

Η ΖΗΛΙΑ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΑ ΑΔΕΡΦΙΑ

Σε κάθε οικογένεια υπάρχει ένα πολύπλοκο δίκτυο αλληλεπιδράσεων ανάμεσα στα μέλη της. Κάθε μέλος της σχετίζεται με τα υπόλοιπα και εξαρτάται από αυτά - όχι μόνο υλικά, αλλά, κυρίως συναισθηματικά. Συνεπώς, ο τρόπος με τον οποίο



αλληλεπιδρούν δύο μέλη της μεταξύ τους, εξαρτάται από το πώς λειτουργούν όλες οι σχέσεις μέσα στην οικογένεια. Στο πλαίσιο αυτό, η συμβίωση με τα αδέρφια δίνει τη δυνατότητα να δοκιμαστεί η λειτουργία στενών σχέσεων με μεγαλύτερους και μικρότερους.

Οι αδερφικές σχέσεις είναι μια ευκαιρία για εκπαίδευση των παιδιών σε προσωπικές και κοινωνικές δεξιότητες, σε δεξιότητες ζωής. Τα παιδιά μέσα από την επαφή τους με τα αδέρφια τους μαθαίνουν να μοιράζονται, να συνεργάζονται, να εκφράζουν τα συναισθήματά τους, να δίνουν και να παίρνουν αγάπη. Μαθαίνουν όμως και να συγκρούονται, να επιλύουν διαφωνίες, να διεκδικούν και κυρίως να εκφράζουν και να αντιμετωπίζουν μέσα σε ένα περιβάλλον ασφάλειας το συναίσθημα της ζήλιας- ένα από τα πιο δύσκολα και αντιφατικά συναισθήματα.

Οι συγκρούσεις ανάμεσα στα αδέρφια και οι εκδηλώσεις ζήλιας μέσα στην οικογένεια αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι μιας υγιούς και φυσιολογικής οικογενειακής ζωής. Οι τσακωμοί των παιδιών συνήθως συνδέονται με τις συνθήκες που διαμορφώνει ο οικογενειακός αστερισμός (η θέση των παιδιών μέσα στην οικογένεια, ανάλογα με τη σειρά γέννησης), καθώς και με το συναίσθημα της ζήλιας. Σε αυτές τις περιπτώσεις, στόχος των καβγάδων είναι η προσέλκυση της προσοχής των γονέων, η επιβεβαίωση της αγάπης τους και η διεκδίκηση της θέσης τους στην οικογένεια. Μερικές φορές όμως οι συγκρούσεις ανάμεσα στα αδέρφια δεν είναι παρά ένας τρόπος να εξωτερικεύσουν το θυμό και την επιθετικότητά τους, να δοκιμάσουν τα όριά τους και τις δυνάμεις τους ή απλά να παίξουν.

Τι είναι η ζήλια ανάμεσα στα αδέρφια και ποιες μορφές μπορεί να έχει;

Η ζήλια είναι το φυσιολογικό συναίσθημα που πλημμυρίζει κάθε παιδί, όταν αντιλαμβάνεται ότι κάποιος άλλος «εισβάλλει» σε μια στενή δυαδική του σχέση, όταν νοιώσει ότι χάνει ή ότι πρέπει να μοιραστεί την αποκλειστική αγάπη των γονιών του. Το συναίσθημα της ζήλιας εκδηλώνεται συνήθως γύρω στο 15ο μήνα, σχετίζεται με την ικανότητά του παιδιού να παρατηρεί και να διακρίνει διαφορές και αποτελεί μία κατάκτηση στην ψυχοσυναισθηματική του ανάπτυξη. Αυτό σημαίνει ότι για να μπορέσει το παιδί να νοιώσει ζήλια θα πρέπει να έχει την ικανότητα να βλέπει στον άλλο

χαρακτηριστικά ή ικανότητες και να τις συγκρίνει με τις δικές του. Η ικανότητα αυτή αποτελεί το πρώτο βήμα για την ανάπτυξη της κριτικής σκέψης.

Η ζήλια εκδηλώνεται με διαφορετικούς τρόπους, ανάλογα με την ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού και τις συνθήκες του οικογενειακού αστερισμού . Μπορεί να έχει τη μορφή της προσκόλλησης σε ένα αντικείμενο ή σχέση (συνήθως με τη μητέρα), της υπεράσπισης της ιδιοκτησίας ή της ζωηρής ανησυχίας και καταβολής κάθε δυνατής προσπάθειας για να ξανακερδίσει τη χαμένη του θέση (Το παιδί μπορεί να επιστρέψει σε συμπεριφορές που είχε σε μικρότερη ηλικία ή να έχει προκλητική και αρνητική συμπεριφορά με στόχο την αναζήτηση προσοχής). Συναισθήματα ζήλιας ανάμεσα στα αδέρφια συνήθως εμφανίζονται σε διάφορα μεταβατικά στάδια της οικογένειας (γέννηση παιδιού, μετακόμιση, είσοδος του παιδιού στο σχολείο) και συνήθως συνδέονται με κρίσιμες φάσεις αλλαγών στην οικογενειακή ζωή, όπου αλλάζουν οι ισορροπίες και οι θέσεις των μελών.



Πώς νοιώθει το παιδί που ζηλεύει;

Το παιδί που ζηλεύει βρίσκεται σε μια κατάσταση έντονης αμφιθυμίας (οξείας εσωτερικής διαμάχης), βιώνει αγάπη και μίσος την ίδια στιγμή. Η ζήλια εμπεριέχει συνήθως πολλά και αντιφατικά συναισθήματα. Το παιδί μπορεί να νοιώθει ταυτόχρονα θυμό, αγάπη, μίσος, θαυμασμό, θλίψη, απογοήτευση, ματαίωση, ενοχές.

Η ζήλια δεν έχει μόνο αρνητικές διαστάσεις... Ένα παιδί δε μπορεί να ζηλέψει αν δεν έχει την ικανότητα να θαυμάζει, να εκτιμά, να αγαπά. Μόνο που δεν ξέρει τον τρόπο να διαχειρίζεται τα δύσκολα και αντιφατικά του συναισθήματα, δεν ξέρει τον τρόπο να διεκδικήσει και να μοιραστεί την αγάπη των γονιών του. Η ζήλια, επίσης, πολλές φορές βοηθά τα παιδιά να θέσουν στόχους και να επιτύχουν πράγματα που ίσως αλλιώς δε θα προσπαθούσαν να τα κάνουν.

Οι γονείς έχουν σημαντικό ρόλο στο να εκπαιδεύσουν τα παιδιά τους να αναγνωρίζουν, να εκφράζουν και να αποδέχονται τη ζήλια τους. Επίσης, χρειάζεται να τα διαβεβαιώσουν ότι η αγάπη των γονιών δε χάνεται με τίποτα και για κανένα παιδί, όσες συγκρούσεις και αν μεσολαβήσουν. Με αυτόν τον τρόπο, δημιουργούνται οι προϋποθέσεις για μια σχέση δυνατή, γεμάτη σεβασμό, αλληλοϋποστήριξη και αλληλοκατανόηση ανάμεσα στα αδέρφια. Είναι σημαντικό να γνωρίζουμε ότι τα παιδιά που έχουν βιώσει και εκφράσει τη ζήλια και έχουν συμφιλιωθεί μαζί της, κερδίζουν πολλά από αυτή την εμπειρία. Ας μην ξεχνάμε ότι η ζήλια σχετίζεται με την ικανότητά μας να τα βγάζουμε πέρα με τα αντιφατικά και δύσκολα συναισθήματα, με την ικανότητά μας να μπαίνουμε στη θέση του άλλου και να πιστεύουμε στον εαυτό μας και στις δυνάμεις μας.

Πως μπορούν οι γονείς να βοηθήσουν στην αντιμετώπιση της ζήλιας και των συγκρούσεων ανάμεσα στα αδέρφια;

- Δεν ξεχνάμε ότι η ζήλια είναι ένα συναίσθημα που έχει λόγο ύπαρξης και δεν μπορεί να χαρακτηριστεί «καλό» ή «κακό».
- Φροντίζουμε να δίνουμε χρόνο και προσοχή σε κάθε παιδί ξεχωριστά.
- Αν χρειαστεί, μιλάμε για τη συμπεριφορά που δεν μας αρέσει και δεν τη συνδέουμε με το ίδιο το παιδί.
- Αποφεύγουμε να δίνουμε προσοχή στην αρνητική συμπεριφορά του παιδιού. Με αυτό τον τρόπο του μαθαίνουμε ότι είναι άσκοπο να διεκδικεί την προσοχή μας με αρνητικό τρόπο. Δεν ξεχνάμε όμως να το ενισχύουμε όταν συμπεριφέρεται με θετικό τρόπο.
- Ανεχόμαστε το παιδί στις στιγμές έντασης και στις εκρήξεις του θυμού και του δίνουμε το μήνυμα ότι το αγαπάμε, ακόμα και όταν είναι θυμωμένο.
- Δείχνουμε εμπιστοσύνη στην ικανότητα των παιδιών να αντιμετωπίζουν μόνα τους τις διαφωνίες, τις συγκρούσεις και τα οδυνηρά τους συναισθήματα.
- Αποφεύγουμε να εμπλεκόμαστε στους καβγάδες ανάμεσα στα αδέρφια. Είναι σημαντικό να τα αφήνουμε να τα βγάλουν πέρα μόνα τους και να μην περιμένουν κάποιο τρίτο να τους λύσει τις διαφορές τους .
- Αντί να βλέπουμε τις αδυναμίες των παιδιών μας, εστιάζουμε στις ικανότητές τους.
- Αποφεύγουμε να κάνουμε διακρίσεις και να συγκρίνουμε τα παιδιά μεταξύ τους.
- Εκτιμούμε ό, τι ξεχωριστό έχει το κάθε παιδί!

Δίνοντας εκτίμηση και σημασία στα παιδιά, ακούγοντας προσεκτικά τις προσδοκίες, τις ανησυχίες, τα όνειρα, τα αστεία και τις επιθυμίες τους, τους δείχνουμε ότι είναι σημαντικά για εμάς, ότι τα αγαπάμε γι' αυτό που είναι και ότι δε θα θέλαμε να είναι διαφορετικά απ' ό, τι είναι.

Πηγή: <http://www.prolipsis.gr/index.php?id=32,109,0,0,1,0>

