

**Dica
para Pais:**

As comparações
entre irmãos são de
todo proibidas seja
qual for o formato
que possam
tomar.



A relação entre irmãos é muito influenciada pelas expectativas que a família tem acerca das características, competências e personalidade de cada uma das crianças.

Por Ana Oliveira, Mestre em Psicoterapia e Psicologia Clínica

Rivalidade e ciúme entre irmãos

A rivalidade e o ciúme parecem ser quase uma constante que marca a relação entre irmãos e não há grande margem para dúvidas que este tipo de relação é uma importante fonte de aprendizagem e de treino social. É no contexto destas relações que se desenvolvem não apenas sentimentos de competição mas também de solidariedade, não esquecendo o papel primário que assumem, pois o relacionamento entre irmãos surge muitas vezes antes do aparecimento de relacionamentos de amizade e de relacionamentos amorosos.

Como se manifesta a rivalidade e o ciúme?

- Poderá surgir na forma de **choros e birras**. Os pais notarão a criança mais nervosa do que o habitual e aparecerão alguns focos de desobediência. Este procedimento funciona como forma de obtenção de atenção através de reações negativas.
- Por vezes observam-se regressões no comportamento, ou seja, a criança poderá comportar-se de modo mais infantil, como por exemplo, **chuchar no dedo ou utilizar “linguagem de bebé”**.
- Poderá surgir recusa à realização de comportamento de autonomia já adquiridos, como por exemplo, **deixar de querer comer sozinho** ou a apresentação de alterações no controlo dos esfíncteres.
- Por vezes as crianças poderão apresentar alguma agressividade encoberba, como seja, **ignorar o negar a presença do irmão**. Ou agressividade explícita, como sejam, condutas hostis ou situações de carinho exacerbado como um abraço tão forte que pode magoar o irmão.
- Importa ainda estar atento a situações de **desvalorização do eu**, nomeadamente no que respeita à autoestima e ao autoconceito, nos vários contextos em que a criança se move.

! Os pais poderão ter uma intervenção mais ativa na resolução de conflitos, ajudando-os a experienciar sentimentos de solidariedade, cedência, comunicação funcional e gestão de frustrações.

Qual o papel dos pais?

- **Auxiliar** na compreensão e implementação da gestão de conflitos pode ser uma boa estratégia. Assim, e de uma forma generalista, é importante que os filhos compreendam a existência de quatro etapas fundamentais: **(1) Clarificação do problema, (2) A escuta ativa do outro, (3) A procura de diferentes soluções e por fim (4) A tomada de decisão consciente**. Importa que os pais deixem os irmãos descobrir as suas próprias respostas, aqui requer-se apenas alguma orientação e auxílio emocional quanto à tomada de decisão.
- Todo o tipo de intervenção parental em situações de rivalidade e conflito deverá revestir-se de **uma atitude neutra**, tanto quanto possível. Não deverá assumir o papel de detetive na descoberta do verdadeiro culpado, os seus filhos necessitam de adquirir estratégias emocionais e apenas o conseguirão experienciando por si próprios.
- Uma recomendação muito comum, mas que nunca é demais repetir, será um aspeto que intensifica as rivalidades e o ciúme e se constitui como gerador de futuras batalhas internas: **As comparações entre irmãos**. Elas são de todo proibidas seja qual for o formato que possam tomar. Ao invés deverá realçar as características de cada um em formato individualizado.
- No que se refere à partilha de bens

(por exemplo, emprestar brinquedos), a melhor forma de evitar conflitos será **assumir o direito à propriedade**, ou seja, admitir que ninguém deve ser obrigado a partilhar tudo o que tem. Cada um pode ser proprietário de algo que mais ninguém pode usar sem a sua autorização. De qualquer forma, este comportamento levado ao extremo poderá ter consequências adversas e elas deverão ser explicadas à criança, assim estará a proporcionar uma tomada de decisão consciente e a prevenir problemas futuros.

Apesar do sofrimento e das dificuldades que as rivalidades e os ciúmes mais tempestuosos possam trazer à família em geral, não devemos descuidar que estas situações são de todo bem-vindas (dentro de padrões normativos do desenvolvimento), pois o relacionamento entre irmãos pode ser uma fonte de ajuda preciosa no desenvolvimento de competências de negociação e cooperação essenciais para o desenvolvimento futuro das crianças e jovens. As situações de insegurança e descoberta do papel emocional e familiar constituem-se como verdadeiros testes à aquisição de competências de resiliência e resistência à frustração que não podem ser vividos noutra contexto tão seguro como o familiar. Estes conhecimentos são posteriormente transpostos para a vivência das crianças e jovens na sociedade.

Tem sugestões?

Gostaria de ver algum tema em particular abordado nesta secção?

Tem dúvidas acerca de algo relacionado com o desenvolvimento do seu filho?

Precisa de estratégias para combater alguma problemática do relacionamento pais-filhos? Ou tem curiosidade em obter mais informação acerca de um tópico em particular?

Contacte a Revista C através do endereço de email paisefilhos@nnoticias.net. Aguardamos as suas dúvidas e sugestões! (o anonimato é garantido)

O relacionamento entre irmãos pode ser uma fonte de ajuda no desenvolvimento de competências de negociação.