

Детская ревность (Часть 2).

✅ Как реагировать?

👉 Большинство родителей совершенно не готовы к любым проявлениям детской ревности, несмотря на это они должны осознавать, что все ощущения продиктованы человеку природой.

В связи с этим невозможно исключить возникшие эмоции, которые иногда нельзя объяснить или проконтролировать.

✅ Детская ревность – это одно из таких здоровых и естественных чувств, поэтому бояться ее не нужно.

✅ Проявления ревности у ребенка обуславливаются тем, что мама для него самый главный человек на определенном жизненном этапе. И бурно реагировать на них не стоит, так как родители могут только усугубить проблему.

👉 Большая ошибка родителей при рождении второго ребенка – игнорирование чувств первенца, что приводит к ухудшению ситуации. Также нельзя запрещать ребенку ревновать – он будет продолжать чувствовать, но в одиночку не сможет справиться с эмоциями.

👉 Самое главное — это научиться правильно реагировать на выражение детской ревности, недопустимо ее игнорировать и запрещать. Ребенка одолевает ураган непонятных и неконтролируемых чувств. ❑ Поэтому целью родителей должно быть обучение малыша осознавать собственные чувства, не ощущать из-за них неловкость и стыд, и в дальнейшем направить их в позитивное русло.

💡 Помочь в этом может доверительная беседа, во время которой необходимо:

- попытаться объяснить малышу, что и почему он чувствует;
- успокоить ребенка, сказать, что это совершенно естественно, и оно само пройдет;
- обязательно убедить малыша в том, что мама его любит очень сильно, и всегда будет любить.
- При правильном подходе ребенок со временем сможет управлять собственной ревностью и принять всех остальных членов семьи.

✅ Эффективные способы устранить детскую ревность

По мнению специалистов, бороться с ревностью нет смысла, потому как задание это невыполнимое. Однако уменьшить серьезные последствия этого деструктивного чувства является главной целью родителей.

Осуществить эту задачу помогут следующие практические советы:

- В первую очередь необходимо понять, что детская ревность является обязательной составляющей внутреннего мира ребенка. Поэтому нельзя ругать или упрекать малыша за проявленные чувства, тем более что они возникли из-за любви к маме.

Вместо этого нужно постараться разрядить обстановку – обнять, улыбнуться, приголубить, сказать ребенку о своей любви к нему. Нужно набраться терпения и признать, что старший ребенок ревнует и вам необходима сплоченная помощь всей семьи. Плохо, когда мама понимает, что старший ребенок ведет себя нормально для данной ситуации, а папа начинает хвататься за ремень. В результате отношения из напряженных становятся невыносимыми. И вместо сплочения идет развал семьи.

- Ни в коем случае не совмещайте появление младшего ребенка в семье и еще какие-нибудь серьезные изменения в жизни семьи. Многие родители, желая облегчить себе жизнь, отправляют старшего ребенка в детский сад как раз перед или сразу после рождения младшего. Ребенку и так сложно принять новый мир, он пытается найти себя, вновь завоевать внимание мамы, а его раз и отсылают в неизвестную обстановку к чужим людям. Некоторые психологи называют «детский сад — маленькой смертью для ребенка» не просто так. Не совершайте подобных ошибок, если не хотите усложнить себе жизнь еще больше. Здесь к проявлениям ревности может добавиться еще куча проблем со здоровьем. Причем не только потому, что ребенок будет приносить инфекции из садика.

Ребенок может начать заикаться, возможны проявления энуреза, разные тики и прочие неврологические неприятности.

- Чем более стабильная жизнь в семье – тем лучше для всех. Не следует менять место жительства, окружение. Хотя бы первые полгода в жизни старшего ребенка не должно быть новых стрессов.

- Проявления любви. Психологами доказано, что для комфортного душевного самочувствия ребенку кроме поцелуев утром и перед сном, нужно получать минимум восемь объятий в течение дня. При недостатке материнской любви ребенок будет добиваться ее всеми возможными способами. Он непременно отследит, сколько внимания уделено младшему брату или сестре, будет ревновать маму к друзьям, увлечениям и работе. Ребенок должен не только знать и слышать, что его любят, но и чувствовать это. В течение дня его нужно обнимать, гладить, прикасаться к нему, целовать перед сном и после пробуждения.

- Необходимо хвалить и поощрять помощь маме в уходе за малышом. Причем мама

должна понимать, что старший ребенок сделает хуже, чем она, но похвала должны быть гораздо больше самой помощи. И тогда, окрыленный старший ребенок будет очень стараться, лишь бы помочь. Но опять же злоупотреблять этим не стоит. Все по желанию. Уход за младшим ребенком – это желание, но не обязанность. Хочет – поощряйте, нет – не настаивайте. Помните, что ваш старший ребенок – тоже ребенок, а не нянька. И от того, что вы решили завести еще одного ребенка, он не стал взрослым. Он просто старший.

- Необходимо оставить тот жизненный уклад, который присутствовал у ребенка до появления нового члена семьи. Однако нужно придерживаться золотой середины. С рождением еще одного ребенка режим дня неизбежно меняется. Но первенца это должно коснуться в меньшей степени.

Иногда родители пытаются задобрить ревность ребенка подарками и позволением делать то, что раньше не разрешалось. Такое поведение не спасет от детской ревности, но даст возможность ребенку манипулировать родителями.

- Нужно всячески содействовать сближению членов семьи между собой. Продумывать общие дела и совместный отдых.

- Устраивайте диалоги с малышом. Так же как вы делали, пока младший ребенок был в животике, продолжайте и после рождения. Старший что-то говорит малышу, а вы за него отвечаете. Очень интересная и веселая может быть игра. Полезно и тому, и другому.

- Все покупки для детей должны дублироваться. Нельзя купить что-то младшему и забыть про старшего. Вам этого не простят!

- Следует приучать ребенка говорить о своих эмоциях. Очень часто детская ревность становится скрытой. Необходимо договориться, что, если ребенок почувствует какое-то недовольство или несправедливость, то должен сообщить о своих опасениях.

Правда, большинство детей не осмеливаются начать подобный разговор, для этого им нужно помочь. Обычно применяется метод бесед – задаются вопросы и постепенно выясняется, все ли хорошо у ребенка, о чем он переживает в данное время и не скрывает ли внутренней обиды.

- Будьте проводником в ситуациях ссор. Не оставляйте без внимания разборок между детьми. Не судьей, а именно посредником, переводчиком и примирителем. Дайте высказаться обеим сторонам и принять решение, которое устроит двоих. А после

необходимо обняться и провести ритуал примирения – «миришь, миришь, миришь и больше не дерись...» Ну или что-то индивидуальное для вашей семьи.

- Защищайте старшего ребенка от младшего. Как бы странно это не звучало. В большинстве случаев, когда ссорятся дети, родители встают на сторону младшего. И старший становится всегда виноватым. А на самом деле, ваш старший ребенок уже умеет более-менее взаимодействовать (если вы, конечно, занимались этим вопросом и у вас не погодки). Он уже понимает, что можно, что нельзя. А вот младший только прощупывает почву, может нападать и драться, проверять границы и, конечно же, делать больно братику или сестренке. Вы устанавливаете границы дозволенного. А у старшего есть ощущение того, что родители его продолжают любить и могут защитить. А это делает его более терпимым и благородным по отношению к младшему.

- Поощрять правильное поведение, например, похвалой, контактом.

- Никогда не сравнивайте детей друг с другом и не устраивайте соревнований. Забудьте такие фразы, как: – «а вот ты в этом возрасте еще не умел, а вот у Кирюши лучше получается и т.д.» У детей даже мысли не должно быть о том, чтобы соревноваться.

- Не водите детей в одинаковые секции. Это, безусловно, удобно, особенно, если дети одного пола и близкие по возрасту. Но! Физическое развитие старшего ребенка почти всегда будет опережать развитие младшего. Да и медаль за первое место у одного и отсутствие медали у другого надолго испортят жизнь всей семьи.

Заключение

👉 Детская ревность – «быстроизлечимое» явление. Ее можно вытеснить только любовью и доверием. С большинством детей можно «договориться», объяснить ситуацию с уходом за малышом, привлечь к процессу.

!!!! Важно, чтобы все это исходило от матери, а не через посредников в лице бабушек, тетей или даже отца.

👉 Если старший ребенок не просто слышит рассказ, что мама его любит, а сейчас ей просто необходимо больше внимания уделять маленькому, а чувствует, что его действительно любят, то проблема ревности отпадет сама собой.

 Советы можно еще давать и давать, но хочется выделить основную мысль:



«Главная задача родителей, также как и работа психолога при консультировании семьи – сплотить родителей и сплотить детей.»

👉 Крепкой семья становится тогда, когда горизонтальные связи (муж-жена и ребенок-ребенок) сильнее вертикальных (мама-сын, папа-дочь). В этом случае и родители счастливы и дети дружны.

Инструментов для этого предостаточно, выберите для себя те, которые более близки Вам, Вашей семье. И тогда никакая ревность не сможет испортить отношения ваших детей.

С появлением второго ребенка, Вы становитесь руководителем организации. И от Вашей мудрости будет зависеть то, станет ли она процветать или окажется банкротом!