

Как подготовить старшего ребенка к появлению новорожденного

Еще недавно вас в семье было трое. И вот появляется новый малыш. А как в новой ситуации чувствует себя первенец, который в одночасье из единственного становится старшим братом или сестрой? Рождение второго ребенка в семье — сильный стресс для первенца. Родители сразу захотели чтобы старший ребенок стал самостоятельным, умным, понимающим. А вокруг родившегося малыша столько хлопот, все им интересуются, кормят, пеленают, купают. А самое ужасное, что теперь мама принадлежит малышу. А ведь старшему ребенку любовь и ласка нужны не меньше, чем младшему. Как в такой ситуации справиться с ревностью старшему ребенку и научиться любить своего младшего брата или сестру?

Старшему ребенку нужно заранее рассказать о предстоящем рождении младшего. Можно дать послушать первенцу шевеление малыша в животе у мамы. Мама может рассказать своему первенцу как еще нерожденный малыш радуется вниманию старшего. Ребенку важно рассказать о новорожденном младенце, показывая первые фотографии самого старшего ребенка. Мама может подробно описать какой огромный путь он уже проделал и как много умеет делать самостоятельно. Нужно объяснить ребенку, что новорожденный многое не умеет, что он нуждается в постоянном уходе и помощи взрослых. Не нужно говорить ребенку, что новорожденный будет с ним играть, так как ребенок в реальности только будет разочарован тем что мама его дезинформировала. Хорошо привлечь первенца (если ему уже 4 года и старше) к совместному выбору мебели, коляски, одежды для будущего новорожденного. Ребенок должен чувствовать себя участником всего происходящего. Если изменения в обстановке будут касаться старшего ребенка, то к этому нужно подготовиться заранее: новая кровать или комната должны быть обжиты заранее, до появления новорожденного в вашем доме, иначе первенец может почувствовать себя ненужным. Перед появлением новорожденного, нужно объяснить первенцу, что вы уедите из дома на какое-то время, а ребенок останется с папой или бабушкой или другими родственниками. Объясните, что вас не будет несколько дней и вы будете ждать встреч в больнице. Если ребенку придется провести несколько дней вне дома, нужно заранее ночевать там вместе, чтобы ребенок привык к новой обстановке. Если кто-то останется с ребенком в вашей квартире (бабушка, няня, подруга) попросите переночевать у вас, чтобы ребенок не пугался присутствия посторонних в доме. Вместе с папой или бабушкой можно украсить комнату, написать праздничное приветствие в день приезда из роддома мамы с новорожденным. В подарок маме первенец может нарисовать рисунок (аппликацию), а новорожденный может «подарить» старшему брату (сестре) маленький подарочек. Подрастая, старший будет с нежностью вспоминать об этом подарке. Очень опасны слова взрослых в первые дни, сказанные первенцу: «Отойди! Не трогай! Не бери! Уронишь!» Ребенку важно быть нужным, значимым. Не нужно его изолировать от малыша. Любовь рождается в заботе! Пусть старший ребенок обнимает, целует маленького,

развлекает игрушками, поет песенки, гладит по головке. Не забудьте сказать, что маленькому это очень приятно и он любит своего старшего братика (сестренку). Если ребенок отказывается вам помогать, то нужно подождать. Нужно дать старшему время принять новую роль, иначе можно вызвать неприязнь к новому члену семьи. Первое время родители должны быть готовы к капризам старшего по любому поводу. Старайтесь по возможности проводить со старшим ребенком больше времени. Говорите, что вы понимаете как хочется ему быть с мамой. Найдите несколько минут для веселой игры со старшим ребенком и у него сразу нормализуется самооценка и улучшится настроение. Радуйтесь вместе с ребенком достижениям младенца. Старший ребенок может оказать посильную помощь маме в уходе за новорожденным. Например, подать пустышку, отнести мокрую пеленку в стирку, покачать коляску. Хорошо, если старший ребенок чувствует себя нужным в процессе ухода за новорожденным. Но должны быть и правила в уходе за малышом. Если мама кормит младшего грудью, то старший ребенок не должен мешать. Объясните, что, когда он был маленьким, он тоже питался маминым молоком, поэтому вырос таким большим и добрым. Можно предложить старшему ребенку поиграть рядом с вами, посмотреть картинки в новой книжке, построить, порисовать. Обязанности ребенка должны быть ему по силам не только в физическом, но психологическом смысле. Не стоит перекладывать на плечи старшего ребенка родительские обязанности.

Многие родители предпочитают отдать старшего ребенка на первое время бабушкам. Но прежде чем принять подобное решение нужно подумать о том, что ребенок будет изолирован от семьи в неподходящий момент. Старшему ребенку спустя время будет трудно осознать, что в его жизни появился еще кто-то. Гораздо лучше для ребенка чтобы процесс адаптации все члены семьи проходили вместе. Это очень сплачивает семью.