מסמך זה הוא חומר גלם שנאסף על ידי התחקירנים והעורכים של התוכנית "חיים חדשים".

המסמך מיועד לגולשים אשר צפו בתוכנית ומעוניינים להעמיק או לקרוא את חומר הרקע אשר הוביל אותנו בבניית התוכנית. החומר נאסף ממקורות שונים ברחבי האינטרנט, מספרים, מקטעי וידאו ועוד.

ייתכן ובמסמך יימצאו שגיאות בהפניות למראה המקום או קישורים לא רלוונטיים, אך כאמור, הם רק נתנו לנו את ההשראה לכתיבת השאלות ושימשו אותנו כבסיס לייצור התוכן.
במידה והגעתם לכאן במקרה, מומלץ קודם לצפות בתוכניות "חיים חדשים" בקישור הבא: <http://www.kab.co.il/kabbalah/short/102412>

**חומר רקע לשיחה "חיים חדשים", מס' 214- 215**

**יחסים בין אחים**

**מטרות:**

* להגדיר מה צריכה להיות מערכת היחסים בין האחים בהתייחס לבכור, צעיר, סנדוויץ'... האם יש היררכיה באחריות או שכולם שווים?
* מה השוני בין מערכת היחסים בין האחים למערכת היחסים בין הילדים להורים?
* איזה יחס האחים צריכים לפתח אחד כלפי השני יחסית ליחס שלהם לחברים בני גילם?

**פתיחה:**

שלום לכולם. היום נרצה לדבר על נושא שמעסיק את כולנו מזוויות שונות, כהורים לילדינו וגם כאחים- יחסים בין אחים במשפחה. זהו נושא שרבות כבר נאמר עליו, מחקרים רבים נכתבו בנושא, ולמרות זאת, עדיין לא תמיד ברור מה צריכים להיות היחסים הנכונים בין אחים ואחיות במשפחה. האם יש בכלל דבר כזה יחסים נכונים? איך אפשר לבנות ולהגיע אליהם?

**זרימת התוכנית:**

* **עקרונות כלליים של מערכת יחסים בין אחים**
* **תאומים**
* **מיקום במשפחה- בכור, סנדוויץ', זקונים**
* **בנים ובנות**
* **ריבים וקנאה**
* **קנאה בין אחים, הצקות, אלימות**

**עקרונות כלליים**

מערכת יחסים בין אחים היא מערכת היחסים הארוכה ביותר שיש לאדם בחייו. הקשר מתחיל בילדות, לפני הזוגיות, נמשך אחרי מות ההורים, עזיבת הילדים ולעיתים גם אחרי מות בן הזוג. האח הוא החבר הפסיכולוגי לאותו דור במשפחה. מיוחדות הקשר אצל אחים נובעת מאורך הקשר, שוויון הזכויות שבו ומהעבר המשותף. זהו קשר שעשוי להיות מקור סיפוק, תמיכה רגשית והנאה. זו מערכת יחסים הממלאת תפקידי עידוד, תמיכה וטיפול. אחים עשויים להיות בעלי ברית נאמנים וחברים טובים עד סוף ימיהם.

<http://www.zolo.co.il/more/horim/RD_16.asp>

* **נראה שבין אחים יש מערכת קשר מיוחדת. איך אתה רואה מהזוית שלך קשר בין אחים?**
* **מה זה אומר להיות אחים?**
* **איזה יחסים צריכים האחים לפתח אחד כלפי השני?**
* **האם זה משנה אם מדובר באחים, אחיות או אח-אחות?**

האחים מלווים את האדם מרגע הולדתם ולרוב אחרי הזדקנות ההורים ומותם.

זו מערכת יחסים מורכבת. היא משתנה בתקופות מסוימות והיא נחווית באופן שונה על ידי כל אחד מהאחים השותפים לה. איכות היחסים בין הילדים תלוי בגורמים רבים- באישיות הילד ובטמפרמנט איתו נולד, במיקומו של כל ילד במשפחה ובהרכב המשפחה (בנים / בנות, פער הגילאים), ובעיקר בהורים, בערכים המונחלים בבית, ברמת המעורבות המגלים ההורים במערכת היחסים בין ילדיהם ובסגנון ההורות שלהם.

* **האם היחס שונה מאשר יחסים כלפי חבריהם?**
* **בימינו כשיש אפשרות מסויימת לתכנן מתי מביאים ילדים האם יש רווח גילאים "נכון" יותר בין אחים?**

כמעט כל ההורים תוהים ומתלבטים [מהו ההפרש האידיאלי בין אחים](http://www.mako.co.il/home-family-pregnancy/psychology/Article-1babcc1da8e6a11006.htm): האם עדיף הפרש קטן כדי שיהיו חברים ובעלי תחומי עניין משותפים, או שמא כדאי דווקא לרווח את ההפרש, לפנות זמן ותשומת לב לכל ילד ולהתבסס כלכלית. על שאלה זו אין תשובה אחידה ולכל משפחה מתאימה נוסחה אחרת וייחודית לה, אבל ברוב המקרים, בישראל לפחות, ההפרש יהיה לכל היותר חמש שנים. הפרשים של שש שנים ומעלה בין ילד אחד לזה הבא אחריו  הם פחות נפוצים, וגם אם זה קורה, ההורים בדרך כלל יביאו לעולם ילד נוסף כדי שזה "לא יישאר לבד".

מצד אחד, קיימים יתרונות רבים להפרשים גדולים בין אחים: כהורים מבוגרים ומנוסים יותר תהיו רגועים בגידול הילד הקטן ולא תדאגו מנושאים לא משמעותיים; תוכלו להקדיש לו המון זמן אישי ואנרגיה משום שהילדים הגדולים כבר ישנים לילות שלמים, מסודרים במסגרות בשעות הבוקר ויש להם חיי חברה אחר הצהריים; הילד הגדול שחיכה לאח תקופה ממושכת יכול להידבק בהתלהבות משפחתית ולהיות לכם לעזר אמיתי. אך מצד שני, ישנם שיקולים נוספים בעלי משקל רב שצריך לקחת בחשבון. "אחים שנולדים בהפרש של שש שנים ומעלה נחשבים כילדים יחידים", אומרת דליות. "זה אומר שכמעט ואין אינטרס משותף, אין תחרות, אין צורך להתחלק באותם המשאבים הכלכליים והנפשיים [כמו זמן ההורים](http://www.mako.co.il/home-family-kids/education-michal-dalyot/Article-3419021fd473431006.htm) וכדומה. האח הגדול תופס את האח או האחות הקטנים כמעין בובה מתוקה. עד שהילדים הקטנים הללו הופכים לאנשים של ממש, האח הגדול כבר בוגר במיוחד, הוא כבר בן 7-8 ואין לו צורך להילחם באיש הקטן הזה, כמו שקורה במשפחות עם הפרשים של שנתיים-שלוש בין האחים".

מדוע כיום, בניגוד לעבר, קיים טרנד של הפרשים קטנים בין אחים?

דליות: "זה נובע ישירות מהגיל המאוחר שבו בני זוג מתחתנים כיום והלידה הראשונה שמתרחשת לרוב בגיל מאוחר ולא מאפשרת הרבה מרחב כשרוצים אחריה עוד שניים-שלושה ילדים, כמקובל בישראל.

<http://www.mako.co.il/home-family-relationship/family/Article-074168c56076c31006.htm>

* **ילד יחיד, בני זקונים, מהם ההשלכות של לגדול בלי אחים קרובים?**
* **מה משפיע על היחסים בין האחים? מה הגורמים שישפיעו הכי הרבה על חוזק היחסים בין האחים?**

 צויינו גורמים כמו מערכת היחסים בין ההורים, ארגון משק הבית, תכונות האופי של הילדים, קרבה בגילאים

דינמיקה משפחתית – לטוב ולרע- מה משפיע על יחסים בין אחים? מחקר-

**ארגון משק הבית התגלה כמשתנה ההקשר החשוב ביותר להרמוניה בין אחים. רוב המשפחות המאורגנות הצמיחו מערכות יחסים חיוביות יותר בין אחים.** גם למשתנה הסיפוק בחיי הנישואין נמצא קשר לטיב היחסים בין האחים, כך שברוב המשפחות שבהן דווח על מערכת יחסים טובה בין ההורים, נמצאה גם מערכת יחסים טובה בין ילדיהם. אחת האפשרויות שהוצעו על מנת להסביר ממצא זה, היא שילדים לומדים מיומנויות של מערכת יחסים חיובית מהוריהם. אפשרות נוספת שהועלתה היא שהורים הנשואים באושר מסוגלים להבנות את הסביבה של ילדיהם באופן חיובי יותר, ולהגיב להתרחשויות בסביבתם באופן שמוביל למערכת יחסים חברית בין ילדיהם.

גילוי חשוב של המחקר הוא שאף ממצא משמעותי לא הופיע בהקשר למצב סוציו אקונומי או רמת הצפיפות בבית.

**...** ממצאי המחקר מדגישים את העובדה שמערכת יחסים בין אחים אינה מתקיימת בוואקום, אלא קשורה באופן הדוק לסביבה המקיפה אותם**.**

לסיכום, ניתן לומר שלמערכת היחסים בין האחים מושפעת במידה מועטה ממבנה המשפחה או מההרכב המגדרי של האחים. עם זאת, הממצאים מראים שתכונות האופי של הילדים והסביבה המשפחתית הם המשתנים החשובים בעיצוב מערכת היחסים בין האחים**.**

<http://mila.huji.ac.il/index.php/en/2012-05-21-11-12-23/79-2012-06-17-13-42-53>

משתנים כגון מגדר והפרשי גיל לא משנים הרבה. "זה לא כל כך חשוב אם אתם מופרדים בשנים רבות או קרובים מבחינת הגיל, או אם יש לך אח או אחות", אומרת קרמר. "מה שבאמת חשוב הרבה יותר הן ההתנהגויות החברתיות שילדים לומדים בשנים הראשונות שלהם אשר הם יכולים להשתמש בהן כדי לפתח מערכת יחסים חיובית עם אח או אחות. זו הסיבה שחשוב שההורים יעודדו את האחים להיות מעורבים אחד עם השני ויפתחו מערכת יחסים עם כבוד הדדי, שיתוף פעולה ויכולת לנהל בעיות".

<http://psychotherapyisrael.com/2013/05/24/%D7%A7%D7%A0%D7%90%D7%AA-%D7%90%D7%97%D7%99%D7%9D-%D7%94%D7%99%D7%97%D7%A1%D7%99%D7%9D-%D7%94%D7%90%D7%91%D7%95%D7%93%D7%99%D7%9D-%D7%A9%D7%9C-%D7%94%D7%A4%D7%A1%D7%99%D7%9B%D7%95%D7%90%D7%A0%D7%9C/>

* **מה התפקיד שלנו כהורים בייצוב מערכת הקשר בין האחים? האם זה הגורם המשמעותי ביותר?**
* **איך מחנכים אותם להיות אחים טובים אחד לשני?**

**מיקום במשפחה- בכור, סנדוויץ', זקונים**

* **האם המיקום במשפחה קובע תפקיד שונה לכל אחד או שכולם שווים?**
* **האם האחים הגדולים יותר בעצם אחראים על הקטנים מהם כמו ההורים או שכולם שווים מול ההורים?**
* **מחקרים מצביעים על שוני באופי ובגישה לחיים בין ילדים שנולדו בכורים לבין סנדוויץ' וזקונים. האם זה רק קלקול מיחס לא נכון של ההורים או שזה כך מהטבע?**
* **ישנה סברה שעם הבכורים עושים את כל הטעויות, האם זה באמת כך? והאם זה משפיע על עיצוב האופי של הבכור/ה?**

סקר שנערך ע"י ויסטג', ארגון בינלאומי, מצא כי 43% מהמנהלים הבכירים הם בכורים, 33% מילדי האמצע ורק 23% מבני הזקונים.

הבכורים מיוצגים באחוז גבוה יחסית גם בקרב הרופאים המנתחים.

ממחקר אחר שנערך בנורבגיה והתפרסם במגזין "סיינס" בשנת 2007 עולה כי ילדים בכורים הם בעלי איי.קיו הגבוה בממוצע ב-2.3 נקודות מאחיהם הצעירים. אחד ההסברים לתופעה נעוץ בכך שלעיתים קרובות האח הבכור מתנהג כמטפל ומורה וגם מתאמץ יותר כדי לרצות את ההורים.

יחד עם זה מצביעים החוקרים על כך שבכורים מתקשים לחשוב מחוץ לקופסה. תכונה זו אופיינית יותר בקרב האחים הצעירים במשפחה שידועים כבעלי גמישות מחשבתית.

[http://www.xnet.co.il/family/articles/0,14566,L-3088433,00.html](http://www.xnet.co.il/family/articles/0%2C14566%2CL-3088433%2C00.html)

שאחים צעירים נוטים פעמים רבות להיות בעלי אישיות מרדנית, מכיוון שהם מעוניינים להבדיל את עצמם מאחיהם הבכורים. הם ייטו יותר להרפתקאות שונות כמו טיולים למקומות אקזוטיים, ייטו יותר לקחת סיכונים, והקרירות שלהם יהיו פחות יציבות ויותר תנודתיות. מחקר אחד מצא שהסבירות של כל האחים לעסוק בספורט כלשהוא שווה, אבל סוגי הספורט שכל אחד בוחר שונה. אחים צעירים נוטים לבחור ענפי ספורט פיזיים יותר, כאלו שמועדים יותר לפציעות (ראגבי או הוקי קרח לדוגמא). גם כשהם משחקים באותו ענף ספורט הצורה שהם משחקים אותו שונה. אחים בכורים ישחקו בצורה זהירה יותר ואחים צעירים ישחקו בצורה אגרסיבית יותר.

מצד שני, יש גם יתרונות להיות צעיר. בני זקונים ייטו למשל, להיות בעלי קריירות יצירתיות יותר. זה כולל נטייה גדולה יותר שלהם להיות אמנים, אבל יש גם ייצוג יתר שלהם בקרב מדענים פורצי דרך (דרווין למשל, היה החמישי מבן שישה אחים, וגם קופרניקוס, דקארט ומוצארט היו אחים צעירים).

<http://greengross.wordpress.com/2007/12/01/%D7%97%D7%A9%D7%99%D7%91%D7%95%D7%AA-%D7%A1%D7%93%D7%A8-%D7%94%D7%9C%D7%99%D7%93%D7%94-%D7%91%D7%9E%D7%A9%D7%A4%D7%97%D7%94/>

**ריבים וקנאה**

הצורה הנפוצה ביותר של ריבים בין ילדים היא בעיקר **ריבים שמתרחשים מהשוואה** מה יש לי לעומת מה יש לשני.

סיפור 1:

יש לי שני בנים בגילאים בגילאי 2.5 ו4.5. יש ביניהם כל הזמן ריבים שהם חלק בלתי נפרד מהיומיום. על דברים ממש לא מהותיים:

1. הוא קיבל יותר גדול ממני

2. "אני רוצה את האדום" "לא! אני רוצה את האדום"-הילדים יכולים לריב עד מצב של מכות בגלל ששניהם רוצים את אותו הצבע של הארטיק, אותו הצבע של כרית השינה או כל דבר אחר..

3. ריב על הנדנדה בבית, תור מי עכשיו

4. ליד מי אמא תשכב במיטה כשהיא מרדימה

5. ריב על צעצועים!! משהו מטורף

סיפור 2:

בן אחד בן ארבע וחצי ובן אחד בן שלוש

יש להם ריבים על חפצים

הגדול משחק במשחק מסוים והשני רוצה גם, הגדול לא תמיד רוצה לוותר ואז מתפתח ריב והם מאוד נסערים .בוכים כועסים.

אחרי דיון או שעושים תורות או שהגדול מוותר

* **מהי הסיבה לריבים מסוג זה? זה לא שאחד מהם מקופח... לשניהם יש כל מה שהם רוצים...**

"[מריבות בין אחים](http://www.ifeel.co.il/page/2035) מתבטאות באופנים שונים והן יכולות לנבוע מסיבות שונות", אומר הפסיכולוג דני עמית, מטפל בילד ובמשפחה ממכון אדלר. **"חשוב להבדיל בין מריבה 'נקודתית' לבין מריבה על 'מקום אצל ההורה'. מריבה נקודתית מתרחשת על דבר מסוים, כמו: מי ישחק בצעצוע או במחשב. מריבה כזו עשויה להסתיים במהירות ובדרך כלל ללא משקעים כאשר נמצא הפתרון לבעיה. לעומת זאת, מריבה על 'מקום' מכוונת למקום שהילד תופס אצל ההורים, והיא מבקשת לבדוק - דרך התערבות ההורים - את מי הם אוהבים יותר. במריבה כזו, תגובה הורית לא נכונה עלולה להותיר משקעים".**

<http://horim.allmag.co.il/page/16710>

* **איך ההורים צריכים לנהוג בזמן ריבים כאלה? מהי הגישה הנכונה?**
* **האם תמיד צריך להתערב או לתת להם לפעמים גם להסתדר לבד?**

אם תתערבו ותפתרו את הריב לילדים, או שתחליטו בשבילם שאף אחד לא משחק במשחק אם הם לא יכולים להסכים על פתרון, הם ילמדו שאתם השופטים וימשיכו לבוא אליכם לבירור. אם תלמדו להרפות ואחרי הכוונה לתת להם להסתדר לבד, הם ילמדו לפתור את הריבים שלהם בדרכים אחרות, ואז יהיו פחות ריבים.

<http://www.some1totalk2.com/71912/%D7%94%D7%93%D7%A8%D7%9B%D7%AA-%D7%94%D7%95%D7%A8%D7%99%D7%9D-%D7%A8%D7%99%D7%91-%D7%91%D7%99%D7%9F-%D7%90%D7%97%D7%99%D7%9D-%D7%A7%D7%A0%D7%90%D7%AA-%D7%90%D7%97%D7%99%D7%9D>

ראשית חשוב להבין כי להורים תפקיד קריטי ביחסים שיגבשו האחים ביניהם. במשפחות בהן ערכי המשפחה מועברים כחוט השני לאורך כל חיי המשפחה, לילדים תהיה חשובה המשפחה והשמירה עליה כל חייהם. כאשר הילדים צעירים אנחנו מתלבטים כמה להתערב במריבות של הילדים. ברור שצריך לתת להם להתמודד וכאשר הם פותרים בעצמם קונפליקטים – מערכת היחסים שלהם מתחזקת ומועצמת. כאשר אנחנו מתערבים ברגע שהם מתחילים להתווכח אנחנו מעבירים להם מסר שהם כנראה לא מספיק אוהבים והיחסים שלהם לא יכולים לעמוד בויכוח קטן. מצד שני, כאשר הילדים מסוכסכים ולא מדברים אחד עם השני תקופה, אנו לא יכולים לעמוד מהצד בשקט כאילו הדבר מקובל עלינו ולצפות שמערכת היחסים תתחזק ותחלים מעצמה.

עלינו ליצור הרגלים משפחתיים של שיח גם על היחסים בין האחים. ללמד אותם מגיל צעיר לדבר על האכזבה ועל הכעס, על הציפיות אחד מהשני וגם להחזיק ולהכיל את הכעס שלהם כלפינו כאשר הם מרגישים שההורים לא היו הוגנים כלפיהם או כאשר הם מביעים רגשות קיפוח. גם אם ההורים בטוחים שלא קיפחו את הילד- אם זה מה שהילד מרגיש, עדיף לדבר על זה מאשר לטאטא את זה הצידה ולקוות שיחלוף. זה לא חולף מעצמו.

חשוב לבנות עם כל אחד מהילדים מערכת יחסים מובחנת ומותאמת עבורו. ילד שמקבל הורות המתאימה לו לא מרגיש צורך לבדוק מה האחרים מקבלים. אפשר גם לדבר על זה שכל ילד רוצה וצריך דברים מעט שונים מהוריו.

<http://www.alhasapa.co.il/3198.asp>

* **הורים נוטים לבקש מהילד הגדול יותר לוותר "כי הוא הגדול" האם זה נכון לנהוג כך?**

מריבות בין אחים מביאות את מרבית ההורים לפעול באופן מיידי כדי להפסיקן, אך נטייה טבעית זו אינה מאפשרת לאחים לרכוש בעצמם את היכולת להתמודד עם קונפליקטים. כאשר אנו דורשים מהאח הבכור לוותר שוב ושוב "כי הוא הגדול" או מושיבים את הקטנה מול הטלוויזיה עם כל זעקת שבר של הגדול שמנסה לבנות בלגו- אנחנו מונעים את האפשרות לנהל משא ומתן, לפתח באופן טבעי את המוכנות לוותר או היכולת להיאבק וכן הלאה. במילים אחרות, האחריות על פתרון המריבות היא של הילדים, כל עוד המריבה אינה מגיעה לידי אלימות. כאשר המריבה מגיעה לאלימות, חשוב להפריד בין האחים מבלי להיכנס לדיון ב"מי אשם" ו"מי צודק". לאחר שהרוחות נרגעות, במידה והילדים גדולים דיים, ניתן לקיים דיון רגוע ולתת לילדים להציע כיצד לפתור את הקונפליקט להבא**.**

<http://www.betipulnet.co.il/articles/%D7%90%D7%9E%D7%90_%D7%AA%D7%92%D7%99%D7%93%D7%99_%D7%9C%D7%95_%D7%9E%D7%A8%D7%99%D7%91%D7%95%D7%AA_%D7%91%D7%99%D7%9F_%D7%90%D7%97%D7%99%D7%9D/>

* **איך מלמדים אלטרנטיבה אחרת לריבים?**

אחרי הכל חשוב לזכור שכשהילדים רבים, הם בקשר. חלק בלתי נפרד מהיחסים הוא [מריבות](http://www.beok.co.il/SelectedForum.aspx?ForumId=41). הם משחקים, אוספים יחד דברים, צוחקים יחד, צווחים זה על זה, מתנהלים כצוות מולנו, מרביצים, מתגוששים, מתגעגעים (כשאחד נוסע), דואגים, קשורים זה בזה (רגשית או בחבל שהאח השלישי קשר...). כשיגדלו, כל אלה יהפכו לזכרונות ילדות מתוקים ורחוקים.

[http://www.beok.co.il/Category/Article/8415/%D7%9E%D7%A8%D7%99%D7%91%D7%95%D7%AA+%D7%91%D7%99%D7%9F+%D7%90%D7%97%D7%99%D7%9D+%D7%93%D7%A8%D7%9B%D7%99+%D7%94%D7%AA%D7%9E%D7%95%D7%93%D7%93%D7%95%D7%AA+%D7%9C%D7%94%D7%95%D7%A8%D7%99%D7%9D](http://www.beok.co.il/Category/Article/8415/%D7%9E%D7%A8%D7%99%D7%91%D7%95%D7%AA%2B%D7%91%D7%99%D7%9F%2B%D7%90%D7%97%D7%99%D7%9D%2B%D7%93%D7%A8%D7%9B%D7%99%2B%D7%94%D7%AA%D7%9E%D7%95%D7%93%D7%93%D7%95%D7%AA%2B%D7%9C%D7%94%D7%95%D7%A8%D7%99%D7%9D)

על אף שמריבות בין אחים מקלקלות את האווירה במשפחה, גורמות מועקה להורים ולעתים אף סבל לילדים, יש בהן גם צד חיובי, כל עוד הן מתקיימות בגבולות סבירים. **דרך המריבה הילד מבטא את הצורך שלו להיות מובחן מאחרים, ואת העובדה שיש לו רצונות ויכולות שונים משל האחר**. בנוסף, הדבר יסייע לו לפתח כישורים בין-אישיים מול בני גילו, למשל לעמוד על דעתו, אך גם לוותר.

[http://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-4245798,00.html](http://www.ynet.co.il/articles/0%2C7340%2CL-4245798%2C00.html)

* **מה דעתך על גישה זו?**
* **האם ריבים הם חלק חשוב במערכת היחסים? האם זה הכרחי?**
* **האם אפשר למנוע ריבים או שצריך פשוט להתמודד איתם בצורה נכונה וזה שיעור חשוב עבורנו?**
* **מה לומדים בזמן הריב, כאשר מגיעים לפשרה או ויתור?**

**קנאה**

**חשוב שנדע כי יחסים עכורים בין אחים מתפתחים ובאים לידי ביטוי בעיקר, אך לא רק, כתוצאה מאחד הרגשות העתיקים והמוכרים הקיימים בין אנשים קרובים מאז ומעולם (ראו ערך קיין והבל) והוא רגש הקנאה, אותה תחושה של אי נוחות, כעס, קיפוח המלווה רצון עז ושאיפה לקבל, להשיג או לחוות את אשר חווה האחר הקרוב .** תחושות ורגשות הקנאה בין אנשים בכלל ובין אחים בפרט הינן טבעיות, אנושיות ואפילו לגיטימיות. טבעי ולגיטימי ביותר

לרצות לקבל את תשומת לב ההורה בדיוק באותו זמן שהאח והאחות מקבלים אותה , טבעי ביותר ואנושי לרצות צעצוע השיך לאח, ללכת לישון ולחזור באותה שעה מבילוי ולקבל את אותה מתנה שקבל האח. הבעיה איננה בתחושת הקנאה שהיא כאמור טבעית ביותר אלא בביטויי ההתנהגות הבלתי נאותים בין הילדים הבאים בעקבותיה. קיים הבדל תהומי בין לומר: "אמא אני אשמח גם לקבל משחק כמו זה שקבל עדי", אמירה המבטאת התמודדות מוצלחת עם תחושת הקנאה הצורבת לבין לחטוף לעדי בכוח ו/או לחבל במשחק שלו ולומר " לי אין,גם לך לא

יהיה.." , ההבדל הוא בין לומר לאבא "אני גם רוצה חיבוק כזה" או לומר לאח:" כף לך הייתי מת לקבל כדור כזה" לבין לכעוס ,לקלל ולהרביץ לאח .

<http://www.rolidera.co.il/images/rivachim.pdf>

* **מדוע רגש הקנאה תמיד יהיה קיים בין אחים, במידה כזו או אחרת?**
* **האם קנאה זו תופעה שלילילת שלא צריכה להיות בכלל או שצריכה להיות ואפשר להשתמש בה בצורה חיובית?**
* **מה יכול להעצים קנאה ואיך נמנעים מזה?**

**תחרותיות**

בדומה לעימותים ולקנאה, גם התחרותיות היא חלק בלתי נפרד מיחסי האחים. אחים בוחנים זה את זה ובודקים במה הם דומים, ויותר חשוב - במה הם שונים, במה אני יותר טוב מאחי.

* **מהי תחרות בריאה בין אחים?**
* **אזה יחס צריך ההורה לתת לילד שהוא "חלש" יותר ביחס לאחיו?**
* **מה מקומו של ההורה בפיתוח נכון של יצר התחרותיות בין האחים?**

כיצד להתמודד עם תחרותיות:

1. לא ליצור מצבים של תחרותיות, למשל בשאלות כמו: מי יגיע ראשון? מי יותר רעב? וכו'.
2. לא להשוות, ולא להדביק תוויות - הוא העצבני, היא החכמה וכו'. חשוב לא לעשות זאת בפני הילדים אך גם לא בשיחה עליהם, כאשר הם בסביבה.
3. לבדוק שאנחנו לא נופלים ל"תכסיסים" של אחד הילדים ונותנים לו תשומת לב על חשבון השני. למשל, ניגשים מיד לילד שתמיד מתחיל לבכות כאשר אנחנו עסוקים עם אחיו.
4. לעזור לילדים להתמודד עם הפסד, הרי הם לא תמיד בתחרויות שונות בחייהם שעוד נכונו להם. יש לציין לטובה את הילד שידע להפסיד, בדיוק כמו את הילד שניצח.

[http://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-3222037,00.html](http://www.ynet.co.il/articles/0%2C7340%2CL-3222037%2C00.html)

**כל אחד שונה וצריך להתייחס בשווה**

האחים לא שווים ולא כל מה שיכולים הגדולים יכולים גם הקטנים. לכן אי אפשר להתייחס אליהם בצורה שווה.

לדוגמא: האח הגדול מטפס על העץ- הקטנה גם רוצה אבל לא יכולה. צועקת עד לא ידע. מוכנה לוותר אם גם הוא ירד, והוא כמובן לא מוכן...

* **לפעמים לא ניתן להתייחס בצורה שווה לכל אחד מהאחים כיוון שהגדול יכול לעשות דברים שהקטן לא. איך מסבירים זאת לילד?**
* **איך מונעים ריבים על רקע שכזה?**

ילדים הם שונים- לפעמים אחד יותר זריז, אחד יותר עצלן וכדומה..

דוגמא: היא מתחילה לראות משהו במחשב/ טלוויזיה כי היא סיימה את מה שהייתה צריכה לעשות, והוא לקח את הזמן- הוא דורש ממנה לעצור את התוכנית עד שהוא יסיים גם. האמת- זה מדרבן אותו להזדרז אבל לא מפסיק עם "זה לא פייר".

* **איך להתייחס בצורה שווה לכל ילד למרות שכל אחד שונה?**

הבדלים אינדיבידואלים – כי זה מה שהכי קשה ליישום אחר כך – כשיש לך ילדים אשר שונים במזג שלהם, בצרכים שלהם, ובמה שהם מוציאים ממך