

Как преодолеть ревность старшего ребенка к младшему.

Наверняка вы неоднократно сталкивались с информацией о том, что рождение второго ребенка — это стресс для первенца, что старшенький начинает ревновать кроху к маме и папе и старается завоевать родительское внимание всяческими дозволенными и недозволенными методами. Но считается, что чем больше разница в возрасте между детьми, тем меньше проявления ревности. Ведь подростку ребенку требуется уже не так много родительского внимания, как, скажем, 3-5-летнему малышу.



Жизненно необходимо уделять внимание обоим детям, не «забрасывать» одного даже на короткое время. Каждому ребенку в семье очень важно знать и быть абсолютно уверенным, что его любят и понимают, что для мамы и папы он очень ценен. И ничуть не меньше, чем брат или сестра. К сожалению, нередко наши ребяташки на самом деле уверены, что они мало что значат для нас. Поэтому с рождением второго ребенка нужно постараться проявить к первенцу особое внимание, особую любовь, чтобы он в них буквально купался, чтобы рождение братика или сестрички не воспринималось как появление «конкурента». И недостаточно одних лишь совместных занятий с детьми, когда, например, малыш дергает ручками и ножками в кроватке, а мама за ним присматривает и одновременно читает старшему книжку или играет с ним в игру. Важно, чтобы часть родительского времени принадлежала старшему ребенку безраздельно. Только он и мама или папа, без малыша. Организовать такое непросто, но возможно. Так, занимайтесь со старшим чем-то приятным и интересным, когда малыш спит. Оставляйте кроху под присмотром папы или бабушки и отправляйтесь со старшим на «секретную» прогулку, где нет места другим, а только мама и ее любимый малыш. Пусть папа в выходные съездит со старшим сынишкой в зоопарк или, скажем, на авторынок или сводит дочурку в кукольный театр. Одним словом, если старшему ребенку не нужно постоянно делить родителей с малышом, если он не чувствует себя в чем-то ущемленным, то и поводов для нелюбви к братишке или сестренке будет куда меньше.

И, конечно, совместное времяпрепровождение тоже должно быть наполнено смыслом. Отправляйтесь на прогулки с обоими детьми, участвуйте в жизни обоих. Сегодня папа утренняя в садик к малышу, а завтра — на концерт в школу к старшему. Советуйтесь со старшим ребенком о том, какие игрушки купить младшему, что из одежды ему особенно подойдет, на какой спектакль сводить кроху в театр, какой подарок выбрать к празднику. Покажите старшему ребенку, что вы прислушиваетесь к его мнению, потому что он большой и умный. Старайтесь внушить детям, что вы — семья, одна команда, где все заботятся друг о друге.

Ошибки родителей. Интересно, откуда взялся миф о том, что братья и сестры непременно должны любить друг друга? О том, что они обязаны жить мирно и никогда не ссориться? Почему, если какой-то посторонний человек тебе неприятен, ты можешь прекратить с ним общаться, а если этот человек твой брат или сестра, ты обязан его любить? Разве любить можно обязать? Думаю, вера родителей в подобные мифы испортила жизнь множеству близких людей, которые из-за родительских ошибок так и не смогли стать по-настоящему близкими. Решаясь родить второго ребенка, мы должны отдавать себе отчет в том, что заставить первенца любить младшего братика или сестричку невозможно. Но в наших силах зажечь в сердцах детей искорку взаимной любви, уважения, преданности. Отчасти мы заводим второго ребенка, думая о том, что наш первенец не будет одинок, что по трудной и извилистой тропинке жизни пойдет с ним бок о бок родной человек. Потому-то и требуем от детей любви друг к другу.

По-честному или по справедливости? Просто совершенно невозможно одинаково любить двух разных людей, в том числе и своих собственных детей. Ведь они такие разные, со своими достоинствами и недостатками, страхами, капризами, упрямством и удивительной открытостью, наивностью, трогательностью... И если каждый из них с самого раннего детства — личность, индивидуальность, то, как же можно относиться к ним совершенно одинаково? Конечно, нельзя. Но эта мысль порой доставляет настоящие страдания, ведь нам кажется, что кого-то из детей мы любим больше, а кого-то меньше. Мы стараемся подавить это в себе, пытаемся относиться ко всем детям одинаково, по-честному. Получается это плохо. А нужно-то всего лишь понять, что мы просто-

напросто любим их по-разному. Понять и принять как должное. Потому что это нормально и естественно. Ну, в самом деле, нельзя же одинаково любить крошечного несмышлениша и подросткового малыша. Первого мы любим нежно и трепетно, как нечто хрупкое и драгоценное. Второго любим любовью деятельной, мудрой, всепрощающей, но и требовательной одновременно. Нет необходимости стараться показать детям, что они равны для нас. Во-первых, это будет неправдой, а от детей практически невозможно скрыть неискренность. Во-вторых, одинаковое отношение к детям унизительно для самих же детей. Ну что хорошего в том, что тебя отождествляют с братом или сестрой? Дети прекрасно понимают, что они разные. Так почему же их стараются «грести под одну гребенку»? Мудрый родитель всегда будет исходить не из интересов детей, а из интересов каждого ребенка. Если вы покупаете игрушку малышу, это вовсе не означает, что ее непременно нужно покупать и старшему. Возможно, старший давно мечтает о самокате или очень хочет покататься на аттракционах. Так что каждому — по потребностям. Относитесь к этому как к само собой разумеющемуся. И нечего терзать себя глупыми переживаниями! Но вот в нашей любви дети не должны сомневаться. Никогда. Не забывайте почаще говорить им об этом. Каждому в отдельности и обоим сразу.

Учимся сотрудничать. Детей нужно учить сотрудничать. С этим умением мы не рождаемся, а приобретаем его вместе с жизненным опытом. Введите в семье определенные правила, которые оба ребенка должны выполнять неукоснительно. Например, нельзя брать чужие вещи без спроса. И даже если детки еще маленькие, постепенно они привыкнут относиться к чужой собственности с должным уважением. Хорошо бы придумывать для детей какие-то совместные игры и занятия. Если разница между детьми небольшая, сделать это довольно легко. Но даже при большой разнице в возрасте всегда найдутся такие игры, которые будут интересны не только детям, но даже взрослым членам семьи. Например, можно сыграть всем вместе в «Монополию», «Эрудит», лото «Бинго» и даже в карты (а почему нет?). Почаще отправляйтесь всей семьей на прогулки, пикники, путешествуйте. Можно и в поход сходить (хотя бы выходного дня). Подобные мероприятия сплачивают семью, а значит, и детей, учат их проявлять заботу друг о друге. Старайтесь, чтобы каждый ребенок участвовал в жизни другого. Пусть малыш пригласит старшего брата или сестру на утренник в детский сад. А потом мама с малышом побывает на концерте в школе у старшего ребенка. Пусть дети вместе готовятся к домашним праздникам, украшают квартиру, мастерят подарки и открытки, придумывают праздничную программу.

И обязательно хвалите детей за доброе отношение друг к другу, почаще подчеркивайте, что гордитесь ими. Основа любого воспитания — это добрые, доверительные беседы с детьми и личный пример. Так что просто рассказывайте им истории из своего собственного детства, как вы жили вместе с сестрами и братьями (если они есть), как ссорились и мирились, вспоминайте веселые и поучительные истории. И, конечно, показывайте детям на собственном примере, что нет на свете ничего дороже, чем любимые и близкие люди.

И если мы будем вести себя мудро, постепенно наши дети научатся решать возможные конфликты мирным путем. А по-настоящему дружны они станут тогда, когда младший ребенок достигнет подросткового возраста. Какая бы разница ни была между детьми, подрастая, они смогут разговаривать на равных.

Ревность у ребенка к младшему брату (сестре).

С проблемой ревности между детьми сталкивается большинство семей, в которых больше одного ребенка. Эта проблема существовала во все времена — недаром же существует столько сказок, в которых говорится о зависти и ревности между старшими и младшими детьми. Истоки ревности — в нежелании ребенка делить любовь и внимание родителей с кем-то ещё.



Ревность к младшим братья и сестрам — частое явление, особенно сильной она бывает у детей до пяти лет, т.к. они зависимы от родителей, а их интересы во многом ограничены рамками семьи. Большинство детей до четырех лет еще не умеют учитывать интересы других. Особенно сильно соперничество проявляется между детьми одного пола. Более старшие дети легче переживают появление малыша, поскольку чаще всего у них уже сформировались какие-то привязанности и интересы вне семьи. После шести лет ребенок отдаляется от родителей, стремится завоевать расположение сверстников и постепенно начинает считаться с чужим «я».

Самое большое заблуждение родителей, ожидающих второго малыша, — уверенность в том, что детской ревности удастся избежать. Сгладить, может быть, но чтобы ее не было совсем, почти невероятно. «Проявление детской ревности — явление нормальное и здоровое. Ревность возникает оттого, что дети любят. Если они неспособны к любви, то не проявляют ревности», — писал Дональд Вудс Винникотт, всемирно известный детский психиатр и психоаналитик. Ребенку нужно помочь избежать чувства вины за свою ревность, враждебного отношения к новорожденному. Не делайте вид, будто ничего не замечаете, лучше поговорите об этом и объясните, что вы понимаете его чувства и не станете ругать за ревность, поскольку знаете, что она скоро пройдет. Выдайте ребенку «лавры в кредит», хвалите его много и преувеличенно. Если в тебя верят, так хочется оправдать ожидания! Ребенок должен пройти через чувство ревности, причем самый тяжелый момент, когда в доме появился «конкурент» и старший понял, что это надолго. Ревность может быть сильнее, если дети однополые или старший ребенок — мальчик. Это неудивительно, ведь девочки испытывают подсознательную потребность заботиться о маленьком, а значит, их легче вовлечь в уход за ним. Со временем, если родители помогут, сглаживая и прощая острые моменты, дети справятся со своими чувствами и станут преданными друзьями и поддержкой друг для друга.

Открытое проявление ревности-агрессии («Не надо сестренки, унесите ее назад!») не так уж плохо, если разобраться. Гораздо сложнее увидеть и понять, как малыш страдает, когда внешне все благополучно. Если старший говорит, что любит маленького, но начинает болеть, например, просыпаться по ночам и плакать от страха или исподтишка, когда никто не видит, под прикрытием нежностей старается причинить младшему боль: укусь под видом поцелуя или придушить в объятиях. Понаблюдайте за старшим, возможно, он стал чаще грустить и хуже учиться в школе или у него неожиданно усилился давно забытый диатез. Он «спрашивает» у вас, любите ли вы его, как прежде. Попробуйте объяснить ребенку, что с появлением второго малыша на свет рождается и еще одна любовь, а вовсе не нужно делить ту, что уже есть. Если разница между детьми невелика, старший еще мал, ему намного труднее выразить то, что он чувствует. Скорее всего, кроха вообще не может разобраться в своих чувствах и понять, что же происходит. Можно поговорить с ним на эту тему в духе активного слушания. «Ты очень злишься на сестренку, тебе даже хотелось бы, чтобы ее опять не было...» С паузами, давая ребенку если не высказаться, то хотя бы осознать свои чувства. А «выслушав», повернуть эмоции в позитивное русло и в процессе разговора вывести кроху на то, как мама его любит. Можно рассказать сказку про малыша, у которого родилась сестренка, он думал, что она всегда будет маленькой, а она выросла и стала с ним играть, очень его любила. И хотя вначале он сильно злился, думал, что мама больше его не любит... и т.д.

Можно избежать ревности, заранее подготовив ребенка? Но иногда эффект бывает прямо противоположным. Ревность появляется еще при «подготовке»: малыш начинает демонстрировать гиперпривязанность к родителям, не сходит с маминых рук, постоянно пытается привлечь к себе внимание, заявляет, что «лялю не надо». Подходить к этому вопросу нужно очень осторожно, учитывая, каков именно ВАШ ребенок, что подойдет ему. В любом случае, если вы решили «готовить», не говорите ему, что у него появится товарищ по

играм. Малыш очень удивится, увидев пищущий комочек, вместо такого же, как он, карапуза. Расскажите, как выглядит новорожденный, покажите фотографии, где он сам был маленьким, а потом рос и учился сидеть, ходить и т.д. Как много уделяли ему внимания, учили разным премудростям, а теперь вы вместе научите этому его брата или сестричку. Если вы решили отдать старшего в детский сад, перевести в другую комнату, отнять от груди и прочее, лучше сделать это за несколько месяцев до появления брата или сестры.

А бывает ли такое, что ревность возникает не сразу после рождения младшего ребёнка, а внезапно, спустя продолжительное время?

При проявлении возрастных кризисов в 2-3 года или в 6-7 лет. В принципе, это положительное явление – признак того, что ребенок взрослеет, становится более активным и самостоятельным. Но, к сожалению, нередко этот период сопровождается негативными изменениями в поведении ребенка. Появляются капризы, упрямство, самовольство по отношению к взрослым. В семьях, где несколько детей, вместо самовольства обычно появляется ревность. Тогда стремление к «власти» выражается в ревнивом, нетерпимом отношении к другим детям, которые, с точки зрения юного волюнтариста, не имеют в семье никаких прав и только мешают. Со временем такая «ревность», скорее всего, пройдет. Однако родителям необходимо в категоричной форме объяснить ребенку, что такое поведение недопустимо. Не применяйте насилия, иначе ребенок еще больше обозлится на младших братьев и сестер, и у него возникнет желание мстить за несправедливость.

Между детьми нужно делить все поровну; время, игрушки, поцелуи и т.д.? Обычно добиться этого практически невозможно: самому маленькому, как правило, уделяется больше тепла и заботы. Это происходит на подсознательном уровне. Стараться никому не отдавать предпочтение, конечно, нужно. Но речь не о потребительском равенстве: пять минут одному, значит, столько же и другому. Важно, чтобы старший знал и имел подтверждения тому, что его место в сердцах родителей все еще принадлежит ему, чтобы он не чувствовал себя лишним, обделенным. Даже если вы заняты, поддерживайте с ребенком контакт. Любящий взгляд – один из главных источников эмоционального питания. Потискайте и потузите его, обнимите покрепче, расскажите сказку. Довольно часто ребенку в семье навязывают какую-то психологическую роль, особенно опасно это, когда детей в семье двое, потому что роли никогда не бывают одинаковыми, они разные, даже противоположные: трудяга и лентяй, весельчак и угрюмый, педант и растяпа, любимица и Золушка. Постарайтесь этого избегать, помогите малышам организовать игры так, чтобы они время от времени менялись ролями. Ребенку нужно время, чтобы осознать свои чувства. Бывает, детей сравнивают, подчеркивая недостатки одного и достоинства другого: «Бери пример с брата!», «Посмотри, какая сестренка послушная!». Это, конечно, усугубляет чувство ревности, враждебности между детьми. И близнецы не бывают одинаковыми, а тем более обычные брат и сестра: разные по внешности, темпераменту, реакции, интересам. То, что не составляет труда для одного, вырастает в проблему для другого.

Больше бывайте наедине с каждым из детей. Универсальный совет тут вряд ли существует. Придется попробовать и то, и другое и опытным путем выяснить, что же „действует“ в вашей семье, что гасит чувство ревности между детьми. По мере их взросления все больше разнятся и интересы, поэтому не нужно бояться, записав их в разные кружки, а иногда проводить время с каждым отдельно: с одним сходить на концерт, а с другим на футбольный матч.

Если ребенок себя плохо ведет, например изводит и обижает своего брата или сестру, его нужно наказывать?

Как часто, когда мы особенно измотаны, у нас проблемы на работе и т.д., дети начинают вести себя очень плохо. А поскольку ближе всех оказывается брат или сестра, хаос разрастается как снежный ком. Первый порыв: наказать виновного, может быть, даже нашлапать. Но иногда полезно остановиться и спросить себя: „Что он хочет сказать своим поведением?“ Обычно ребенок задает свой вечный вопрос: »Ты меня любишь (все еще, сейчас, после того как...)?" Росс Кэмпбелл, детский психиатр, писал: «Когда один сын начинает изводить другого, для нас с моей милой женой это один из первых сигналов, что эмоциональный резервуар детей необходимо пополнить». Если вместо того, чтобы удовлетворить насущную потребность ребенка в проявлении любви и внимания, наказать его, он, скорее всего, станет вести себя еще хуже.

Чтобы быть справедливыми, нужно выяснить, кто виноват (в ссоре, драке и т.п.), после чего и наказать задиру?

Если дети ссорятся, остановите их. Не всегда стоит допытываться, кто виноват в случившемся, тем более следует пресечь, если кто-то пытается ябедничать. «А Маша сказала... А Бася сломал...» Услышав несколько раз в ответ: «Ну, сказала, а жаловаться зачем? Сломал, попробуйте вместе починить, а я приду посмотрю..-» – дети постараются наладить все сами. А вы подайте пример компромиссного решения конфликта. Научите малышек играть вместе и чаще давайте им общие поручения, пусть один только веревочку держал, но хвалите обоих за выполненное дело. Избегайте наказания одного ребенка в присутствии другого, лучше сгладить конфликт. Старший брат не дает мячик, мама спешит на помощь: «Не можешь уступить маленькой сестренке. Вон какой вымахал и не понимаешь. Не плачь, иди ко мне, не дадим мяч этому противному мальчишке». Лучше скажите: «Смотри, как братик мяч бросает, не плачь, он тебя тоже научит. Научишь? А ты не капризничай, а то как же учить?»

Предметом гордости первенца должно стать то, что он «старший»?

Некоторым детям действительно очень нравится ощущать себя «почти взрослыми»: «Мне уже можно... а это только для маленьких» или «Он ничего еще не умеет, а я маме помогаю». Поэтому подчеркнуть преимущества возраста иногда не помешает. Но не перегибайте палку, ведь о маленьком больше заботятся, оберегают, и часто старший считает, что его «взрослость» – источник всех несчастий, будь он меньше, ему уделяли бы так же много внимания. Позволяйте ему иногда побыть маленьким, ведь, какое бы поведение он вам ни демонстрировал, это все еще ребенок. Иногда полезно говорить о маленьком в такой модальности, как, например, про игрушку или личное достижение старшего, подчеркивая, что сестренка «у него» («Какая хорошая у Пети сестренка»). Рано или поздно должно выиграть чувство законной гордости, и ребенок почувствует, что это не столько мамина дочка, сколько его сестра.

Нужно оберегать младшего от старшего, чтобы из ревности он не смог нанести вред?

Иногда полезно, наоборот, «защищать» большого от маленького, например сказать трехмесячному малышу. «Не тяни брата за волосы, ему ведь больно!» (Старший поймет, что за него вы тоже беспокоитесь.) Отведите старшему «свой уголок», куда нельзя младшему (без разрешения хозяина), не стоит настаивать, чтобы он отдал маленькому свои игрушки и кроватку и т.п. «Ты ведь уже не играешь этими игрушками!» Представьте, если бы кто-нибудь сказал вам: «Ты ведь уже не читаешь эти книги, да и за компьютером сейчас не работаешь... Давай отдадим». Наверное, было бы не очень приятно. Уважайте собственность и интересы каждого из детей. Скажите старшему что-нибудь типа: «Я маленькому запретила тебя обижать, и ты тоже его не обижай!» Не спешите передать младшему «ласковые слова», которые раньше принадлежали старшему: «малыш», «солнышко мое», «котеныш». Лучше придумайте новые для маленького человечка.

Часто на помощь мамам спешат бабушки, иногда даже забирают «пожить к себе, пока маленький подрастет». Старший ребенок при этом «купается во внимании», но с другой стороны, чувствует оторванность от семьи, свою ненужность. Такое общение, как правило, не может компенсировать любви и заботы родителей. Когда ребенок «возвращается в семью» приходится наверстывать упущенное. Иногда образовавшийся разрыв преодолеть бывает очень трудно. Лучше справиться с проблемами всем вместе. С двумя детьми понадобится вдвое больше такта, терпения и изобретательности, но и радостей, и удивительных открытий вас ждет вдвое больше.

В каких случаях ревность усиливается?

Проблема ревности может обостряться, когда один из детей заболевает и родители уделяют ему больше внимания, чем обычно. В случае, если мать долго не может оправиться после родов, если она больна или находится в депрессивном состоянии, старшему ребенку будет труднее справляться с ревностью. Ведь ему может показаться, что вина за состояние матери лежит на малыше. Ревность обостряется в случае, если родители намеренно не делают никаких различий между детьми: дарят совершенно одинаковые подарки, постоянно используют обобщения «дети, быстро спать», «дети, идите есть».

Прежде всего, родителям необходимо признать, что дети, несомненно, ревнуют друг друга к матери или отцу, даже если это и не бросается в глаза. Ревность многолика, она скрывается в самых неожиданных реакциях и поступках. Она может проявляться в постоянном соревновании между детьми или же в отсутствии всякого желания соревноваться, в необходимости во всем быть и считаться первым или в невиданной скромности, в безрассудной щедрости или в невероятной жадности. Горькие плоды неразрешенного в детские годы соперничества оставляют свой след и в жизни взрослых. Последствиями детских соперничеств также являются у взрослых отказ от сопротивления жизненным неудачам, нежелание идти навстречу трудностям, бороться за осуществление своих прав. Таким образом, соперничество между детьми в семье влияет на развитие их как личностей гораздо больше, чем думают взрослые.

И обязательно хвалите детей за доброе отношение друг к другу, почаще подчеркивайте, что гордитесь ими. Основа любого воспитания — это добрые, доверительные беседы с детьми и личный пример. Так что просто рассказывайте им истории из своего собственного детства, как вы жили вместе с сестрами и братьями (если они есть), как ссорились и мирились, вспоминайте веселые и поучительные истории. И, конечно, показывайте детям на собственном примере, что нет на свете ничего дороже, чем любимые и близкие люди.

И если мы будем вести себя мудро, постепенно наши дети научатся решать возможные конфликты мирным путем. А по-настоящему дружны они станут тогда, когда младший ребенок достигнет подросткового возраста. Какая бы разница ни была между детьми, подрастая, они смогут разговаривать на равных.