

## CUM SA GESTIONEZI EFICIENT CONFLICTELE DINTRE FRATI SI DINTRE COPII IN GENERAL

### TRANSCRIPT

Adriana

Astăzi vom vorbi despre familiile cu mai mulți copii, în mod special despre copiii din aceste familii.

Cum îl pregătim pe cel mic că urmează unul și mai mic, spre care se va duce toată atenția noastră?

Cum rezolvăm situația când apare rivalitatea între frați? Cum îi ajutăm, cum îi sprijinim?

Mă uit la copiii mei și știu că modul în care fiul cel mic, Marc, se comportă este felul în care el și-a găsit individualitatea în această familie.

Pentru că soră-sa era impecabilă: cuminte, învăța bine, la un moment dat în perioada pre-adolescenței spre adolescență a vrut să fie altfel, a decis să fie altfel.

Știu că pe platforma ta online, [allaboutparenting.ro](http://allaboutparenting.ro), ai un modul întreg în care părinții care primesc acces pot viziona filme în care tu explici cum e cu rivalitatea între frați, dar poate că e mai simplu să dai drumul la telefon și să asculți podcast-ul ăsta în care tu prezinți succint:

Ce se întâmplă când apare al doilea copil?

Cum să mă pregătesc eu ca părinte? Îl introduc sau nu în familie?

”Îmi crește burta că mă doare burta.” Am auzit tot felul de variante și mame care nu știau cum să prezinte situația copiilor lor și am și citit povești amuzante despre cum s-a dezumflat burta mamei și surpriză, a apărut o altă ființă.

Am văzut și documentare despre mame care-și iau copiii mici la naștere, și aceștia văd cum, printr-o traumă, că așa se-ntâmplă, apare un alt membru al familiei, marcând copiii deja avuți pe viață, prin vederea exactă a apariției noului copil.

Părerea mea de neprofesionist.

Am vrut să aduc în discuție și aceste aberații care apar în toate domeniile, inclusiv al nașterii.

Cum că tatăl femeii e prezent alături de soț, alături de copilul pe care deja îl are, alături de mamă, mai e puțin și toată comunitatea asistă la naștere.

Eu cred totuși că e un moment cât se poate de intim, sau ar fi bine să fie așa.

Ce facem când aflăm că în burtica noastră de femeii s-a născut o altă viață pe care ne-am dorit-o, cum îi prezentăm copilului deja avut situația?

Urania

Eu cred că e o alegere foarte personală, dacă femeia își va introduce soțul sau partenerul de viață la acest eveniment sau nu, de fapt e alegerea amândurora.

Că eu așa avea o altă părere, sau tu sau altcineva, e într-adevăr momentul intim al lor, eu am ales diferit.

Am să vorbesc acum din experiența altora, eu neavând decât un copil, și poate o să povestești tu dintr-a ta, dar am vorbit cu mame care au adus pe lume al doilea, al treilea sau chiar al cincilea copil.

Cea mai mare teamă a unei astfel de mame este teama de a pierde contactul cu primul copil.

Și întrebarea care știu că cele mai multe o au este: cum voi putea eu să iubesc un alt copil așa cum îl iubesc pe acesta? Cum îmi voi împărți iubirea?

Acestă teamă, ca orice fel de frică, dăunează foarte mult.

Pentru că aștepti acest moment al nașterii celui de-al doilea copil cu panică, iar aceasta se transmite.

Eu cred foarte mult în energia pe care o transmitem copiilor noștri și atitudinea pe care o avem dincolo de cuvinte.

Pentru că evident că ceea ce transmitem noi e o stare de neliniște, e o stare de "ce-o să se-ntâmpale, că nu e bine ce se va-ntâmpla, sau că mi-e teamă de ce se va-ntâmpla", și primul copil trăiește această stare a panicii, și o așteaptă cu frică, chiar dacă nu realizează că asta se-ntâmplă.

Și așa vrea să ne uităm puțin în istoria umanității noastre, ca să eliminăm un pic această frică.

E cel mai important lucru să așteptăm momentul cu liniște.

Familia cu 2 sau chiar 3 copii e ceva foarte nou. Cei mai mulți părinți ai noștri au avut niște 3, 4 frați și încă o generație în spate erau chiar 9 sau 10.

Asta face o foarte mare diferență în felul în care îți gândești familia, pentru că în momentul în care te aștepti că o să ai 7 sau 10, nu mai ai panică când apare al doilea sau al treilea.

De ce importantă diferența între al doilea copil și al patrulea?

Pentru că tot ceea ce înseamnă rivalitate, până la urmă este bazat pe instinctul de supraviețuire.

În momentul în care apare o altă ființă în familie, copilul simte normal că împarte ceva cu cineva care nu exista până atunci, dar este o teamă pe care noi avem în primul rând.

Înainte se făceau copii mulți pentru că mortalitatea infantilă era foarte mare, pentru că nu existau pensii. Până și acest aspect socio-economic făcea o mare diferență, mulți oameni făcând copii pentru a avea cineva grijă de ei la bătrânețe, pentru a duce mai departe casa familiei, ogoarele, tot ce aveau ei în acel moment.

Lucrurile erau privite firesc, dar supraviețuirea copiilor în familie, și rivalitatea dintre ei se vede peste tot în natură.

Am citit o poveste interesantă despre o specie de rechin, ai căror pui se mănâncă unii pe alții în burta mamei lor, ieșind unul singur care reușește să-i mănânce pe ceilalți.

Știu, sună crud, dar până la urmă natura își face treaba în această rivalitate.

Un alt exemplu foarte interesant este egreta, de exemplu.

Știm că puii multor păsări se luptă unul cu celălalt și se aruncă unul pe celălalt din cuib.

Natura a făcut pentru egretă ca lucrurile să fie ceva mai simple. Ea are câte un ou odată la 2-3 zile, și de aceea puii ies pe rând.

Asta dă șansa fiecăruia să aibă un start în viață aproape exclusiv, beneficiind de 2-3 zile de o atenție mai mare de la părinte, crescând astfel și șansa lor de a supraviețui.

Până și porcii noștri domestici, nu știu câți știu acest lucru, se nasc cu niște colți care ulterior sunt înlăturați de către om.

Ei se folosesc de acești colți, așezați în exterior, pentru a-i înlătura pe ceilalți pui de la cele mai productive mameloane ale scroafei.

Întorcându-ne la copii, dacă noi suntem liniștiți că avem iubire destulă, și copilul este liniștit că nu i se va lua nimic.

Ceea ce spun eu de fiecare dată părinților, și cred asta pentru că vorbesc cu copiii despre cum văd ei iubirea.

Copiii neavând încă o gândire abstractă văd iubirea ca pe un sac, din care iei bucăți și iubirea se termină.

”Dacă se mai naște cineva atunci se ia din iubirea mea, și am mai puțină.”

Rivalitatea dintre ei pornește tocmai de la această percepție, că li se ia din iubire.

Eu spun întotdeauna, și cred asta, că noi avem această capacitate uluitoare, de a iubi oricât de mulți oameni în feluri diferite.

Un alt motiv pentru care se întâmplă rivalitatea între frați este pentru că noi, părinții, declarăm față de ei că-i iubim pe amândoi la fel.

Și eu i-am întrebat cândva pe mama mea, pe tatăl meu, ”pe cine iubești mai mult, pe mine sau pe Paul?” și răspunsul venea de fiecare dată același: ”Vă iubesc pe amândoi la fel.”

Nici un copil niciodată nu crede asta. Pentru că nu-i adevărat.

Îi poți iubi la fel de mult, dar nu la fel, pentru că sunt ființe diferite ...

Adriana

... și fac prostii în mod diferit.

Urania

Ca și drăgălășeniile lor, sunt foarte diferite.

Un lucru pe care foarte multe femei mi l-au împărtășit, e că fiecare copil vine pe lume cu propriul bagaj de iubire, și că îl poți iubi la fel de mult și pe al doilea și pe al treilea și pe al cincilea, dacă alegi să ajungi până acolo.

Adriana

Nici eu nu cred că dragostea unei mame sau a unui tată e limitată. Pur și simplu iubești în mod diferit copiii diferiți pe care îi ai.

Dar chiar dacă ei vin pe lume într-un sistem de siguranță, chiar dacă apar pe lume doriți, programați, așteptați, întâmplați se întâmplă de la un moment dat să ceară lucruri diferite și să ceară să fie iubiți în mod diferit.

Există cartea aceea excepțională, *Limbajele iubirii*, care ne arată într-un mod aproape științific că noi ne simțim iubiți în moduri diferite. Așa suntem noi oamenii și e foarte bine că suntem așa.

Poate unul dintre motivele pentru care apare rivalitatea între frați este poate părinții nu știu să ofere iubirea de care are nevoie fiecare dintre copii și că ei, copiii, se dezvoltă în moduri cu totul spectaculoase, foarte frumoase, foarte personale, și că vor să fie tratați altfel decât sora mai mare, fratele mai mic.

Ce am eu de făcut ca părinte să permit copiilor să crească și să dezvolte fiecare cu personalitatea lui, să reduc rivalitatea care poate deveni agresivă între frați, și să-i mențin în viață sănătoși și integri pe amândoi sau pe toți?

Pentru că nu cred că există copil pe pământ care a avut un frate sau mai mulți, care să nu-și fi simțit siguranța amenințată.

Știi foarte bine că sunt o mulțime de cazuri și povești cu copii relativ mici, care au încercat să-și sufoce frații mai mici cu perna.

Dacă trecem de perioada respectivă cum să facem să-i ajutăm să aibă o relație bună, și ca fratele, sora să sară în ajutorul celuilalt, care are nevoie de el. Să dezvolte o relație bazată pe empatie, comasiune normalitate.

Toată lumea știe că de multe ori, din nefericire, o bucățică de avere devine motiv de gălceavă veșnică între frați, până chiar la plecarea de pe lume a unuia dintre ei.

Urania 16.00

Se poate ajunge și până acolo.

Într-adevăr, în programul All about Parenting detaliez tot ce înseamnă conflicte între frați, medierea acestora, cum îi ajutăm să-și dezvolte această latură a înțelegerii, fără pretenția de a-l iubi pe celălalt.

Noi plecăm de la astfel de premise: fratele trebuie să-și iubească fratele, sora.

Nu trebuie!

Din fericire sunt multe situații fericite în care copiii au chimie. E important asta.

Dar sunt și situații în care frații sunt atât de diferiți, poate că și distanța de vârstă dintre ei e mare, și pur și simplu nu se înghit unul pe celălalt pentru că nu au chimie.

Nu ai cum să faci pe cineva să iubească pe altcineva cu forța.

Poți însă să pleci de la premisa că ”nu trebuie să vă iubiți”, ce e important e să aveți respect unul față de celălalt, să vă susțineți reciproc, și plecăm de la principiul că măcar dacă nu poți să faci bine, măcar nu face rău.

Echilibrul familiei pleacă de la această toleranță a diferențelor.

Și ce-am învățat eu de la cele mai multe familii cu mulți copii este că lucrurile au funcționat bine acolo unde părinții au pus accentul pe diferențe nu pe echitate.

La ce mă refer mai exact?

Cei mai mulți părinți care au al doilea sau al treilea copil se străduiesc din răspuțeri să se comporte cu copiii la fel, să împartă o ciocolată perfect în 2, să cumpere amândurora același soi de îmbrăcăminte, același număr de jucării.

Dacă-i ziua unuia îi cumpără cadou și celuilalt, să nu se simtă cumva lăsat deoparte.

Această obsesie a echității duce exact în rivalitate, pentru că nu fac decât să-i pun pe aceeași picior de egalitate comparându-i între ei, pentru că asta fac.

Ori, cum bine ai spus, nevoia lor este de unicitate, pentru că ne naștem cu această nevoie de conectare, de relaționare, iar aceasta, printre alte aspecte spune exact asta: vreau să mă simt respectat, unic, valorizat.

”Dacă eu sunt comparat mereu cu celălalt, și trebuie să primesc la fel, mă voi lupta să primesc la fel, și indiferent cât de mult te străduiești eu să rupi acea ciocolată în 2, a celuilalt bucată va fi mai mare decât a mea.”

E o capcană paradoxală.

Cu cât eu mă străduiesc să fiu mai echitabil, cu atât ei se luptă mai mult.

Și am constatat că în familiile cu mai mulți copii în care nu e rivalitate între frați, gelozii sau conflicte, ce a făcut diferența e accentul pe unicitate. Copiilor li s-a spus mereu:

”Sunteți unici, sunteți diferiți, fiecare persoană este diferită, aveți gusturi diferite, personalități diferite, vă plac lucruri diferite, aveți vârste diferite și acesta este motivul pentru care unul poate face ceva, celălalt nu poate încă. Vă iubesc pe amândoi la fel de mult, dar în moduri diferite, pentru că sunteți diferiți.”

Copiii înțeleg că sunt diferiți, și că nu trebuie să fie la fel.

Este un principiu foarte clar, ce se aplică și în management. E o carte foarte faină, *Manager contra curentului*, care pleacă exact de la premisa de a nu-ți trata angajații la fel. Cu cât faci mai mult asta, cu atât disensiunile, conflictele dintre ei vor crește.

În familie este la fel de important.

Atunci mai degrabă le oferi lor ciocolata, să și-o împartă ei. Poate că astăzi primește unul mai mult, poate mâine primește altul mai multe.

Decât să te străduiești să le pui în farfurie exact aceeași cantitate, mai bine îi înveți să se servească unul pe celălalt.

Astăzi tu îți servești sora, mâine te servește sora ta pe tine, și crede-mă că vor avea mai multă atenție la cât vor pune în farfuria fratelui, surorii, pentru că mâine vor fi la rândul lor serviți.

Eu cred că asta e un principiu important, să plecăm de la diferențele dintre noi.

Adriana 20.33

Ce să fac dacă am greșit cu copiii mei, nu din rea-voință, ci din neștiință ca părinte, și au ajuns la o culminare a conflictelor, nu se mai pot înțelege nici un fel de fel?

Poate că pe parcursul vremii am intervenit, am dat dreptate când unuia când altuia, încercând să fiu echitabil "azi ai tu dreptate, mâine ai tu dreptate".

Sau i-am pedepsit pe amândoi pentru că "dacă tot v-ați certat, v-ați bătut și sunteți în conflictul în care sunteți, amândoi sunteți de vină, la reveder. Fiecare în camera lui, nu mai are voie niciunul la calculator, la televizor, și dacă ați putea să nici nu respirați în următoarele 20 de minute e perfect."

Știm că părinții din frică, din teamă, din necunoștință, și cu toată dragostea fac greșeli de genul ăsta.

Cum să mediezi un conflict?

Atunci când conflictul durează, să zicem de minim 2 ani, care sunt primii 2 pași? Pentru că sunt convinsă că e mult de lucru la medierea conflictelor.

Urania

Într-adevăr, ar fi o discuție foarte lungă și de aceea am creat acest program online, tocmai pentru a avea spațiu de manevră în a spune tot ce știu.

Una din greșelile părinților în abordarea conflictelor dintre frați e că oferă copiilor imediat soluția.

Asta pare că rezolvă conflictul pe moment, dar de fapt îl adâncește, pentru că dacă un copil vine la mine și-mi spune "Maami, nu mă lasă Răzvan să mă joc cu mașinuța lui, și merg și-i spun: Răzvan hai dă-i mașinuța că e mai mic și-i fratele tău, înțelegeți-vă."

Eu ofer soluția sau țin partea unuia dintre copii, și deși pare că s-a rezolvat conflictul, de fapt ei nu au învățat să și-l rezolve.

Cu cât eu intervin mai mult ca părinte, cu atât devin mai dependenți de minte în a le rezolva aceste conflicte.

Un alt aspect este felul în care de obicei părintele ia partea copilului mai mic: e mai mic, hai să cedeze cel mai mare.

Ce se poate întâmpla pe termen lung este că cel mic învață să primească întotdeauna ceea ce-și dorește, iar cel mare învață să cedeze tot timpul.

Și minunata șansă pe care părinții de mai mulți copii o au, este exact aceasta de a-i ajuta pe copii să învețe să-și rezolve conflictele, pentru că atunci când ai unul singur șansele sunt mult mai mici.

Și dacă un copil învață să-și rezolve conflictul cu un frate sau cu o soră, are toate șansele să învețe să-și rezolve conflictele cu ceilalți oameni.

Ăsta este unul dintre beneficiile de a avea mai mulți copii, și nu e unul mic deloc.

Adriana

Da. Pentru că până la urmă e șansa ca atunci când ajungi în viață și vei avea o mulțime de conflicte, vei ști, din experiență, tot felul de soluții și variante la situațiile respective.

Urania

Un pas, și nu avem noi răgazul să intrăm în mai multe detalii acum, este să înțelegem conflictul, în primul rând noi ca adulți.

Ce înseamnă, de fapt rezolvarea unui conflict?

Dacă noi știm să rezolvăm un conflict, putem să-i învățăm și pe ei să și le rezolve.

Din păcate, foarte mulți specialiști în parenting, nu mă număr printre ei, spun părinților: lăsați-i pe copii să-și rezolve singuri conflictul, pentru că așa vor învăța.



Și părinții înțeleg acest sfat ca atare, și-i lasă pe copii să se certe, ba chiar să se bată.

Văd de multe ori în parcuri părinți care stau pe bancă și se uită la copiii lor care-și aruncă nisip unul în ochii celuilalt, se bat și părinții nu intervin, pentru că le-a spus cineva "lasă-i pe copii să-și rezolve singuri conflictul."

Sigur că scopul este ca ei să-și rezolve singuri conflictul, dar acesta este un scop pe termen lung, dar trebuie să învețe să facă asta întâi.

Altminteri e ca și cum i-ai arunca în apă și te aștepti să știe să înoate.

Nu se poate asta.

Peste tot, în toate cărțile, rezolvarea unui conflict pleacă nu de la "eu câștig, tu pierzi", ci de la "cum câștigăm amândoi?".

Pare foarte simplu, dar fiecare persoană, care nu a avut șansa să lucreze cu ea însăși la rezolvarea unui conflict, se așază în exact această luptă.

De aici și argumentele care se aduc celuilalt, polemicele, fiecare persoană care nu lucrează cu ea la rezolvarea unui conflict în acest scop de câștig-câștig, va încerca prin toate mijloacele să-l convingă pe celălalt că greșește, și că ea/el are dreptate.

De aceea, ce aș face e să empatizez cu copiii, fără să țin partea vreoaia dintre ei "Înțeleg că te doare, că te-a împins, îmi pare rău că te-ai simțit așa. Cum te simți? Cum te-ai simțit?"

Vorbim despre sentimente și despre felul în care s-a răsturnat în ei acest conflict și mai apoi i-aș ajuta să înțeleagă ce concret își doresc.

"Tu ce îți dorești? Păi vreau să mă uit la televizor! Și eu vreau să mă uit la televizor, spune celălalt. Dar înțeleg că vrei să vă uitați la emisiuni diferite."

Și în momentul în care ei înțeleg că-și doresc lucruri diferite, întrebarea ar fi: "hai să vedem cum facem în așa fel încât fiecare dintre voi să obțină cât mai mult din ceea ce-și dorește."

E o mantră care în timp se așază în convingerile copilului.

Nu e despre "eu câștig și tu pierzi", nu e despre "tu nu ești important aici, doar eu trebuie să obțin ceea ce vreau", ci despre că "amândoi câștigăm".

Și în timp se găsesc soluții pentru asta, și nu trebuie să le mai dăm noi.