

יחסים בין אחים ואחיות המשפחה
המיוחדת

רוני בכר

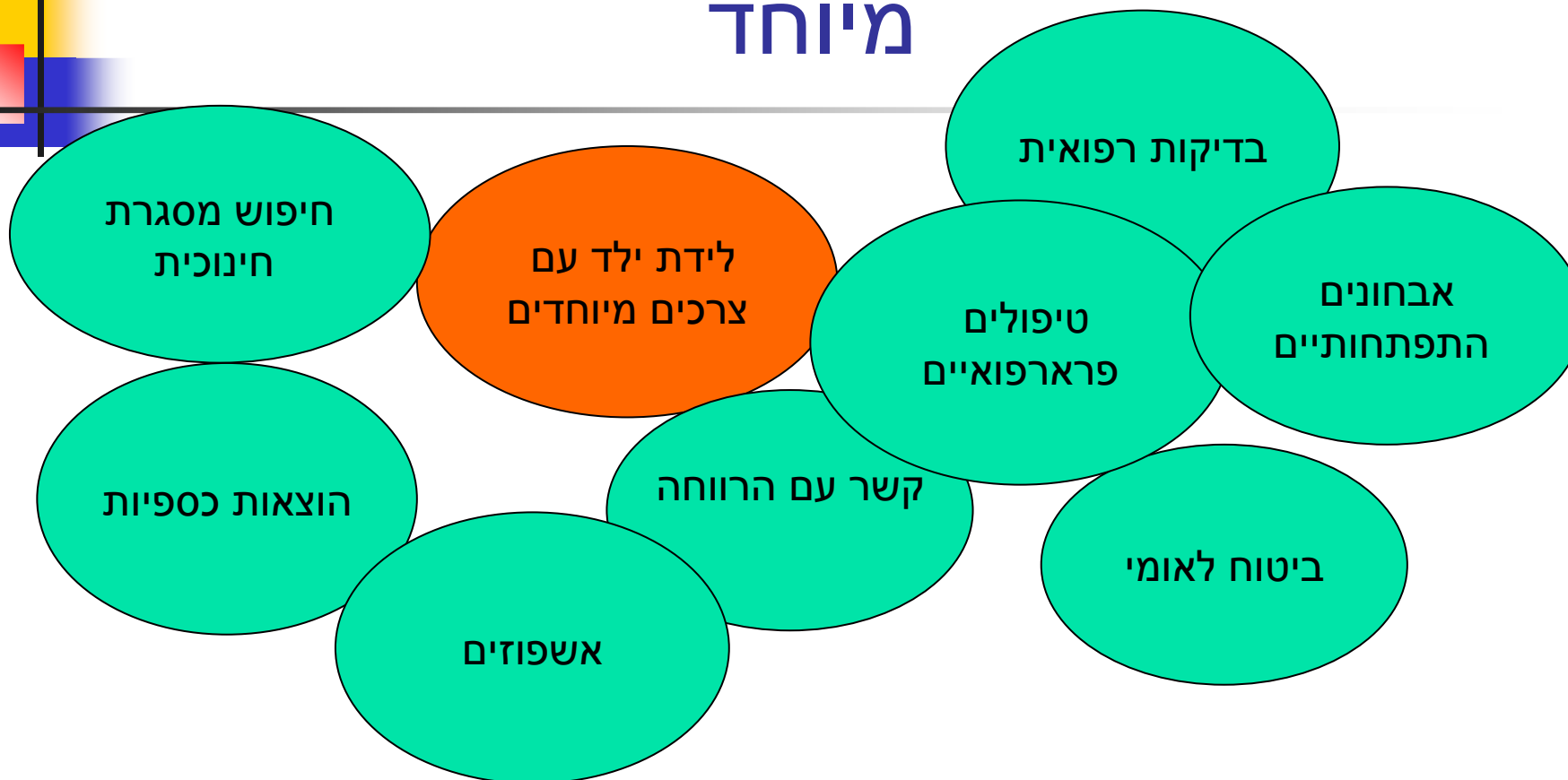
פסיכולוגית חינוכית מומחית

ronich@inter.net.il

050-8494935

התמודדות משפחתית עם לידת ילד

מיוחד



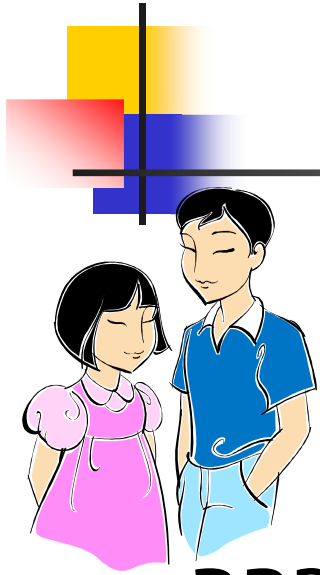
החיים בבית עם ילד נכה משאירים חותם על כל חברי המשפחה



חוסן משפחתי / resilience

- המשפחה מתמודדת עם מצב של " חירום מתמשך" - משפחות נבדלות זו מזו ב"חוסן משפחתי" שלהן.
- ממחקרים עולה כי ככל שההורים מגיבים בצורה מסתגלת יותר, הילדים חווים פחות לחץ וחרדה במצב משברי.
- סגנונות התמודדות שונים: מכווני מטלה, מכווני רגש, מכווני הימנעות.

רגשות הוריים בהקשר של לידת וגידול ילד מיוחד



- אכזבה קשה, כעס ועצבות
- חרדה ומתח
- קשיי הסתגלות בחיי הנישואים ואחדות המשפחה
- השוואה לתהליך השכול.
- קיימים מחקרים המעידים על השפעה חיובית של ילד עם לקות על כל המערך המשפחתי.



מתוך הספר "אחות של..." / ע'א ורד'מון

"יש לי אחות גדולה. בעצם, היא קטנה ממני. למרות שבגיל אחותי מבוגרת ממני בארבע שנים, היא לא מתנהגת כמו אחות גדולה. אני יודעת יותר דברים ממנה, אני מסוגלת לעשות יותר דברים ממנה ואני מתנהגת כמו ילדה יותר גדולה ממנה. בשפה של מבוגרים קוראים למה שיש לאחותי תסמונת ואומרים שהיא ילדה חריגה. זאת לא מחלה, שבה לא מרגישים טוב, הולכים לרופא, מקבלים תרופות ואחרי כמה ימים מבריאים וחוזרים לבית הספר. התסמונת של אחותי היא משהו שהיא נולדה אתו. זה משהו שאף פעם לא יעלם ולא יעזרו כל התרופות שתיקח."

כך מיטיב לתאר גיא ורדימון בספרו "אחות של..." בהוצאת פוקוס את נקודת מבטה של ביתו הבריאה ביחס לאחותה המיוחדת

מקום במשפחה



- הילדים הצעירים נולדים לתוך המצב.
- הילדים הגדולים חווים משבר לא צפוי.
- כאשר מדובר באח הצעיר יש יותר זמן בו לגיטימי שהוא "יגזול" יותר מההורים.
- כאשר מדובר באח יחיד לאח מיוחד הבדידות ועוצמת החריגות בולטים עוד יותר.



רגשות של אחים לאחים מיוחדים

- אשמה.
- כעס וקנאה.
- בושה.
- בדידות.
- צורך לפצות את ההורים, להצטיין.
- בלבול בין אהבה עזה לאח ורצון להגן עליו לבין הקשיים ה"טבעיים" מול אחים.

מאפייני הגיל



גיל הגן: 0-5

- קיים קושי בהבנה של הסיטואציה אבל יש תחושה ש"משהו אחר".
- לעיתים ינסו לתקן את הדורש תיקון לדעתם.
- יכולים להינות מחברתו של האח ולקיים איתו קשר "רגיל".
- הסברים קונקרטיים בהתאמה להתרחשות.
- גם שיחה בדיעבד, חשוב שתהיה בסמוך לאירוע.

מאפייני הגיל

גיל בית ספר יסודי: 6-12

- מסוגלים להבין את טיבו של הקושי
- מודעים לשונות ולהבדלים בין האח עם הצרכים המיוחדים לסביבתו.
- הסברים פשוטים בנוגע לאופן ביטוי התסמונת והאופן בו נוצרה- מפחיתים חרדה.
- לאפשר לילד לשאול שאלות שמטרידות אותו.
- יכול לעורר פחדים.

מאפייני הגיל



גיל תיכון: 13-18

- היכולת להבין את התסמונת והמשמעויות שלה מתרחבת.
- השאלות לגבי העתיד נוקבות, והתשובה משליכה על עצמם.
- הקונפליקט אצל המתבגרים בין הצרכים ההתפתחותיים של עצמם לבין המחויבות לאח בעל הצרכים המיוחדים ולהורים מתעצם מאד.



איך מתמודדים-עקרונות

- תנו שם למחלה/תסמונת.
- הסבירו ביוזמתכם לילדים את משמעות הבעיה, בכל פעם לפי הגיל והרמה.
- אפשרו לילדים לספק הסברים משל עצמם.
- אפשרו להם לשאול וחשוב מכך, תדאגו לתשובות תואמות גיל ומרגיעות.



איך מתמודדים-עקרונות

- חזקו את הילדים על הניסיונות שלהם "לתווך" את האח לאנשים זרים ואנשים מבני המשפחה הרחבה.
- גם הילד הבריא נשחק: הוא זקוק לקרבה אך גם למרחק, והפרדה מהילד הפגוע, נסו לאפשר לו זמן איתכם או עם חברים בלי אחיו. המאמץ לייצר מרחק מידי פעם משתלם.



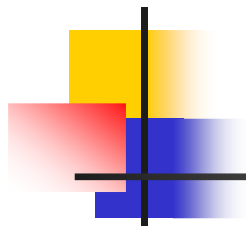
איך מתמודדים-עקרונות

- במקום להיבהל מהרגשות השליליים כלפי האח, אשרו את קיומם של הרגשות.
- כאשר צפים רגשות שליליים עזים, דעו שסערת רגשות מציפה את ילדכם הבריא הוא אוהב את אחיו ורוצה להיות נאמן למשפחה אך זקוק גם ל"חופש" ולזמן התפתחות משלו.



איך מתמודדים-עקרונות

- קחו מהילדים עד כמה שאפשר את תחושת האשם והאחריות.
- במידה ואתם מזהים סיטואציה בעיתית עתידית, אפשר לעשות סימולציות מקדימות בבית, בסביבה מוגנת.



תודה על ההקשבה

רוני בכר



ronich@inter.net.il

050-8494935