

השליטה בקונפליקט (לכבות את האש או ללבות את האש)

כיצד קורה קונפליקט?

איך מתקיימים ויכוחים? מה משמש כניצוץ המתחיל ויכוחים? ומה מלבה את הזעם הממשיך ומקיים אותם? אילו נתבקשתם לתאר ויכוח, מה הייתם אומרים שקורה ראשון? ושני? ושלישי?

יש שיאמרו שטון הדיבור, מבט, או אפילו רק מילה אחת נדרשים כדי לפתוח בויכוח. "הקול שלו, נוטף ציניות, פשוט הפעיל אותי" היא הדרך בה מתארת אשה אחת את הטריגר. "כשהיא אומרת שאני חלש, אני משתגע", הוא תיאורו של אדם אחר. "הדרך בה הוא מנפנף באצבעו בפניי, אני מרגישה מאוימת ומוכנה לרוץ לעורך הדין שלי להגנה" הוא תיאורה של השלישית. שלושה אלה: טון הדיבור, שפת הגוף או המילים עצמן, משולים לגפרורים המציתים אש. אותו ניצוץ קטן שנראה חסר משמעות מפיך די חום כדי ללבות את האש הגדולה.

כעת דרוש חומר בערה נוסף כדי להגדיל את האש. ההורה השותף, שנכווה מעט מהגפרור הדולק, מלבה במהירות את האש עם המגננה שלו או מתקפת הנגד שלה. "אני לא חלש" הוא הסימן הברור לכך ש"הכפתור החם" שלו הודלק בהצלחה ושהוא תפוס באש. "אולי אני מה שאתה אומר, אבל אתה יותר גרוע", היא תשובה נוספת המוסיפה שמן למדורה. כעת מתקפה ומתקפת נגד מוסיפים חמצן לאש ומגבירים אותה עוד יותר. ככל שהאש גדולה יותר, כך קשה יותר לכבותה. כך גם עם קונפליקט: ככל שהויכוחים סוערים יותר, כך קשה יותר לעצור אותם והם יהיו יותר הרסניים.

"מניצוץ אחד קטן צומחת דליקת יער" היא האמרה הנשמעת פעמים רבות בשיעורי בטיחות אש בבית הספר היסודי. אותו עקרון תופס גם לגבי קונפליקט. ניצוץ שכוונתו רק לפגוע מעט עלול להדליק את פתיל הפיצוץ הענק. אך ניצוץ ללא חומר בערה מכבה את עצמו במהרה. כך גם דרישות הקונפליקט. אם ההורה השותף אינו מוסיף שמן למדורה, הניצוץ הראשוני מההערה הביקורתית או טון הדיבור הלעגני כובה בעצמו ולא יתפתח ויכוח. ללא מגננה או מתקפה בתגובתו של ההורה השותף, לא תבער אש והלהבה הקטנטנה תכבה. אם כך, מי אשם בקונפליקט? שני ההורים השותפים תורמים משהו להבערת האש – ושניהם גם מסוגלים לכבותה. *הערה או פעולה מספקים את הניצוץ; תגובה מספקת את הדלק.* מה התוצאה? ככל שהויכוח גדול יותר, בדומה לגודל האש, כך יגדל ההרס שהוא יוצר.

אף כי נראה היה נכון ללחום באש עם אש, שני ההורים עלולים להיכוות. שניהם מרוגזים מהכניסה לקונפליקט; שניהם עלולים להיפגע מהערות נקמניות הנובעות מהויכוח ושניהם עלולים להינזק מהמלחמות המשפטיות המגיעות לעיתים לאחר קונפליקט.

הקרבת הנפגע יותר מכל הוא הילד הנקלע לאמצע. הילד אינו מצית את הגפרור וגם לא מלבה את האש. אך הוא הקרבן התמים שישן למעלה בזמן שהבניין עולה באש מסביבו. הוא חש בחום הויכוח אך הוא חסר אוניס לשלוט בהרסנות שלו ואינו מסוגל לכבות את האש. הוא נתקע באמצע ללא פתח מילוט.

כיצד ניתן להגיע לתוצאה שונה?

- בעזרת רמזים מכיתת בטיחות האש שלנו, אנו מכירים מספר דרכים למניעת שריפה :
- * ההחלטה היכן ומתי לתקשר ואילו נושאים הם מחוץ לתחום עשויה למנוע תחילתם של קונפליקטים רבים.
 - * "אל תשחקו באש" היא תזכורת להימנע משימוש בטון דיבור, שפת גוף או מילים מסוימות המפעילות את הכפתורים החמים של ההורה השותף שלכם. גילוי הכפתורים החמים שלכם עצמכם יכול לעזור לכם לעמוד על המשמר כאשר אתם חשים בחום.
 - * ולבסוף, המשפט "אל תוסיפו שמן למדורה" יהיה המודל שלנו לתגובות לניצוצות ראשוניים בדרך שתכבה לגמרי את הויכוח. הקשבה ושיקוף יכולים להפיג את הקונפליקט, ומשפטי "אני" יכולים לחנוק את הלהבה.
 - כל אחד משני ההורים יכול למנוע ויכוח; כל אחד מהם יכול לכבות את האש. ההרס הנגרם על ידי הקונפליקט יכול להימנע וילדכם יהיה הראשון שיזכה להגנה מפני החום השורף.