים היא טבעית ומובנת, אבל גם היא יכולה להגיע למקומות לא בריאים ולפעמים הניסיון של ההורים לייצר יחס שווה רק מחריף אותה. כך תעזרו לילדים שלכם לטפח קשר בריא ותיצרו אקלים משפחתי נינוח בבית

תגיות: הורות, אחים, קנאת אחים



רבקה פישמן, מאמר אורח
יום ראשון, 24 ביוני 2018, 07:05

שתף





פתאום הבכור נאלץ לחלוק באנשים שהוא הכי אוהב. אחים (אילוסטרציה: shutterstock)

עוד באותו נושא

חדר משלי: האם אחים צריכים לחלוק חדר, או שעדיף להפריד?

לכתבה ↩



אנחנו מכירים המון סיפורים על יריבות אחים, מסיפורי התנ"ך כמו קין והבל ויוסף וכותונת הפסים ועד אגדות ילדים כמו סינדרלה ואחיותיה החורגות. אז נכון, כנראה שהילד שלנו לא יזרוק את אח שלו לבאר וימכור אותו לישמעאלים אבל יריבות, קנאה וכעס בין אחים יכולה לצאת במהירות מכלל שליטה. יש לכך לא מעט סיבות.

הילד הראשון שלנו מקבל 100 אחוז ממה שיש לנו לתת. הוא נהנה מכל הטוב שיש לעולם להציע: אהבה ותשומת לב. ואז פתאום, ללא בחירתו של הילד "מישהו זר" - הילד החדש, נכנס לעולמו. עכשיו, לא רק שהילד החדש במשפחה דורש המון זמן ותשומת לב, הילד הבכור צריך לחלוק באנשים שהוא הכי אוהב, ההורים שלו.

עוד בנושא:

שומר אחי אנוכי? כשקנאת אחים הופכת מסוכנת למה העובדה שיש לכם אחיות זה הדבר הכי טוב שקרה לכם? לילדים שניים יש סיכוי גדול יותר להיות עבריינים

מודעה



Fira Congress

החל מ- 326 ש"ח 576 ₪ 43%
trivago ישראל



הורים רבים נוטים להתעלם מהתופעה, עד שהיא מחריפה מאוד (אילוסטרציה: shutterstock)

הצורך הבסיסי אצל ילדים הוא בשמירה על מקומם ועל היותם "הכי הכי", על זה הם מנהלים מאבקים וכתוצאה מכך קיימת יריבות המתחילה בגיל הילדות המוקדמת ויכולה להתקבע כדפוס התנהגותי לאורך חייהם הבוגרים. לעמדות הורים בנוגע ליחסים בין האחים, המסרים הגלויים והסמויים מצדם, יש השפעה רבה על אופי היחסים בין האחים וביריבות שבניהם.

הורים רבים נוטים להתעלם מהתופעה, לפחות עד שהבעיה מחריפה מאוד. חלקם סבורים, שיריבות בין אחים היא טבעית, ומכינה את הילדים למאבקים שנכוננו להם בעתיד. עם זאת, יש גם מקרים בהם היריבות חורגת ממה שטוב וטבעי, ואסור לנו להגיע לנקודה הזו.

מה אפשר לעשות?

אהבה אינה "שווה" - "זה לא פייר" הוא הפזמון של כל אח. לא משנה כמה קשה אנחנו מנסים לעשות הכל באופן הוגן לחלוטין, אנחנו צפויים להיכשל. אין דבר כזה שוויון מוחלט ואובייקטיבי ולכן במקום להתייחס לילדים בצורה שווה, חשוב להתייחס בצורה ייחודית.





הראו לכל ילד שאתם אוהבים אותו או אותה באופן ייחודי (אילוסטרציה: shutterstock)



במקום להפגין אהבה שווה ("אני אוהב/ת אותך בדיוק כמו את אחותך"), הראו לילד שהוא אהוב באופן ייחודי ("את היחידה בכל העולם אצלי, אף לא אחד יוכל לתפוס את מקומך").

במקום לתת כמויות שוות ("עכשיו יש לך בדיוק אותו מספר עוגיות כמו לאחותך"), תנו בהתאם לצורך האישי ("את רוצה רק כמה עוגיות, או עוגייה אחת גדולה?").

במקום להעניק זמן שווה ("אחרי שביליתי חצי שעה עם אחיך, אני אבלה חצי שעה איתך"), תנו זמן בהתאם לצורך ("חשוב לי שנשב ונשוחח איך היה לך היום בבית הספר").

זמן איכות ביחידות - ילדים צריכים להרגיש

מיוחדים, ודרך אחת לגרום להם להרגיש ככה היא לפנות זמן "אחד על אחד" עם כל ילד. חשוב לתת מקום משמעותי לכל ילד במשפחה, הן מבחינת תפקיד והן מבחינת מאפיינים ייחודיים.

התבוננו והתייחסו לילדים דרך משקפיים של הילד המוצלח, המיוחד, היכול, התורם, בדגש על החוזקות של כל אחד מהילדים. לעיתים, כתוצאה משינוי זה פוחתת הקנאה והתחרות. יצירת אקלים משפחתי בריא, ההכרה בייחודיות ובהישגים של כל אחד מהילדים, הימנעות מתחרות, אפליה והשוואה, מפחיתה את היריבות הקשה בין האחים.





זה נורמלי שאחים מתווכחים ורבים, כל עוד התחרות מאוזנת (אילוסטרציה: shutterstock)

לא לעודד "הלשנות" - ילדים מלשינים כדי לסבך אחד את השני בצרות. אם נשתף פעולה, אנחנו רק נעודד את יצר הנקמנות שלהם. תבהירו לילדים שהלשנות לא מקובלות בבית - חוץ במקרה חירום כמו פציעה או סכנה.

בלי שיימינג - השתדלו להעיר להם ולחנך אותם בפרטיות. או לפחות לא להעניש אותם מול בני משפחה אחרים, במיוחד בפני אחים. שיימינג כזה יכול להוביל לתחושת בושה, כעס ורצון לנקום. אם אין חדר ריק ופרטי לקיים בו את השיחה עם הילד, אפשר להסתפק בלהוביל אותו הצידה ולהסביר לו בלחש היכן טעה. כמו לנו, גם לילדים שלנו חשוב להרגיש שמכבדים אותם ומקשיבים להם.

הכי חשוב להיות ריאליסטים. לפעמים יש לנו תמונה אוטופית בראש לגבי איך אמורה להיראות מערכת יחסים בין אחים ואחיות ואנחנו שוכחים כמה אנחנו רבנו עם האחים שלנו בילדות ואפילו כמה אנחנו רבים בינינו היום כבוגרים. זה נורמלי שאחים מתווכחים ורבים כל עוד התחרות בין האחים מאוזנת והחיכוכים תורמים לחיזוק הקשר ביניהם כאשר הם נפתרים. אל תצפו להרמוניה משפחתית מוחלטת. במשפחה שבה האווירה רגועה וישנם גילויים של אהבה, שמחה ושביעות רצון פוחתת היריבות וגוברת הנטייה לשתף פעולה כאחים.

הכותבת היא פסיכולוגית קלינית ומנהלת רשת מעונות היום "התחלה חכמה" של החברה למתנ"סים הארצית

מודעות

הוצאת ויזה לארה"ב בשירות עצמי

שירות עצמי ופשוט להוצאת ויזה לארה"ב, וודא שדרכון
מגיש הבקשה מונח לפניך
usa-visa-center.co.il/ויזה_שירות_מהיר

**Fira Congress**

החל מ- 326 ש"ח 576 ₪ 43%
www.trivago.co.il

טיולי שייט לקוטב הצפוני

החברה הגיאוגרפית - הפלגות בעקבות דובי קוטב,
קרחוני ענק ונופי בראשית פראיים. הכנסו לפרטים
החברה הגיאוגרפית

Marita Aparthotel

294.05 ₪ הזמינו עכשיו
Booking.com

לקריאת כל התגובות

