



Как вы думаете, какие чувства испытывает первый ребенок в связи с появлением брата или сестры? Странно, но многие родители обычно даже не замечают, что в поведении их сына или дочери нечто изменилось, а порой даже замечая, не могут понять, в чем, конкретно, дело. Это часто связано с тем, что многие считают ревность первого ребенка ненормальной или плохой особенностью, поэтому так часто отрицая ее, стараются об этом не говорить и не думать.

Однако, в таких ситуациях нельзя осуждать или игнорировать агрессивные проявления первенца, а необходимо ему помочь справиться с ними. Проявления ревности нельзя отрицать, о них нужно знать, чтобы своевременно помочь своему ребенку справиться с этими чувствами. 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 прочесть 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 и они могут забыть или отвернуться от него.

Надо сказать, что некоторые ученые, рассуждая на тему идеального периода для рождения второго ребенка, определяют период семилетнего возраста. Дело в том, что в возрасте семи лет ребенок уже достаточно взрослый и меняет свой образ в жизни. Теперь в ней есть не только родители, но и школа друзья и т.д. Именно поэтому считается, что вероятность возникновения ревности минимальна, но даже если она возникает, ребенок уже может с ней справляться, по средствам общения с окружающими.

Да, безусловно, первенец ощущает не только ревность по отношению к появлению второго ребенка. Это скорее сложное сочетание любви и ненависти к вновь появившемуся члену семьи, который теперь является самым маленьким. Соотношение в этих чувств зависит от характера ребенка и его положения в семье.



Первый ребенок, особенно если родители проявляют к нему повышенное внимание и ограничивают общение с другими детьми, часто начинает думать, что родители принадлежат только ему, такой ребенок воспримет нового члена семьи с выраженным негативом и ревностью. Если же, с самого начала родители проявляют спокойствие и меру в общении с первым ребенком и уделяют много времени его контактам с другими детьми, такой ребенок отнесется к изменениям в семье гораздо спокойнее. В возрасте примерно четырех лет, ребенок постепенно начинает ощущать себя более самостоятельным, поэтому резких проявлений негативизма с появлением нового младенца уже не проявляет.

Многие маленькие дети при появлении младшего брата или сестры стремятся, как бы вернуться назад в младенческий возраст, и начинают это демонстрировать родителям, например: начинают снова пытаться сосать соску, перестают ходить на горшок и т.д. Подобные явления довольно распространены и при длительном и устойчивом проявлении требуют обращения к специалисту. К сожалению, далеко не все родители верят в то, что чувство ревности может быть свойственно их ребенку. Некоторые же, наоборот, слишком волнуются из-за этого явления. Это тоже влечет за собой негативные последствия, так как заставляет родителей оказывать излишнее внимание старшему ребенку и чрезмерно баловать и опекают его. Необходимо понимать, что старший ребенок никогда не будет чувствовать себя счастливым и спокойным, если он будет ощущать неуверенность или чувство вины родителей. Это будет только усиливать его чувство ревности. Поэтому слишком сильный страх перед возможной ревностью ребенка не исправит, а только усугубит ситуацию.

Однако, появление второго ребенка, хотя и бывает источником временного стресса для первого ребенка, все же, при правильном отношении родителей может положительно влиять на развитие первого. Часто, осознание разницы между собой и младшим братом или сестрой позволяет старшему ребенку почувствовать, свое взросление. Поэтому у родителей всегда есть возможность положительно использовать эту способность детей, обращая внимание на их взрослость.



Дело в том, что когда ребенок является единственным в семье, он еще долго чувствует себя маленьким. Родители, конечно, пытаются говорить, что он уже взрослеет, но не готовые сами осознать и принять его взросление, подсознательно не меняют свое отношение к чаду с возрастом, а продолжают все так же его опекать. Это часто не дает ребенку возможности почувствовать процесс своего изменения с возрастом. А появление младенца, напротив, заставляет его увидеть себя взрослеющим.

Конечно, у него еще не раз может возникнуть желание вернуться состоянию младенца, но теперь естественные процессы взросления будут заставлять его развиваться дальше. Здесь родителям важно помогать старшему ребенку. Можно привлекать его внимание к тому, что маленький братик или сестренка еще не умеет то, что уже доступно ему, например: сидеть, ходить, бегать, разговаривать, пользоваться ложкой, туалетом, и т. Д, тогда он будет чувствовать гордость за свое взрослеющее состояние. Важно не забывать хвалить старшего ребенка за то, что он научился делать что либо, просить его о помощи и благодарить за нее как взрослого. Необходимо позволять ребенку делать то, что раньше ему не позволяли, и при этом, подчеркивать его самостоятельность.

Если осторожно и тактично продолжать такое воспитание старшего ребенка, результаты не заставят долго ждать себя.

Если ревность старшего ребенка проявляется слишком бурно или выражена склонность и сознательные попытки, как бы, вернуть себя в состояние младенца, тактика подчеркивания взросления может вызвать обратную реакцию ребенка. Поэтому, важно постепенно подводить ребенка к этой мысли, придумывая различные способы, которые могут привлечь его и осторожно дать почувствовать себя взрослым. Например, эффективным способом может стать данная ребенку возможность, как бы побыть в роли родителя. Эта возможность даст ему шанс почувствовать на себе силу взрослости и самостоятельности.

Для детей от трех до шести лет, обычно, характерно играть в «дочки матери», независимо наличия младшего ребенка в семье. Эта склонность очень сильна и может существенно помочь родителям избежать соперничества с помощью «игры в родителя». Это дает возможность трансформировать ревность в позитивные формы. Однако, если ребенок младше трех лет, он чаще всего еще готов играть в эту игру. Поэтому, может сопротивляться, это стоит учитывать и не прибегать к навязыванию или принуждению, иначе, это только обострит ревность и протест. И конечно, если ребенок согласен играть, не стоит поддерживать это стремление в течение всего дня, так как ему важно побыть и в своей обычной роли и своем возрасте.

**В любом случае, каким бы не был спокойным и покладистым на первый взгляд Ваш старший ребенок, его необходимо было подготовить к появлению младшего члена семьи.**

**Как это нужно было сделать:**

1. Необходимо сделать в доме необходимые перестановки за несколько месяцев до появления младенца, это даст возможность старшему ребенку морально подготовиться к появлению нового члена семьи.
2. Так же необходимо еще при беременности обсуждать со старшим ребенком появление младшего, а также чувства и эмоции связанные с этим.
3. Необходимо распределять свое внимание между детьми примерно равнозначно.
4. Родителям необходимо внимательно следить за поведением старшего ребенка, особенно если ему меньше трех лет. Он может травмировать младшего ребенка.
5. Давайте ребенку возможность рассказать Вам о своих чувствах. Не осуждайте и не отговаривайте его от этого. Сам факт, что Вы выслушали его и не отругали, поможет ребенку самостоятельно справиться со своими переживаниями.

Конечно, при всем прочем, важно сохранять покой и равновесие в семье и в душе каждого из родителей. Сохранение родителями терпения, последовательности и уверенности всегда оказывает положительное организующее влияние и на детей.



Сейчас младший ребенок требует от Вас большего внимания. Он много времени проводит у Вас на руках, Вы кормите его грудью, ласкаете и поете ему песни. Но не забывайте, что не менее важно Вам сейчас удовлетворять эмоциональные потребности и Вашего старшего ребенка. Не исключено, что через какое-то время после появления второго ребенка Вы заметите, что старший перестал проситься на горшок, самостоятельно одеваться, попросил Вас покормить его грудью или залез к малышу в кровать и начал плакать как новорожденный.

Чаще всего эта ситуация возникает, если старшему ребенку еще нет 3 лет. Специалисты называют такое явление «регрессия, вызванная появлением нового ребенка». Это довольно частое явление. Просто малыш чувствует, что уже не является для Вас «центром Вселенной», ему не нравится, что его место занял кто-то другой и таким образом проявляет ревность. Наберитесь терпения и проявите сочувствие к малышу. Позвольте ему снова поносить подгузник, но какое-то определенное время, в виде игры. Дайте понять, что постоянно играть в маленького ребенка ему не стоит. Когда он поймет, что Вы по-прежнему его любите, необходимость играть в маленького ребеночка у него отпадет сама собой.

Ребенок старше 3-х лет может даже проявить агрессию по отношению к сопернику. Чаще всего это не осознанный поступок. Единственным чем он продиктован - это страх потерять Вашу любовь и защиту. Не кричите и не обвиняйте ребенка, помогите ему высказать свои переживания, он не должен «замыкаться в себе». Ему важно знать, что Вы понимаете его и не осуждаете. Говорите не о том, что он, ребенок, плохой, а то, что поступок его нехороший и Вам такое его поведение не нравится. Зато как можно чаще обращайтесь внимание на его положительные действия. Тогда у него не будет необходимости привлекать Ваше внимание какими-то плохими выходками.

Окружите своего старшего ребенка дополнительным вниманием и помогите ему справиться с теми противоречивыми чувствами, которые присутствуют сейчас в его детской душе. Почаще оставайтесь с ним наедине, играйте, читайте ему перед сном книжку. Причем это может делать не только мама, но и другие члены семьи. Покажите ему видеозаписи его младенческого периода. Он поймет, что, как Вы его любили тогда, так Вы любите его и сейчас.

Постарайтесь привлекать старшего ребенка к уходу за младшим, но под Вашим контролем. Выберите какое-то поручение, которое сможет сделать только он, например, нарисовать новую картинку для малыша или подвесить гирлянду погремушек в кроватке братика/ сестрички. Вы можете доверять старшему и другие поручения, подходящие ему по возрасту (принести подгузник, помочь одеть малышу носочки и т.д.). Самое главное, не забывайте при этом хвалить ребенка. Подчеркивайте каждый раз, как хорошо, что у Вас есть такой помощник, как важна для Вас его поддержка.

- Советуйтесь с ним в выборе покупок для младшего брата или сестры. И даже если его совет не совсем приемлем, последуйте ему. Это позволит укрепить уверенность ребенка в своей значимости для Вас.

- А еще не плохо было бы подарить старшему футболку с такой надписью: «Старший брат» или «Я старшая сестра». Это поможет ребенку побыстрее привыкнуть к своему новому статусу. И почаще напоминайте о преимуществах его возраста и статуса старшего ребенка в семье.



Например, младший ездит только в автомобильном кресле, а старший – уже самостоятельно сидит на заднем сиденье, и, иногда, папа разрешает ему сесть впереди. Подчеркните, как хорошо старший ребенок умеет петь или танцевать, чего младший еще вовсе не умеет. Старайтесь любыми способами повышать его самооценку.

- Ваш старший ребенок не должен чувствовать себя лишним. Не забывайте делать ему подарки. Можно придумать ему подарок, который бы помог ему почувствовать себя немного старше.

Девочке – пупса или какой-то для него аксессуар (коляску, набор кукольной одежды и т.д.), мальчику – велосипед. Пусть у Вас под рукой всегда будут какие-либо мелочи-сюрпризы (книжечка, набор пазлов или новых карандашей, мячик и т.д.).

Купите рамочку для фотографий, состоящую из двух частей. В одну половинку поместите фотографию старшего, а в другую – младшего ребенка. Рядом можете поставить вашу семейную фотографию. Говорите первенцу, что для Вас оба Ваших ребенка очень важны и значимы, и Вы их очень любите. Просто младший пока требует больше Вашей заботы и внимания, так как он еще очень несамостоятельный.

Сейчас как никогда важно, чтобы папа стал больше времени проводить с первенцем. Совместные прогулки в выходной день в парке или поход в кино дадут возможность ребенку почувствовать себя более значимым для Вас. Поймите, совершенно не важно, чем именно Вы с ним занимаетесь. Для ребенка важен сам факт совместной с вами деятельности, то, что Вы уделяете ему свое время и Вам вместе от этого хорошо. Старайтесь все делать от души, а не потому, что так надо. Все это крайне важно для гармоничного развития Вашего сына или дочки.

### **Советы педагога-психолога**

1. 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!».

2. 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 поможешь?» Ну какой ребенок ответит «нет», когда к нему обращаются как ко взрослому?

3. 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.

4. 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.

5. 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».

6. 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.

7. 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. Старшему всего три-четыре года, и он ухаживает за малышом не потому, что «надо», а потому что интересно. Для него это игра во «взрослого брата» (или «взрослую сестру»), но она является основой для возникновения чувства ответственности за того, кто младше и слабее.

8. Не лишайте старшего статуса «маленького».