

«Ревность между детьми.

Правила поведения родителей в данной ситуации».

Что такое ревность? Это негативное чувство, которое возникает у человека при недостатке любви и внимания от другого значимого человека. Значимыми людьми для ребенка являются родители, а, в особенности, мама. И когда ее внимание, по мнению ребенка, направляется не на него, а на другой объект, появляется ревность. Другим объектом может быть младший брат или сестра, второй родитель или вообще посторонний человек.

Ревность – одно из самых трудных и неприятных переживаний для ребенка. Он чувствует страх от того, что может потерять значимого взрослого, тревогу, что его перестали любить и замечать, и агрессию к тому, кто забрал эту любовь.

Малыш испытывает сложную гамму чувств и не в состоянии контролировать свое поведение, поэтому детская ревность часто сопровождается конфликтами и ссорами между детьми. Когда в семье растет несколько детей, родителям приходится задаться вопросом, как распределить между ними свое внимание. Как сделать так, чтобы дети не ревновали родителей друг к другу

Как понять, ревность ли это? Признаки скрытой ревности:

- **Замкнутость или чрезмерная активность.** В этот период ребенок испытывает достаточно сильный стресс, хуже идет на контакт, его нервная система истощается, проявляются перепады настроения, чрезмерная плаксивость, повышенная возбудимость, он не может успокоиться, у него учащаются истерики.
- Появляются **невротические реакции** (тик, заикание, истерики), **сложности с засыпанием**, он часто просыпается в течение всей ночи, усиливается страх темноты, который связан с ощущением одиночества. Пропал аппетит, резко изменились вкусовые пристрастия, то, что раньше любил, теперь не ест и так далее.
- **Ребенок отказывается от ранее любимых занятий и дел:** игр, рисования, прогулок, чтения сказок, просмотра мультиков, посещения детского сада и творческих кружков.
- **Подражание совсем детскому и даже младенческому поведению.** Ребенок бессознательно пытается получить свое прежнее место под солнцем родительской любви, иллюзорно предполагая, что беспомощных детей больше будут любить и опекать. Резко и неожиданно для взрослых старший ребенок начинает копировать

поведение младшего брата или сестры, иногда даже вести себя как грудничок, отказываться самостоятельно есть, одеваться, ходить на горшок и даже пытается прильнуть к материнской груди и сосать соску.

Есть и более явные признаки ревности. Например, **попытки причинить вред младшему ребенку**. Первенец может отбирать игрушки, ломать их, толкать и щипать младшего ребенка, открыто выражать недовольство и говорить неприятные вещи. Или другой вариант — **ярко выраженный протест и негативизм**. Стремясь привлечь внимание отца и матери, ребенок начинает вести резко себя негативно, перестает слушаться и подчиняться даже в простых бытовых ситуациях, открыто саботирует правила и нормы семьи, демонстративно проявляет нежелание делать то, что нужно.

Что делать?

- Важно настроиться на то, что это временный и абсолютно естественный процесс, знакомый практически каждой семье. Родителям нужно запастись терпением, мудростью и дать возможность старшему ребенку найти не только минусы, но и плюсы своего нового положения в семье.
- Часто родители меняют привычный распорядок дня старших детей, подстраивая его под более удобный младенцам. Неудивительно, что подобное изменение может вызвать ревность к младшему ребенку. Тогда важно обеспечить как можно более стабильную обстановку для старшего. Если раньше ваш первый ребенок на ночь слушал сказку или у него были другие ритуалы, обязательно сохраните их.
- Все изменения лучше провести до рождения второго ребенка. Отлучение от груди, адаптация к детскому саду, переход в отдельную комнату не должны вызвать у ребенка ощущение, что его отдалают от мамы из-за рождения братика или сестренки.
- В открытой беседе поделитесь всеми преимуществами рождения малыша со старшим ребенком: дома будет веселее, можно опробовать новые игры, вместе с братиком или сестренкой через какое-то время они смогут вместе ходить в парк и играть на детской площадке. Но в то же время заранее предупредите ребенка, что новорожденный не сможет сразу же ездить с ним на велосипеде, кататься на коньках и бегать

наперегонки. Объясните малышу, что поначалу необходимо заботиться о младшем, учить всему, что он умеет сам.

- Подумайте, какие особые привилегии и новые долгожданные приятности, вы теперь могли бы позволить старшему ребенку. Возможно, он мечтает о собаке, рыбках или велосипеде.

- Ревность и борьба за мамину любовь появляется из-за ее занятости с младшим ребенком, поэтому для отца это отличный шанс выйти на первый план и наладить отношения со старшим ребенком, научить его новым навыкам и занятиям, привить ему любовь к спорту и активному образу жизни, показать интересные места и новые игры.

- Не допускайте двойных стандартов. К обоим детям должны предъявляться одинаковые требования, но с учетом их возрастных возможностей.

- Чаще говорите простые и прямые слова любви первому ребенку, смотря ему в глаза, обнимайте и целуйте его.

- Не занимайте какую-либо сторону в возможном конфликте между детьми, а устанавливайте правила и поясняйте их причины. Всегда поощряйте детей похвалой, подарками, приятным досугом.

- По возможности, приобретите новые вещи для второго ребенка, не требуйте, чтобы старший расставался со своими любимыми игрушками, одеждой или предметами обихода в пользу маленького. Часто старший ребенок спокойно отдает свои вещи, и вы, естественно, можете предложить ему сделать это. Но если ребенок сопротивляется, не стоит настаивать на жертвах, особенно в первое время.

- Требуйте, чтобы дети просили разрешения друг у друга, прежде чем одолжить какую-либо вещь. Помогайте детям точно обозначать границы собственной территории – что предназначено для общего пользования, а что принадлежит каждому из них.

- Тренируйте навыки сотрудничества в спокойной обстановке. После конфликта попробуйте вместе с детьми проговорить то, что произошло, и предложить основные шаги разрешения конфликта. Обязательно похвалите обе стороны за проявленные усилия, отмечая малейшие движения в сторону разрешения противоречий.

- Поговорите с домашними, установите для родственников единые стандарты реакции на поведение всех детей вплоть до конкретных фраз, действий и шагов. Например, как они

должны реагировать, если начинается конфликт из-за игрушки, драка или истерика.

- В конфликте из-за игрушек, всегда предложите детям переключиться на другую игрушку или играть вместе. Иногда родители покупают две одинаковые игрушки для каждого ребенка, чтобы они не ссорились. Установите таймер со специальным игровым сигналом (например, звуковым) на игру с особенными игрушками, после чего дети могут поменяться ими.
- Всегда дарите подарки и сюрпризы всем детям одновременно и иногда старшему — что-то более существенное. Всегда подкрепляйте это похвалой за хорошее поведение, смотрите на него первым и выделяйте его. Дарите старшему ребенку именные вещи (например, игрушки или одежду с инициалами), готовьте для него нечто особенное, это может быть несложное блюдо, которое нравится ребенку и приготовлено персонально для него.
- Требуйте, чтобы дети просили разрешения друг у друга, прежде чем одолжить какую-либо вещь и игрушку. Помогайте детям точно обозначать границы собственной территории — что предназначено для общего пользования, а что принадлежит каждому из них.
- Конкуренция между однополыми детьми проявляется особенно ярко. Но старшую сестру значительно проще привлечь к уходу за младенцем из-за ее врожденного материнского инстинкта и формирующейся потребности ухаживать за младшими и слабыми.
- Делегируйте первенцу небольшие поручения и дела, чтобы он смог почувствовать свою значимость и новый приятный статус взрослого помощника, хвалите его за это и поощряйте. Как можно чаще включайте его в процесс заботы о младшем ребенке и отмечайте, что у него получается особенно хорошо, и тогда он будет воспринимать процесс помощи как способ получения одобрения и любви взрослых.
- С возрастом интересы у детей все больше отличаются и можно активно их включать в различные кружки с учетом их предпочтений и желаний. Добившись первых результатов и испытав чувство гордости за свои победы и достижения, они перестанут ощущать себя конкурентами.

Главное, что должны запомнить родители: избежать ревности детей друг к другу вряд ли удастся, но уменьшить ее проявления, дать каждому ребенку почувствовать себя важным и нужным в семье сможет каждая мама и каждый папа.