**O pożytkach płynących z konfliktów między rodzeństwem**

Karolina Radomska

**Relacje dziecka z rodzeństwem są ważnym elementem w procesie tzw. socjalizacji oraz budowaniu całego systemu rodzinnego. Pozwalają na zaspokajanie dziecięcej potrzeby przynależności społecznej, a także pomagają w nabywaniu wiedzy o innych i sobie samym. Niejednokrotnie dają możliwość powierzenia dziecięcych trosk i sekretów. Zdarza się, że stanowią fundament przyjaźni na całe życie.**

Jednak nieodłącznym elementem siostrzanych i braterskich więzi są także nieporozumienia, zazdrość a nawet rywalizacja. Kiedy na okrągło powracające kłótnie spędzają nam sen z powiek, często pytamy samych siebie: *“co robię nie tak?”*.

Jak zapobiegać nieporozumieniom, by wychować dzieci w atmosferze miłości i zgody? Zagadnienie rozwiązywania konfliktów między rodzeństwem oraz porady, jak wychowywać dzieci bez rywalizacji, przykuwają uwagę niejednego rodzica. W sieci oraz licznych poradnikach krąży wiele wskazówek dotyczących dziecięcych sporów. Samo powstrzymywanie konfliktów między dziećmi nie przynosi jednak trwałego rozwiązania. Zresztą zwyczajnie nie jest też do końca możliwe.

**Pozwólmy dzieciom na konfrontację**

Skłonności do nieporozumień, bójek czy zazdrości między rodzeństwem zależą od różnicy wieku między dziećmi, od ich temperamentu oraz wielu czynników rodzinnych. Jedno jest pewne – siostrzane i braterskie konflikty są typowym i nieuniknionym procesem rozwojowym. Zresztą nie ma w nich nic złego, o ile nie przybierają nadmiernie wrogiej formy. **Dzieci różnią się między sobą stylami reagowania, potrzebami, preferencjami i oczekiwaniami, co w sposób zrozumiały prowadzi również do nieporozumień.** Spierają się o przestrzeń dla siebie, uwagę rodziców, zabawki czy formę spędzania wspólnego czasu.

Na skutek nieporozumień dzieci w naturalny sposób trenują nie tylko kompetencje społeczne związane z asertywnością, szukaniem kompromisów i rozwiązywaniem konfliktów, lecz także lepiej poznają siebie i swoje rodzeństwo. **Dzięki konfrontacjom z rodzeństwem pogłębiają wiedzę dotyczącą własnych potrzeb, ćwiczą się w określaniu własnych granic i umiejętności mówienia “nie” oraz uświadamiają sobie istotę wzajemnej troski.** Pojawiające się konfrontacje są wyzwalaczem naturalnego treningu wielu pożytecznych kompetencji, a przy tym umożliwiają naukę wspólnego życia w rodzinie.

Konflikty często dają o sobie znać wtedy, gdy rodzic nadmiernie interweniuje i angażuje się w nieporozumienia, lub próbuje całkowicie nie dopuścić do konfrontacji. Sytuacja między dziećmi  przybiera wówczas strukturę trójkąta (wtedy często dzieci uciekają się np. do skarżenia), a ingerencja opiekunów często dodatkowo zaognia kłótnie i napędza wrogość. **Dobrze jest, kiedy rodzice ograniczają swój udział w dziecięcych konfliktach.** Zamiast stawać w obronie jednego z dzieci (zazwyczaj tego młodszego) lub starać się za wszelką cenę zaprowadzić zgodę, znacznie korzystniejsza – choć niewątpliwie wymagająca dużej cierpliwości i uważności – wydaje się strategia wspierającej obserwacji oraz zachęcania do samodzielnych prób poszukiwania konstruktywnych rozwiązań.

Zaprzeczanie nieporozumieniom, albo opowiadanie się za którąś ze stron daje krótkotrwałe rozwiązanie i przynosi zwykle efekt odwrotny do zamierzonego. **Dużo ważniejsze jest aktywne wsparcie dziecka w rozwoju odpowiedzialności za własne emocje, wzmacnianie poczucia wspólnoty oraz troski o przyjazne relacje w rodzinie.**Warto również przyjrzeć się własnym strategiom rozwiązywania konfliktów z bliskimi, pierwszym reakcjom w stanie wzburzenia i umiejętności regulowania własnych emocji – bo, jak wszyscy wiemy, dzieci uczą się przede wszystkim obserwując dorosłych.

**Wspieraj, ale nie osądzaj!**

* **Daj dzieciom przestrzeń** – zamiast podawać gotowe rozwiązania, staraj się zachęcać do tego, aby same próbowały znaleźć wyjście z sytuacji;
* **Wspieraj w rozwoju kompetencji społecznych i emocjonalnych.** Rozmawiaj z dziećmi o emocjach, nazywaj uczucia, wskazuj możliwe sposoby rozładowania emocji oraz skuteczne strategie radzenia sobie z nimi;
* **Bądź empatyczny, pokaż, że rozumiesz emocje dziecka.** Nazwij i opisz to, co dostrzegasz w jasny sposób, np.: *“Widzę, że chciałbyś czasem pobawić się sam”; Jesteś niezadowolona, kiedy tak długo karmię twoją siostrę?”; “Rozumiem, że ty również mnie potrzebujesz, kiedy opiekuję się twoim bratem”; “Wygląda na to, że chciałbyś spędzać ze mną więcej czasu”*;
* **Unikaj roli sędziego**, wysłuchaj obu stron, ale pozwól dzieciom na samodzielne podejmowanie decyzji oraz dochodzenie do porozumienia;
* **Interweniuj, kiedy dzieci robią sobie krzywdę**, biją się albo ranią słowami – opisz, co widzisz, i jasno powiedz, że nie akceptujesz takich zachowań;
* **Zwróć uwagę na indywidualność każdego z dzieci.** Unikaj powtarzania, że kochasz dzieci tak samo (na pytanie o to, które z dzieci kochasz mocniej, możesz odpowiedzieć po prostu: *“Każde z was jest inne i to jest wspaniałe. Jasia kocham jak Jasia, a Zosię jak Zosię”*);
* **Powierzaj dzieciom dostosowane do wieku zadania, które umożliwiają budowanie wspólnoty** i pogłębianie poczucia odpowiedzialności za funkcjonowanie rodziny (np. pozwól im nakryć do stołu, poskładać pranie, poproś o pomoc w kąpieli młodszego rodzeństwa);
* **Spędzaj czas z każdym z dzieci.** Wspólnie z dziećmi zaplanuj spędzenie części czasu wolnego oddzielnie z każdym z nich. Zatroszcz się o to, aby te chwile były wyjątkowe i przyjemne;
* **Rozmawiajcie o tym, co ważne.** Całą rodziną porozmawiajcie o wzajemnym szacunku, akceptacji i wyrażaniu troski wobec najbliższych.

*Źródło:*

*B. Brazelton, J. D. Sparrow, Rozwój dziecka od 0 do 3 lat, GWP, Sopot 2013, s. 401-407.*