

Детская ревность (Часть I).

💡 С этой проблемой сталкиваются многие семьи.

👉 Детская ревность – практически неизбежное явление. Почти каждая мама сталкивается с тем, что старший ребенок обижается и требует к себе внимания, считая, что младшие забирают себе всю любовь.

С этой проблемой сталкиваются многие семьи. И вроде бы такая радость — второй малыш, а, может, уже третий или даже четвертый... Но, вот незадача, вместо радости от встречи с долгожданным братиком или сестричкой, старший ребенок вдруг начинает демонстрировать обиду, злость, капризность.

И бедная мама не знает что делать. У нее много забот. Теперь еще больше, чем раньше. Пеленки, кормление грудью, накормить всех, обстирать, прибрать квартиру...

И не хватает времени, а душа болит: может, я - плохая мать, может, что-то не объяснила, не проконтролировала, может, что-то не так делаю.

Что чувствует мама? У нее сомнения, тревога и часто чувство вины перед старшим ребенком, что на него уже не так много времени остается, что некогда поиграть в любимые игры, поучить стихи или просто сесть, поговорить.

Очень хочется, чтобы все прошло, как надо, легко и просто, чтобы все любили друг друга, и была большая крепкая семья. Но часто в словах старшего ребенка, в его поведении сквозит РЕВНОСТЬ. Что делать с детской ревностью? Как с ней бороться?

Проявление детской ревности

В большинстве случаев детская ревность встречается у детей до 5 лет. Они соперничают с младшими братишками и сестренками, папой или отчимом, пытаются привлечь к себе максимум внимания с маминой стороны. И этому есть объяснение. Распознать маленького ревнивца довольно просто. Дети ещё не умеют скрывать своих эмоций, поэтому проявляют чувства открыто.

Однако, они еще не знают, как называется то, что они ощущают, поэтому им сложно сказать или попросить родителей уделить больше внимания именно ему.

Мама с самого рождения «должна принадлежать только ребенку». В первые годы жизни целиком и полностью, после 3-х лет связь немного ослабевает вследствие расширения социального мира ребенка. Большинство детей идет в садик, появляются свои знакомые, потом друзья и т.д. Но внимание мамы важно всегда.

Также еще одним направлением ревности является ревность старшего ребенка к младшему и наоборот.

Остановимся на обоих случаях более подробно:

I. Проявления детской ревности к родителям обычно сопровождаются такими поступками:

- капризами, всевозможными прихотями, которые выступают как средство борьбы за внимание мамы;
- агрессией на второго ребенка или взрослого, который отбирает материнское внимание;
- постоянными упреками, что мама его недостаточно любит, а другого любит сильнее;
- замкнутостью в себе и действиями наперекор родителям;
- негативной реакцией на похвалу при нем других детей или взрослых.

II. Среди типичных проявлений ревности старшего ребенка к младшему можно отметить:

- тайное причинение вреда младшему, например, щипки, укусы, дерганье за волосы и пр.;
- отнимание игрушек, их порча;
- капризность, плохое поведение;
- старший запрещает маме подходить к младшему, преграждает ей дорогу в комнату;
- упреки, что его любят меньше;
- замкнутость;
- различные манипуляции;
- негативные реакции на похвалы младшему ребенку;
- малыш становится более болезненным.

👉 Механизмы решения ситуаций

I. К новому мужчине

Так как последнее время статистика разводов постоянно растет, количество повторных браков тоже увеличивается. И зачастую гармоничные отношения в новой семье не складываются из-за детской ревности к отчиму.

И маме, и ее новому мужчине важно знать, что делать, чтобы сформировать позитивные взаимоотношения между отчимом и ребенком:

- Заложить фундамент дружелюбия и доверия. Необходимо основательно подготовиться к первой встрече ребенка и нового мужчины, создать особую обстановку, чтобы их знакомство было дружелюбным и доверительным. Спокойные семейные вечера, выезды на природу, походы в зоопарк или на аттракционы помогут справиться с вероятной скованностью.
- Объяснить ребенку, для чего маме нужны новые отношения. Для ребенка чаще всего становится совершенной неожиданностью появление нового мужчины в доме, развивается детская ревность с различными последствиями. Необходимо серьезно и доверительно говорить с ребенком о том, что человек не может быть одинок, и ему обязательно нужна поддержка и опора.
- Наладить взаимодействие. Чтобы стать главой семьи, новому мужчине понадобится довольно много времени. Проблемы, которые появляются, поможет преодолеть местоимение «мы». Можно привлекать ребенка к совместным занятиям, помогать ему в решении его детских вопросов.
- Исключить негативные эмоции. Взаимоотношения отчима и ребенка — это продолжение его взаимоотношений с матерью. Мужчина должен не забывать, что он находится под присмотром. Ребенок не должен слышать резких слов, наблюдать суровую мимику или равнодушную реакцию.
- Принять ребенка таким, каким он есть. Отношения отчима и ребенка в основном

будут зависеть от отношений матери и ребенка. Не стоит переделывать и перевоспитывать ребенка на свой лад. Мать все равно станет на сторону ребенка, а равновесие в отношениях будет нарушено.

- Не воевать за любовь ребенка с его родным отцом. Со временем ребенок все поймет, так как детское сердце очень чувствительно к чистоте помыслов.

II. К папе

Многие дети в возрасте 1,5–3 года ревнуют маму к папе. Так дети отстаивают собственное право обладать вниманием мамы.

Что делать, если ребенок не подпускает папу к маме:

- Ни в коем случае нельзя отвергать ребенка. Лучше предупредить истерику и вовлечь ребенка в веселую игру с участием всех трех членов семьи. В процессе игры нужно создать условия, которые показывают, что родители любят ребенка, и в то же время друг друга, и никто никого не обделяет. Ребенок, введенный в сообщество родителей, чувствует ревность намного слабее и она не столь разрушительна. Также ребенок лучше ощущает связь с папой, что является важным для развития здоровой личности.
- Объяснить ребенку, что папа тоже занимает важное место в семье. Маме следует мягко и ненавязчиво говорить о том, что она одинаково любит и ребенка, и папу, и принадлежит им обоим.
- Обниматься вместе с ребенком. Нельзя, чтобы папа проявлял холодность к маме, только потому, что ребенок ревнует. Поэтому к объятиям родителей можно привлекать и малыша. Это предупредит возможную агрессию.
- Один день в неделю нужно отдать папе. Чтобы папа вдвоем с ребенком сходил в парк, цирк, на аттракционы. Пусть отец покормит малыша, уложит спать. Это способствует уменьшению духа соперничества и зарождению взаимодействия. У отца и ребенка возникают общие интересы, совместные воспоминания и темы для разговоров.

III. При рождении второго ребенка

Появление младшего члена семьи добавляет маме хлопот. В результате количество времени, ранее уделяемое первенцу, существенно уменьшается. Все действия старшего ребенка будут направлены на то, чтобы привлечь к себе внимание родителей. Причем малышу неважно, какими средствами, хорошим или плохим поведением. Кстати, плохое поведение встречается чаще, поскольку родители на него реагируют более бурно. Он часто обвиняет маму в недостатке внимания и любви к нему. Как следствие, у старшего ребенка развивается чувство отверженности самым родным человеком.

Что делать родителям в такой ситуации:

- Поймать благоприятный момент. Детскую ревность проще предупредить, чем с ней бороться. Для этого нужно поймать момент, когда ребенок захочет братика или сестричку. Особенно сильна детская ревность у ребят младше 5 лет. Это связано с возрастными психологическими особенностями. Дело в том, что до 3 лет для ребенка мама – самый значимый объект, от которого он полностью зависим. Она обеспечивает для него все необходимые для существования условия. У детей ближе к 4 годам возникает неосознанное желание проявлять заботу о ком-то. Если рождение младшего ребенка совпадает с данным периодом, тогда вероятность развития ревности существенно уменьшается.

● Приобщить ребенка к ожиданию. Желательно заранее подготовить ребенка к рождению младенца. Объяснить, что в животике растет и развивается малыш, который скоро появится на свет. И уже с этого времени постепенно прививать заботу о маме и будущем члене семьи. Тогда в семье будет трое единомышленников, которые будут ожидать рождения второго ребенка.

● Доверить ребенку взять на руки новорожденного. Этот момент позволяет ощутить старшему ребенку ответственность за малыша, и прочувствовать особую близость. Если ребенок еще слишком мал, можно усадить его на диван, и положить ему младенца на колени. При этом обязательно нужно контролировать процесс и объяснять, как вести себя с новорожденным.

● Заинтересовать ребенка в уходе за новорожденным. Очень часто старший ребенок ревнует маму к малышу потому, что младенцы требуют круглосуточного внимания и опеки. Из-за этого первенец ощущает себя обиженным, ведь родители не могут уделять ему столько времени, как раньше. Ревность к младшему ребенку можно исключить, если дать понять старшему, что он полноценный член семьи, которому доверяют «взрослые» дела: отнести пеленки, подать бутылочку, приглянуть за крохой во время сна.

● Важно прислушиваться к своим детям. И если старшему ребенку надоедают хлопоты за младшим, тогда необходимо дать ему возможность заняться своими делами: поиграть с игрушками, посмотреть мультфильмы или порисовать.

● Обязательно общаться с ребенком наедине. Нужно каждый день находить хотя бы один час, чтобы провести его вдвоем со старшим ребенком, почитать ему сказку, поиграть или просто поговорить. Не стоит перенапрягать первенца уходом за новорожденным. Если он устал, ему надоело, то лучше отпустить ребенка поиграть, порисовать, посмотреть мультики. В противном случае негативных эмоций не миновать.

● Сохранять справедливость по отношению к детям. В период взросления детей возникают различные ситуации, при которых они взаимодействуют. Время от времени из детской могут доноситься крики или плач. Чаще всего такие обстоятельства возникают у погодок, которые не могут поделить нужную обоим игрушку, ссорятся по этой причине или даже дерутся.

● Не стоит сразу же упрекать первенца, потому что он старше. Иногда достаточно переключить внимание малышей на любое другое занятие. А если нужно разобраться в происходящем, то делать это справедливо, чтобы ни в коем случае не обвинить невинного.

● Не сравнивать детей друг с другом. Необходимо тщательно избегать обстоятельств, которые предполагают сравнение детей, особенно в большой семье. Каждый ребенок все время сравнивает себя со сверстниками, а оказаться в чем-то последним в своей семье является для него значительной травмой. Поэтому родители должны всячески воздерживаться от сравнений, сопоставлений, и не оценивать одного ребенка выше остальных.