**להתערב או לא? איך לטפל במריבות בין אחים**

**הילדים רבים כל היום ומוציאים אתכם מדעתכם? תחזיקו חזק ואל תתערבו, עד שאין ברירה. הקנאה היא רגש לגיטימי, אומרת המומחית, והמריבות מלמדות את הילדים איך לנהל משא ומתן. עכשיו תלמדו אתם איך לשמור על השפיות בבית**

קרן יטיב

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

כולם רוצים להיות משפחה מאושרת, שלווה והרמונית, ויש לנו פנטזיה ברורה של כיצד יתנהלו אצלנו החיים בבית. ריבים קולניים, חבטות וצרחות של "אמא תגידי לו" ו"תעוף לי מהחדר" לא ממש משתלבים בה. הורים שילדיהם רבים מודאגים מאוד מהמחשבה שהם יגדלו ויתרחקו זה מזה ולא יהיו אחים קרובים, לכן הם מגיבים באמוציונליות למריבות ולא יודעים כיצד לטפל בהן.

**התערבות: יוצרת טינה**

אחת הסיבות העיקריות למריבות היא קנאה, שנתפסת בעיני רבים כרגש מכוער, לא אסתטי, כזה שאסור שיהיה. ואיך מתמודדים? על ידי "השוואת תנאים". ילדים במשפחה נאלצים להתחרות ביניהם על אהבה, על הערכה ועל תשומת לב ההורים, לכן הקנאה היא בלתי נמנעת. קנאה איננה רגש פסול והסכנה איננה בעצם התחושה, אלא דווקא בניסיון לדכא אותה. אהבת ההורים, התעניינותם והשקעתם הינם צורך קיומי, ולכן המאבק להבטחתם הוא הכרחי ולגיטימי.

אהבת ההורים היא כמו חשבון בבנק, וכל ילד נאבק באחר כדי למשוך יותר כסף מאותו החשבון. דווקא אותם הורים שמתעקשים להשוות תנאים בין הילדים גורמים בלי להיות מודעים לכך להגברת המתיחות ולעליית מפלס המריבות. ילד בן עשר יכול ללכת לישון בשעה שונה מאחיו בן השש. אם יאלצו אותו ללכת לישון באותה השעה בדיוק הוא ירגיש מקופח, ובצדק. לילדים בגילאים שונים יש צרכים שונים, ושוויון מלאכותי יוצר קיפוח.

ההורים צריכים להבהיר לילדים שלא מדובר ב"איפה ואיפה", אלא בהבדלים בגילאים ובמילוי הצרכים השונים של האחים, כשברור שהאח הגדול יקבל פרסים שונים על הצלחה מאלו שיקבל אחיו הקטן. התערבות יתר במריבות בין אחים לטובת אחד הצדדים תגביר את הקנאה האחים ותיצור טינה ותסכול כלפי ההורים, כיוון שהמריבות לעתים קרובות הן ניסיון לזכות בהתייחסות ההורים ולהכריח אותם לעמוד לצדו של אחד האחים.

**אל תעשו**

* **הימנעו מהתערבות ומנקיטת עמדה:** וכאשר הלהבות עולות ואי אפשר יותר לעמוד מנגד, הסתפקו בהפרדת כוחות מבלי לשפוט מי מהצדדים אשם. כהורים אינכם מחזיקים בכובע השופט, אך אתם בהחלט יכולים לעזור לילדיכם לנהל משא ומתן ולמצוא דרכים לפתור מחלוקות.

* **הימנעו מעריכת השוואות בין הילדים:** השוואות חוזרות ונשנות שבהן הילד מוצג כפחות מוצלח מאחיו משדרות מסר עמוק של אכזבה ושל דחייה. הימנעו ככל האפשר מהצמדת תגיות לילד כמו "הקטן מקסים אבל עצלן כרוני, ולעומתו הגדול פיקח אבל חצוף ולא ממושמע".

* **הימנעו מהשוואת תנאים בין האחים:** הבהירו לילדים שכל אחד הוא אדם נפרד שעומד בזכות עצמו ומקבל לפי צרכיו, גילו ונתונים אחרים השונים מאלו של אחיו.

* **היזהרו עם הגדרת התפקידים:** הגדרת תפקידים במשפחה יוצרת תחושת תחרות או קיפוח, שתתבטא בהגברת המתח והכעסים בקרב הילדים.

**עשו**

* **כאשר המצב מסכן את הילדים:** אם המצב מסכן את הילדים, כדאי להתערב ולומר כך: "אני רואה שאתם כועסים מאוד ועומדים לפגוע זה בזה", ולהפריד ביניהם ללא נקיטת עמדה: "לא בטוח עבורכם להיות יחד. אתם זקוקים לפסק זמן כדי להירגע וכל אחד הולך לחדרו שלו".

* **תשומת לב:** בדקו את עצמכם, האם אתם מקנים לילדיכם את תשומת הלב הראויה גם ב"זמני שגרה" ולא רק בזמן מריבות ומתיחות בין האחים או כאשר אחד מהם משדר סימנים של מצוקה?

* **העדפה מתקנת:** בדקו למי מהילדים אתם נוטים לספק תשומת לב גדולה יותר וצרו "העדפה מתקנת". בלו זמן נוסף עם הילד השני, ואל תקבעו חלוקה של "ילד של אמא" ו"ילד של אבא".

|  |
| --- |
|  |

* **תנו דוגמה אישית:** אם ילדיכם ייראו שאתם מתנהלים מול אחיכם באהבה, בכבוד ובנועם, תשמשו להם מודל ליחסי אחים חמים, שיופנמו עם הזמן.

* **הרבו בפעילות משפחתית מהנה ולא תחרותית:** אם יש במשחק תחרות, השתדלו שהיא תהיה ביניכם ובין הילדים כדי לחזק את הקואליציה והשותפות ביניהם.

* **זכרו:** מריבות בין אחים הן פונקציונליות ומשרתות מטרה חשובה. המריבות הן בית הספר הטוב ביותר להתמודדות בין-אישית וניהול סיטואציות חברתיות. אחים לומדים כיצד להתנהל במשברים, לומדים טכניקות למשא ומתן ואת מהות הפשרה, וכל זאת בתוך חיקה החמים, המגונן והמאפשר של המשפחה.

**הכותבת היא מנחת קבוצות הורים בכירה במרכז להורות ומשפחה במכללת סמינר הקיבוצים.**