

Детская ревность

При рождении второго ребенка мама переключает все внимание на малыша.

Количество внимания и заботы для старшего ребенка резко сокращается, он переживает стресс, ему начинает казаться, что из-за младшего его «разлюбили», он ощущает себя покинутым и ненужным.

Все действия старшего ребенка будут направлены на то, чтобы обратить на себя внимание мамы. Чаще добивается внимания плохим поведением, так как на него родители на него реагируют более бурно.

Все это проявления детской ревности.

Ревность – это одно из естественных чувств, она все равно будет, нужно помочь малышу справиться с ней.

- Необходимо правильно отреагировать на ревность.
- Самому осознать проблему.
- Не ругать и не наказывать.
- Не игнорировать чувства первенца, не запрещать ребенку ревновать

Проявления ревности старшего ребенка к младшему:

- тайное причинение вреда младшему, например, щипки, укусы, дерганье за волосы и пр.;
- отнимание игрушек, их порча;
- капризность, плохое поведение, непослушание;
- старший запрещает маме подходить к младшему, преграждает ей дорогу в комнату;
- упреки, что его любят меньше;
- замкнутость;
- различные манипуляции;
- негативные реакции на похвалы младшему ребенку;
- малыш становится более болезненным.

Рекомендации:

1. **Провести беседу.** Во время разговора по душам нужно объяснить малышу, что он чувствует, что это нормально. Договориться о том, чтобы ребенок учился проговаривать свои эмоции, сказать, что первенец должен говорить, если чувствует обиду, несправедливость. Разговор должен быть мягким. Скорее всего, понадобится не 1 беседа.
2. **Важно объяснить,** что вы вынуждены уделять малышу больше времени исключительно из-за его беспомощности. Рассказать, что он получил такое же внимание, даже больше, поскольку мама больше ни на кого не отвлекалась. Можно показать ревнивцу его собственные детские фото или даже семейное видео, чтобы он понял, что в младенчестве и сам был таким.
3. **Максимально сохранить привычный уклад жизни и традиции** совместного досуга, заведенные ранее «ритуалы». Если до рождения младшенького вы каждое воскресенье ходили с первенцем в парк развлечений – нужно продолжать делать это и впредь. Ребенок не должен чувствовать, что с появлением новорожденного качество его жизни снизилось. По этой же причине не стоит использовать аргумент «мы не можем тебе это купить, поскольку у тебя есть младший брат/сестричка», если первенец клянчит что-то в магазине.
4. **Нельзя отдавать старшего надолго бабушкам и дедушкам.** На 1-2 дня можно, но намеренно отправлять его к бабушкам и дедушкам на неделю или даже месяц, чтобы было

полегче справляться с грудничком – это самый яркий пример того, как сделать отношения между членами семьи сложными и отравленными ревностью.

5. **Дать понять старшему**, что наличие младшего не только добавляет ему ответственности, но и повышает статус, дает какие-то привилегии, делает его «взрослым».
6. **Нужно заинтересовать** первенца в уходе за младшим, привлекать его к различным действиям, просить о помощи. И обязательно хвалить за, говорить, что без него маме было бы очень сложно. Так старший почувствует себя нужным.
7. **Подчеркивать близость детей.** Говорите старшему, что малыш его любит, улыбается именно ему, рассказывайте, как через несколько лет именно он сможет научить несмышленища играть в футбол. Дайте ребенку почувствовать себя важным и значимым не только для вас, но и для малыша.
8. **Нужно избегать сравнений детей между собой**, кто лучше, а кто хуже и т.п. Важно соблюдать баланс в отношениях к детям, быть справедливыми. Дети могут драться, мириться, отнимать игрушки, ссориться. Нужно сохранять равновесие не обвинять сразу первенца, что он старше и должен быть умнее, нужно стараться беспристрастно разобраться в ситуации. Не стоит ставить одного в пример другому: этим вы приучите детей соревноваться за ваше внимание и одобрение и точно не поспособствуете уменьшению ревности.
9. **Не отдавать младшему ребенку вещи** и игрушки старшего без его на то разрешения.
10. **Не превращать его во «вторую маму»** и не говорить, что теперь он должен вести себя, как взрослый. У старшего ребенка есть точно такое же право на детство, и он не должен ощущать себя ограниченным и ущемленным в правах из-за появления братика или сестрички.
11. **Проявлять любовь и внимание к старшему ребенку ВСЕГДА.** Ребенок должен не только знать и слышать, что его любят, но и чувствовать это. В течение дня его нужно обнимать, гладить, прикасаться к нему, целовать перед сном и после пробуждения.
12. **Уделять время.** Постарайтесь находить время на то, чтобы поиграть/позаниматься с первым ребенком. То есть каждый день должно быть время, посвященное только старшему. Хотя бы час - совместные игры, чтение сказок, разговоры. Если вы используете уменьшительно-ласкательные прозвища – применяйте их к обоим детям. Если к вам приходят гости с подарками – предупредите их, что презенты нужно приносить или никому, или и старшему, и младшему. В разговорах подчеркивайте, что оба ребенка имеют огромное значение в вашей жизни.
13. **Но не пытаться задобрить старшего** подарками и вседозволенностью. В противном случае это приведет к манипулятивному поведению.
14. **Постоянно поощрять правильное поведение старшего ребенка**, не акцентируясь на плохом.
15. **Нельзя чрезмерно опекать младшего ребенка** и в любых ситуациях становиться на его сторону. Предоставлять поддержку и защиту старшему ребенку, не должны обвинять его только потому, что он старше и «должен вести себя правильно». Показывать, что вы можете оградить старшего от неудобств, которые может причинить ему младший.