



«Второй ребенок в семье. Первая помощь при детской ревности»

Подготовила педагог-психолог Петрова Т.С.

Ожидание и рождение в семье второго ребенка изменяет жизненный уклад всех членов семьи. А особенно - первого ребенка. Иногда поведение старшего сына или дочери резко меняется не в лучшую сторону. Родители отмечают у них повышенную тревожность, беспокойство, недержание мочи или кала, подражание малышу (просят кормить из соски, носить на руках и т.п.). Причиной изменения жизненного уклада и отношений с родителями старшие дети видят в появившемся малыше. Они говорят родителям: «Из-за него (неё) ты не играешь со мной», «Он (она) едят МОЕ детское питание» и т.д. Очень трудно ребенку любого возраста делить СВОЮ маму с другим малышом.

Понятно, что младший ребенок требует больше внимания и заботы, но старшему трудно это принять. Ведь до этого момента первенцу принадлежало все: и свободное время родителей, и любовь, а здесь нужно сразу повзрослеть и в некоторые моменты отойти на второй план. Именно второстепенные роли начинают вызывать ревность у ребенка.

Ревность – это именно то чувство, которое переживает старший ребенок при появлении нового члена семьи. Это не повод упрекать ребенка, не повод разочаровываться в его характере. Это повод задуматься о том, как помочь старшему ребенку пережить смену своего положения. Ведь ребенок по-настоящему страдает. Его взаимоотношения с родителями переживают настоящий кризис. И чем младше ребенок, тем ему сложнее справиться с разрушающими эмоциями, тем трагичнее воспринимается им ситуация: ведь вся его жизнь связана с родителями. А теперь самые близкие люди готовы забыть о нем.

В этот период ребенок перестает слушать взрослых, постоянно капризничает, могут возникнуть проблемы в детском саду или школе. Часто ребенок обвиняет родителей в том, что они больше любят младшего.

Эти проявления могут быть довольно травмирующими и разрушительными настолько, что оказать существенное влияние на формирование личности ребенка в дальнейшем. Ведь первый ребенок очень часто еще мал, для того чтобы отвлечься, поделиться, выразить свои переживания друзьям или прочитать книгу, с советами

по совладанию с негативными и противоречивыми чувствами. В его жизни еще нет никого, кроме родителей и он вдруг неожиданно для себя осознает, что он стал не таким важным, как раньше.

Трудно и взрослым найти золотую середину во взаимоотношениях. Ведь они не перестали любить старшего ребенка, просто теперь у них двое детей и нужно учиться все делить между ними обоими. Основная задача любого взрослого члена семьи помочь ребенку адаптироваться к новым условиям, возникшим из-за появления новорожденного.

Итак, с чего начать родителям, чтобы помочь ребенку справиться с ревностью:

- Желательно, еще до рождения малыша проводить беседы с ребенком, рассказывая, как он сможет играть с малышом, когда тот подрастет, какие преимущества дает ему то, что он старше.
- Старайтесь связать предстоящее событие с конкретными моментами жизни ребенка: «Какую красивую башню ты построила! Когда у тебя будет сестренка, ты научишь ее строить такую же?», «Правда, весело кататься с горки на санках? Вдвоем с братиком тебе будет еще интереснее!».
- Подчеркивайте, что старший - ваш помощник, что вы надеетесь на него. «Скоро, доченька, у нас в доме появится маленький ребенок. Хлопот сразу прибавится: и пеленки стирать, и на молочную кухню бегать, и купать ребенка, и гулять с ним надо будет. Нам с папой вдвоем точно не справиться. Как хорошо, что у нас есть ты! Ведь ты сможешь?» Ну какой ребенок ответит «нет», когда к нему обращаются как ко взрослому?
- Советуйтесь с первенцем: как назвать будущего малыша, какого цвета пеленки купить, куда поставить кроватку. Если мнение ребенка не совпадает с вашим, но вполне приемлемо, подумайте, не стоит ли уступить. Уважение мамы и папы к точке зрения ребенка позволит ему чувствовать себя вовлеченным в происходящие события, а не отодвинутым ими на второй план.
- При первой встрече, в роддоме, можно старшему ребенку дать подарок от имени младшего, это поможет начать общение детей с положительных моментов.
- После рождения малыша старайтесь пробудить в старшем интерес к новому члену семьи. «Посмотри, какие крохотные у него ручки и ножки!», «Правда, он забавный, когда спит?», «А ты видел, с каким аппетитом он кушает?» Не огорчайтесь, если не заметите особой симпатии к малышу со стороны первого ребенка. Ведь новорожденный - незнакомый для него человек. Пусть первенец пока воспринимает младшего как «живую куклу». Любопытство - уже не равнодушие. А очарование маленького обязательно пробудит в сердце старшего нежность.
- Помните, вы обещали старшему ребенку, что он будет вам помогать заботиться о новорожденном? Теперь самое время выполнить обещание. Пусть старший внесет свой посильный вклад в уход за малышом. Обязательно подчеркивайте, как важна для вас помощь первенца. Купаете новорожденного, а старшая дочка поет песенку, чтобы тот не плакал: «Спасибо тебе, доченька». На прогулке вместе с сыном везете коляску с малышом: «Одной мне было бы тяжело. Спасибо, сынок».
- Поощряйте любое проявление внимания и заботы старшего по отношению к малышу. Даже если это лишние хлопоты для вас. Конечно, проще и быстрее укачать малыша самой, чем доверить это дочке. Пеленки, постиранные неумелыми детскими руками, скорее всего придется перестирывать. Но радость и гордость ребенка послужат вам достойной наградой за терпение.

- Для детей очень важны тактильные ощущения. Поэтому ребенка нужно чаще целовать и обнимать, гладить по голове и брать за руку. Разрешите ребенку под вашим контролем целовать и брать на руки новорожденного малыша.
- Стоит ввести правило: время старшего ребенка, это период, когда мама откладывает все дела и играет, гуляет только с первенцем (и никаких телефонных разговоров или просмотра социальных сетей). Это время где главную роль играет ребенок и его интересы. Причем на этом стоит акцентировать внимание: «Это только наше время, когда мы можем делать то, что хочется тебе ...».
- В вечернее время родители могут уделять время обоим детям, пока мама с меньшим, папа играет или смотрит мультфильмы со старшим.
- Можно перед сном рассказывать ребенку о том, как он был маленьким, что делал, как взрослые радовались его рождению. Сейчас, ребенок может считать, что его не любили и не ухаживали, как сейчас за малышом. Проводя такую параллель, взрослые помогают эмоционально приблизиться деткам друг к другу.
- Если родители имеют братьев или сестер, то вместе с ребенком могут вспомнить, как чувствовали себя сами в подобных ситуациях.
- Никогда не сравнивайте детей между собой, это негативно влияет не только на самооценку, но и на взаимоотношения между ними.
- Даря комплимент одному, нужно найти за что можно похвалить другого ребенка, чтобы не обострять чувство конкуренции.
- Хорошая традиция и у родителей близнецов - покупать игрушку сразу обоим детям. Но если же разница в возрасте большая, и старшему ребенку не интересно то, чем играет малыш, то можно купить подарок в соответствии с интересами - книгу, настольную игру и тому подобное. Следует избегать ситуации, когда одного ребенка «обидели» подарком, он долго может держать эту обиду.
- Ни в коем случае не заставляйте старшего заботиться о младшем. Это вы, папа и мама, решили завести второго ребенка, значит, заботиться о нем - ваша обязанность.
- Не лишайте старшего ребенка статуса «маленького».

Родителям следует прививать детям понимание, что они всегда будут опорой друг для друга, независимо от обстоятельств.

Обычно с ревностью трудно бороться, но своим понимающим, любящим отношением взрослые могут облегчить этот период для обоих детей.

Консультация подготовлена с помощью интернет - ресурсов.