

# СТАРШИЙ РЕБЕНОК РЕВНУЕТ К МЛАДШЕМУ: В ЧЕМ ПРИЧИНА?



Автор статьи — Наталья Барина, детский психолог.

Когда у меня на приеме озвучивается эта проблема, проблема детской ревности к малышу, я начинаю разговор с ребенком, а уже потом разговариваю с родителями, ведь они уже тогда начинают понимать свою главную ошибку.

Случай из практики. Артем, 5 лет, агрессия по отношению к сестре Маше, 9 месяцев. Психологическая беседа с ребенком:

Психолог: Артемка, а какой ты будешь, когда вырастешь?

Артем: Я буду большой, сильный, вот с такими бицепсами (показывает).

Психолог: А что ты будешь делать?

Артем: Я работать буду, как папа, денежки зарабатывать. Наверное, буду тоже менеджером, а может и полицейским. Да, я полицейским буду.

Психолог: Полицейским тоже хорошо, добрых от злых защищать. Здорово. Ты будешь работать как папа, денежки зарабатывать, а зачем папы денежки зарабатывают?

Артем: А как без денег? Маме надо в магазин ходить, хлеб там покупать, сосиски, игрушки детям тоже надо.

Психолог: Хорошие у тебя папа и мама. А ты когда вырастешь, у тебя какая жена будет?

Артем: Тоже хорошая. Красивая, драться не будет. У нас в саду Таня красивая, но дерется она.

Психолог: А зачем люди женятся?

Артем сначала молчит, потом смеется.

Психолог: Ну, как ты думаешь? Вот люди полюбили друг друга, хотят всю жизнь вместе быть, помогать друг другу, радоваться. Вот они поженятся красиво...

Артем: У нас дома на стене висит мама и папа свадебные. Красивые очень. Как в кино. А еще у моего крестного свадьба была, я там тоже был. У меня костюм был и цветочек вот тут.

Психолог: А потом что?

Артем: Потом ребеночек у них родился.

Психолог: Правильно, Артем, какой ты умный! Догадался! Люди женятся, чтобы у них детки рождались. Ты знаешь семьи, где много детей?

Артем: Да, у Тани есть два брата. Мам, у кого еще много детей?

Мама: У тети Кати с дядей Олегом четверо детей.

Артем: Да, у них Леша, Василиса, Андрей и Леля. Мы с ними на даче шалаш строили. Только Леля, конечно, не строила, она маленькая еще, в колясочке.

Психолог: Весело, когда детям есть с кем поиграть! Когда деток много — это хорошо! Это счастливая семья. А в вашей семье сколько детей?

Артем: Я и Маша. Двое.

Психолог: В вашей семье ПОКА двое. Люди женятся, чтобы у них детки рождались. А у тебя сколько детей будет, когда ты вырастешь?

Артем: У меня много детей будет!

Итак, главная ошибка родителей Артема — они не дали понять ребенку, что рождение детей — это нормальный процесс для семьи. А наоборот, дали ему ощущение, что он решает, быть детям или нет. Так, родители спрашивали сына, хочет ли он малыша, кого он хочет мальчика или девочку и так далее. Так делать нельзя, вы можете услышать что-то вроде «лучше уж хомячка»!

## **КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ ВОЗНИКНОВЕНИЕ ДЕТСКОЙ РЕВНОСТИ СТАРШЕГО РЕБЕНКА К МЛАДШЕМУ?**

### **ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ ВТОРОЙ БЕРЕМЕННОСТИ?**

Итак, начинаем готовить старшего во время беременности младшим:

Первое. Надо показать ребенку, что все нормально. В семье рождаются дети. Показывайте на улице семьи, где есть двое, трое и более детей. Ходите в гости, вспоминайте родственников с детьми. Постарайтесь найти для ребенка пример доброго отношения старшего ребенка к младшему и **НЕНАВЯЗЧИВО** проговорите, примерно так: «Катя играет со своим братиком, как малыш любит Катю».

Второе. Ожидая малыша, не скрывайте этого от ребенка. Сообщите новость спокойно и радостно.

Третье. Не задавайте вопросов: «Ты хочешь или нет?», «Кого ты хочешь — братика или сестричку» и т.д. Попросите родных не задавать таких вопросов. Если при вас все же кто-то такой вопрос задал, не давайте ребенку на него ответить, быстро ответьте сами: «В семьях всегда рождаются детки». Как ни крути лучший ответ «Как Бог даст!».

Четвертое. Не обещайте ребенку товарища по играм.

Пятое. Если старший ребенок спит в родительской постели или комнате, а вы планируете его отселить, делайте это, как только узнали о беременности. При этом НЕ поговаривайте, что эти два события связаны.

Шестое. Если ребенок не ходил в детский сад, продумайте, как следует, а стоит ли начинать? Взвесьте все плюсы (систематическое образование, сверстники – умение общаться, Ваше свободное время и т.д.) и минусы (прививки; детские инфекции, которые старший принесет новорожденному; опять же сверстники – дурное приклеивается быстрее, чем хорошее; Вам — вставать рано, устанавливать дежурство: кто забирает, кто отводит и т.д.). Если планируете ребенка отдать в детский сад, сделайте это заранее.

Седьмое. Сдруживайте папу и старшенького. Им надо научиться проводить время вместе заранее (гулять, играть, засыпать). Делайте это правильно:

**ПРАВИЛЬНО** — «Тебя сегодня папа очень хочет уложить спать, ему тоже хочется своего ребенка укладывать, это так приятно!»

**НЕПРАВИЛЬНО!** — «Тебя сегодня папа будет укладывать, а то маме тяжело»

Восьмое. В период ожидания второго, рассказывайте старшему ребенку, как вы ждали ЕГО. Про него самого понятнее и интереснее! Как папа гладил животик мамы, как покупали пеленки, игрушечки, как смотрели его «по телевизору (УЗИ)». Как он родился и все радовались и как вы его кормили, как носили на ручках. Показывайте часто ему его фото маленьким, видео.

Девятое. Избегайте крайностей в общении со старшим. Не пытайтесь «наиграться заранее, а то потом будет некогда» и не отстраняйтесь «пусть привыкает».

И главное! Гоните от себя ложное чувство вины, что «старший теперь будет обделен». Это ложь!

Старший все равно останется для вас первенцем, ребенком, которого вы всегда будете любить немножко ДОЛЬШЕ, чем своих следующих детей. Подумайте о том, как важно, что бы взрослые дети имели помощь и поддержку со стороны близких людей, своих братьев и сестер.

## **МЛАДШИЙ РЕБЕНОК РОДИЛСЯ: ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ ДЛЯ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКОЙ РЕВНОСТИ?**

Вот наконец малыш появился на свет!

**Надо:**

Первое. Пока вы в роддоме, родные должны много времени уделять старшему ребенку, чтобы ему легче пережить разлуку с вами. Пусть в его режиме ничего не меняется.

Второе. Не надо навещать ребенку маму в роддоме. Больницы детей пугают. Лучше звоните ему каждый день и говорите, что любите и скоро придете.

Третье. При первой встрече со старшим имейте свободные руки для того, чтобы обнять старшего!!!

Четвертое. Купите подарок для старшего ОТ МАЛЫША! Кукла, или мишка, или ЛЕГО, или машина должны быть НЕ маленькими, а заметными, чтобы все время потом были на глазах.

Пятое. Просите гостей дарить подарки обоим детям (на всякий случай для гостей, которые растерялись и принесли подарок только малышу, имейте стратегический запас припрятанных сувениров)

Шестое. Не оставляйте ребенка в первые месяцы наедине с малышом ни на минуту. Помните – дети – это маленькие исследователи, а это опасно! Даже если идете в туалет или ванну – берите одного из них с собой, если никого нет дома.

Седьмое. Если не углядели и застали старшего за тем, что он пытается взаимодействовать с малышом опасно (пытается взять на руки, тащит, пытается попоить, покормить и т.д. — бесконечное количество вариантов, дети очень изобретательны!), надо НЕ КРИЧАТЬ, НЕ РУГАТЬ, а остановить тихо: «ты хочешь с маленьким поиграть? (о малыше позаботиться), молодец! Всегда меня зови, я хочу посмотреть, какой ты молодец». И помогите малышу что-то СДЕЛАТЬ! Например, подержать на ручках, сидя на диване, потрясти погремушкой (лучше мягкой!) и так далее. Сейчас от вас зависит, какое взаимодействие наладится — конкурентное или дружеское, теплое, опекающее.

Восьмое. Не говорите старшему ребенку, что он теперь большой. Он тоже маленький и теперь хочет быть маленьким порой даже больше, чем раньше. Поиграйте с ним в малыша. Заверните в одеяло, покачайте, а потом скажите, что игра кончилась и пора «пить чай с баранками, ах, как жалко, что малышам баранок нельзя!». Так, вы тактично покажете ему, что все же малышом быть не очень здорово. Поиграйте с ним в игру: «я большой, потому что УМЕЮ! (ходить, бегать, есть мороженное, рисовать, лепить и др. пусть придумывает!)»

Девятое. Дайте старшему больше тактильных контактов – берите на колени, обнимайте много!

Десятое. Найдите для старшего «эксклюзивное» время в вашем режиме дня, лучше примерно одно и тоже каждый день, когда вы будете играть, болтать и возиться с ним одним. Здесь важнее периодичность, чем количество этого времени. Хоть 15 минут, но каждый день в одно и то же время.

Если ребенок ревнует, это нормально. Он же живой человек! Но плохо, если ребенок не может сдерживать свою агрессию к малышу. Что делать?

## **ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ СТАРШИЙ РЕБЕНОК ПРОЯВЛЯЕТ АГРЕССИЮ И РЕВНОСТЬ К МЛАДШЕМУ?**

Не сравнивайте детей никогда! Помогайте малышу пережить эту детронизацию (от слова «трон» — он ведь раньше был на троне).

Уважайте первого ребенка. Вместо «Уступи младшему, отдай ему игрушку» надо сказать: «Если хочешь, можешь уступить», «А может, отдадим?». Всегда радуйтесь всем проявлениям заботы и доброты старшего ребенка к младшему.

А когда младший подрастет, оберегайте старшего от малыша в возрасте разрушителя. Не давайте маленькому рушить постройки старшего, портить его рисунки и т.д.

Если дети ссорятся – не проходите мимо, бросайте все и помогайте разрулить конфликт. Пару лет активной работы – и дети научатся сами регулировать отношения.

Если первый ребенок ревнует явно и говорит удивительные вещи («давай отнесем его на помойку», «как он надоел», «он все время орет, ты его брось, а меня возьми на руки» и т.д.). Не пугайтесь! Применяйте технику активного слушания. Например: «Ты злишься, злишься так, что кажется, что хочешь его выбросить, тебе кажется, что мама тебя не замечает, не любит, ЭТО НЕ ТАК! Сейчас я малыша уложу, а ты со мной рядом, мне так приятно, ты мой помощник, а потом я тебе почитаю, с тобой поиграю, мама тебя любит! Мама всегда тебя будет любить!»

Как всегда самым замечательным помощником для нас будет сказка:

### **СКАЗКА ПРО МЕДВЕЖОНКА**

Автор — Татьяна Зинкевич-Евстигнеева, автор метода комплексной сказкотерапии, доктор психологии, директор Международного Института Комплексной Сказкотерапии

В одном сказочном лесу жила-была семья медведей: Папа-медведь, Мама-медведица и маленький Медвежонок. Жили они дружно. Ходили за вкусными ягодами, дружили с лесными пчелами, и те делились с ними лесным медом, загорали на солнышке, купались в речке, — словом, все делали вместе.

И вот однажды Мама-медведица сообщила всем радостную новость — скоро в семействе медведей будет пополнение. Действительно, Медвежонок замечал, как мамин живот рос день ото дня. Ему было очень любопытно, кто же родится?

Вот, наконец, настал счастливый день. Все поздравляли Маму, и Папу, и его. Правда, Сестрёнка медвежонка оказалась совсем не такой, какой он её себе представлял. Но самое неприятное было то, что она постоянно требовала к себе внимания. Особенно Мамы.

Жизнь в семье медведей изменилась. Теперь уже за ягодами и медом редко ходили все вместе. Уходя, Папа и Мама оставляли Медвежонка присматривать за сестрой. Нельзя сказать, что это ему особенно не нравилось или было трудно. Просто было очень-очень обидно, когда, приходя домой, родители первым делом бежали к сестрёнке, беспокоились о ней, расспрашивали: «Как она?» Когда вся семья была в сборе, играли с малышкой, а не с ним.

«А я, что же, больше им не нужен?» — спрашивал себя Медвежонок. И так ему становилось горько, что хотелось даже уйти из дома.

И однажды так и случилось. Медвежонок шел по лесной дорожке и думал о том, как несправедливы к нему Папа и Мама. От этих мыслей слезы навернулись на глаза, так Медвежонку стало жаль себя.

Шел-шел Медвежонок и пришёл к домику зайцев. В их семье тоже было пополнение. Медвежонок наблюдал, как старшие братья с удовольствием учат маленьких зайчат грызть морковку. «Что с них возьмешь, — зайцы!» — продумал Медвежонок и пошел дальше.

Вскоре тропинка привела его к семейству лис. Старший лисенок с любовью укачивал свою маленькую сестру. Странно, похоже, он совсем не испытывал тех чувств, что Медвежонок. «Где ему меня понять, — подумал Медвежонок. — Что с них взять, — лисы!» И наш герой, махнув рукой, пошел прочь.

Неподалеку стоял дом семейства волков. И Медвежонок видел, как старший волчонок весело кувыркался с младшим, учил его охотиться. «Да он притворяется, что ему нравится играть с младшим братом!» — подумал Медвежонок и пошел дальше.

Стемнело, стал накрапывать дождик. Медвежонок проголодался, чувствовал себя одиноким и усталым, ему очень хотелось домой. Но вернуться он не мог.

Как ты думаешь, почему?

Ноги привели Медвежонка к старому дубу, в ветвях которого находился домик Мудрой Совы.

— Ух, — удивилась Сова, — что ты делаешь здесь в поздний час. Медвежонок?

— Да ничего, просто гуляю и все! Я — самостоятельный.

— Это верно, — согласилась Сова, — слышала я от Сороки, что Мама с Папой разыскивают тебя по всему лесу.

— Да это они просто перед сном с сестрёнкой гуляют! — ответил Медвежонок.

— Э-э-э, видно ты в обиде на родителей? — догадалась Сова.

— Да нет, просто... — Медвежонок не знал что сказать.

— Просто, да непросто... — глубокомысленно изрекла Сова и, помолчав, добавила: — Похоже, мне придется открыть тебе один секрет... правда, я обещала Папе-медведю никому не рассказывать...

— Что это за секрет?

— Дело в том, что вскоре после того, как ты родился, ко мне приходил Папа-медведь. Он был очень расстроен тем, что его жена-медведица больше его не любит. «Теперь у неё есть сын, а я ей совсем не нужен», — так говорил он...

— Не может быть! — воскликнул Медвежонок. — Папа так не мог говорить!

— Ты почему так думаешь?

— Но не мог же он чувствовать то же, что и я! — А разве ты чувствуешь то же самое?! Медвежонок опустил голову. Мудрая Сова слетела на землю и обняла его за плечи. Помолчав некоторое время. Сова сказала:

— Знаешь, когда рождаются маленькие дети, они требуют к себе очень много внимания, а жизнь семьи перестает быть прежней. В маленькое существо нужно вложить много любви, терпения и добра, прежде чем оно вырастет. Поэтому все внимание членов семьи отдается малышу. А некоторые, забыв или не зная об этом, могут чувствовать себя обиженными, ненужными и нелюбимыми...

— Так, значит, я покинул родителей в то время, когда они во мне особенно нуждались?! Мне так стыдно.

— Чувства, которые руководили тобой, может испытать каждый. Иногда непросто увидеть любовь, если тебе уделяют немного внимания. Иди скорей домой, тебя там ждут и очень любят...

Медвежонок побежал по тропинке, ведущей к дому. А Мудрая Сова ещё долго смотрела ему вслед.

Помните, много деток – хорошо!

Кстати, очень часто лучшим лекарством от ревности является рождение третьего ребенка!

Радости вам и вашим детям!