

Что делать, если старший ребенок ревнует к младшему?

Детская ревность к младшему ребенку

Рождение младшенького – это судьбоносное событие не только для родителей, но и для старшего ребенка.

Нормальный, психологически здоровый первый ребенок, воспитывающийся в любящей семье, после появления братика или сестрички неизбежно будет ревновать родителей к малышу. Ревность появится даже в том случае, если во время маминой беременности ребенок искренне и с нетерпением ждал пополнения семейства.

Отсутствие ревности в такой ситуации свидетельствует либо о том, что ребенок затаил обиду глубоко внутри и не показывает ее родителям, либо о том, что между членами семьи в принципе установились не самые лучшие отношения.

Почему дети ревнуют к младшим братьям и сестрам?

Ревность наиболее ярко проявляется именно при рождении второго ребенка, ее еще называют симптомом «свержения с трона». Первенец привыкает к безраздельному владению вниманием и любовью родителей, игрушками и другими вещами – и вдруг ему приходится всем этим делиться, впускать в свое жизненное пространство другого маленького человечка.

Как уменьшить ревность ребенка после рождения малыша?

Детская ревность к новорожденному может быть постепенно сведена на нет, если вы будете выполнять следующие рекомендации:

Не оставляйте детей вместе одних. Это элементарный вопрос безопасности: даже если первенец и не попытается навредить малышу из ревности, он может сделать это нечаянно. Ребенок может взять новорожденного на руки и нечаянно его уронить, он может попытаться кормить его едой для взрослых и т.д.

Однако если вы увидите нечто подобное, не спешите ругать старшего: поблагодарите его за то, что он хочет разделить заботу о малыше, и объясните, почему обращаться с ним подобным образом нельзя.

1. **Не отдавайте младшему сыну или дочери вещи братика/сестрички без его на то разрешения.** Даже если вы хотите отдать малышу игрушку, к которой старший уже давно потерял интерес. В противном случае чувство личного пространства ребенка, и без того деформированное появлением младенца, будет уязвлено еще больше, а ревность возрастет многократно.
2. **Уделяйте первенцу достаточно внимания.** Это может показаться сложным с грудничком на руках, но все же постарайтесь находить время на то, чтобы поиграть/позаниматься с первым ребенком. Если вы используете уменьшительно-ласкательные прозвища – применяйте их к обоим детям. Если к вам приходят гости с

подарками – предупредите их, что презенты нужно приносить или никому, или и старшему, и младшему. В разговорах подчеркивайте, что оба ребенка имеют огромное значение в вашей жизни.

3. **Если ребенок сильно ревнует к грудничку, объясните ему, что вы вынуждены уделять малышу больше времени исключительно из-за его беспомощности.** Можете показать ревнивцу его собственные детские фото или даже семейное видео, чтобы он понял, что в младенчестве и сам был таким.
4. Можете поручать первенцу несложные обязанности по уходу за младшим, но **ни в коем случае не превращайте его во «вторую маму» и не говорите, что теперь он должен вести себя, как взрослый.** У старшего ребенка есть точно такое же право на детство, и он не должен ощущать себя ограниченным и ущемленным в правах из-за появления братика или сестрички.
5. **Не позволяйте себе чрезмерно опекать младшего ребенка и в любых ситуациях становиться на его сторону.** Старший ребенок также нуждается в вашей поддержке и защите, и вы не должны всегда обвинять его только потому, что он старше и «должен вести себя правильно». Подчеркивайте, что вы готовы не только предотвратить причинение старшим ребенком вреда младшему, но и оградить первого от неудобств, которые может причинить ему второй.
6. **Ни в коем случае не сравнивайте детей друг с другом.** Это один из ключевых советов о том, как избежать развития чрезмерного соперничества между малышами. Не стоит ставить одного в пример другому: этим вы приучите детей соревноваться за ваше внимание и одобрение и точно не поспособствуете уменьшению ревности.
7. **Не изменяйте совместным привычкам.** Если до рождения младшенького вы, к примеру, каждое воскресенье ходили с первенцем в парк развлечений – нужно продолжать делать это и впредь. Психологические причины такой рекомендации очевидны: ребенок не должен чувствовать, что с появлением новорожденного качество его жизни снизилось. По этой же причине не стоит использовать аргумент «мы не можем тебе это купить, поскольку у тебя есть младший брат/сестричка», если первенец клянчит что-то в магазине.
8. Чтобы в перспективе ребенок не ревновал вас к малышу, **ни в коем случае не «спихивайте» его на бабушек и дедушек.** Отправить первенца погостить у старшего поколения день-другой – это нормально, особенно если такое случалось и до прибавления в семействе. Но намеренно отправлять его к бабушкам и дедушкам на неделю или даже месяц, чтобы было полегче справляться с грудничком – это самый яркий пример того, как сделать отношения между членами семьи сложными и отравленными ревностью.
9. **Подчеркивайте близость детей.** Как ни удивительно, большинство младшеньких (в отличие от первенцев) повторяют не за родителями, а именно за старшими братьями/сестричками. Говорите ребенку, что малыш его любит, улыбается именно ему, рассказывайте, как через несколько лет именно первенец сможет научить несмышленьша кататься на велосипеде или играть в футбол. Дайте ребенку почувствовать себя важным и значимым не только для вас, но и для того самого кричащего кулечка.

Подготовила:
Педагог-психолог
Уварова Е.Ю.