

## **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: укусить 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 пытаюсь 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 пищащий 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 потужите 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 нашлепать. 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 малышей 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 продемонстрировал, 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 «купаются 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 справиться с ревностью. Ведь ему может показаться, что вина за состояние матери лежит на малыше.

Ревность обострится 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.