

ДЕТСКАЯ РЕВНОСТЬ. ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ?

ПСИХОЛОГ ЮЛИЯ ВАСИЛЕНКО



Детская ревность – явление достаточно распространенное. Семьи, в которых двое и больше детей, сталкиваются с этим ежедневно. То старший ребенок обижает младшего, они ссорятся и дерутся, то младший прогоняет папу, когда тот пытается обнять маму. Но мало кто из родителей задумывается о том, насколько это сложный механизм – детская ревность – и к каким серьезным последствиям она может привести.



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.

Скоро будет еще малыш, как подготовить старшего?

У Вас скоро родится малыш. Это долгожданное, радостное событие меняет привычный уклад жизни семьи. Если в семье уже есть ребенок, он чувствует изменения острее взрослых: его охватывает ревность к младшему. Внимание мамы делится теперь на двоих, и новорождённому достается гораздо больше. Чтобы старший ребенок, как прежде, чувствовал себя любимыми и желанным, стоит еще до родов подготовить первенца к тому, что скоро детей у мамы будет двое.

Что можно сделать еще во время беременности, чтобы справиться с детской ревностью:

- Радуйтесь всей семьей скорому появлению братика или сестренки;
- Доступным ребенку языком рассказывайте ему, какими маленькими и беззащитными рождаются дети;
- Объясните первенцу, почему новорождённому необходимо уделять много внимания. Покажите фотографии и видео, где старший ребенок запечатлен во младенческом возрасте, расскажите, как вы кормили, одевали и купали его;
- Пусть старший ребенок узнает еще до родов, что братик или сестренка будет бегать и играть вместе с ним только через пару лет. А пока малыш будет лежать в кроватке, часто плакать и ничего не сможет сделать без мамы.

Как понять, что ребенок ревнует?

- При появлении второго ребенка в семье первенец начинает демонстрировать регресс навыков. Он внезапно «забывает» все то, что умел раньше: одеваться, умываться, самостоятельно ходить в туалет и начинает просить помощи от мамы. Некоторые дети просят надеть им памперсы или спеть колыбельную.



- Все просто: ребенок понимает, что быть новорожденным гораздо выгоднее – тут тебе и всеобщая любовь и забота, и умиление любым движением, и отсутствие каких-либо обязанностей.

- У ребенка нарушился сон, аппетит, обострились имеющиеся заболевания. У особо чувствительных детей могут проявиться неврологические нарушения (тики, заикания и другое).

- У малыша появляются агрессия и враждебность по отношению к новому члену семьи. Если это новорожденный, то ситуация может быть действительно опасной.

- Ребенок стал замкнутым, подавленным, малообщительным с появлением новорожденного. Или часто капризничает, вредничает и устраивает истерики.

Как справиться с детской ревностью?



Если вы заметили, что ребенок ревнует вас к кому-либо – к папе, к брату или сестре, к другому человеку, не закрывайте на это глаза, не пускайте дело на самотек. Это крик ребенка о помощи, его просьба о любви и внимании.

Поговорите с ребенком, объясните, что вы понимаете его чувства и не будете ругать за них. Расскажите, что вы его сильно любите, гордитесь им и хотите, чтобы в вашей семье все жили дружно и не ссорились.

Внимательно следите за самочувствием ребенка: ревность может перейти и в скрытую форму.

Если ревность случилась, последуйте советам

Если в вашей семье несколько детей, уделяйте каждому из них личное время, когда ребенок сможет побыть наедине с мамой, получить ее внимание и заботу.

Например, с новорожденным идет гулять папа, а вы в это время со старшей дочкой играете в куклы и разукрашиваете картинки.

При детских ссорах не вставайте на сторону младшего ребенка только потому, что он младший. Если наказываете участников ссоры, то – одинаковым способом.

Любые попытки агрессии (дети начинают драться, толкаться, обзывают друг друга) пресекайте сразу. Объясните, что они – одна семья, а значит, друзья на всю жизнь, и родители любят их одинаково сильно.

Не давайте младшему вещи и игрушки старшего без его разрешения, даже если он и потерял к ним интерес.

Не сравнивайте своих детей, радуйтесь успехам обоих!