

# Детская ревность

Радость, которую испытывают взрослые, узнав, что они второй или третий раз станут мамами и папами, не всегда готовы разделить с ними их дети. Далеко не всегда старший рад появлению младшего братика или сестры. Он не хочет делиться любовью и заботу родителей с кем - то еще, начинает ревновать, и эта детская ревность носит разрушительный характер. Страдают все и родители, и сам маленький ревнивец. Проблема эта ненадуманная, она касается большинства семей с детьми.

Чаще всего ревность появляется у детей которым еще не исполнилось 5 лет. Ребенок привык быть в центре внимания, искренне полагает, что в семье он самый главный, а потому появление новорожденного, вокруг которого немедленно начинается вся жизнь родителей, очень обижает малыша. Он перестает чувствовать себя в безопасности. У ребенка развиваются страхи.

Криком и плачем, а также нарочито плохим поведением он старается защитить личное пространство и выразить свой протест. Появление ревности при рождении второго или последующих детей у старшего малыша могут проявляться в форме частых капризов, агрессии. У первенца повышается уровень тревожности, могут нарушиться аппетит и сон. Некоторые особо впечатлительные детки могут остаться замкнутыми. Реже – старшие дети «впадают в детство», регрессируют, начинают сюсюкать и просить соску, погремушки или даже начинают снова писаться в штаны. Как бы ни готовилась мама и папа к возможным проявлениям детской ревности, обычно она заставляет взрослых врасплох. И адекватно реагировать они способны не всегда. В первую очередь важно помнить, что бояться детской ревности не нужно, поскольку она совершенно естественна для детей. В большей степени ревности подвергаются мальчики. У девочек более развит материнский инстинкт, и они любят о ком – то заботиться, быстрее понимают младшенького и менее агрессивно требуют внимания и ласки. Мальчики ревнуют самозабвенно, с головой уходят в этот процесс. Наиболее велик риск возникновения детской ревности между однополыми детьми. Ревность старшего к младшему не нужно запрещать или игнорировать. Лучше всего побеседовать с ребенком, рассказать ему, как здорово что у него теперь есть брат или сестра. Пообещать уделять ему больше внимания и времени. Пусть у вас будет свое время, когда кто – то из домашних займется малышом, а вы будете в это время принадлежать только старшему ребенку.

Но полностью преодолеть детскую ревность нельзя, но можно уменьшить и снизить количество ее проявлений, если приложить больше любви и заботы.

## Детская ревность - как реагировать?

Лучше всего убедить ребенка в отсутствии необходимости выбора между тем, чтобы о нем заботились, и тем, чтобы быть независимым: одно другому не мешает, и он может получить и то, и другое. Нужно будет показать, что его ревность необоснованна, поскольку он может вести себя как более взрослый и при этом сохранять с вами близкие отношения, а его братик или сестричка пока еще не такие большие, чтобы наслаждаться своей независимостью.

Во-первых, самое полезное для ребенка - это если вы начнете свой ответ с признания его чувств, а не будете с ходу отмахиваться от проблемы. Вместо того чтобы сказать: «Я не провожу с Павликом больше времени», - лучше ответить: «Спорим, что ты расстроен, потому что считаешь, что я много возжусь с Павликом. Хорошо, что ты поделился своими чувствами, так что теперь мы придумаем, как нам выйти из этой ситуации».

Ребенок поделится чувствами охотнее - как в этой, так и в других ситуациях, - если вы признаете его чувства искренними и волнующими вас.

Во-вторых, ваша задача - показать старшему ребенку, что эта проблема решаема, и когда вы найдете решение, он станет проводить с вами больше времени, оставаясь взрослым. Вот несколько средств, как этого добиться:

Выкраивайте время для того, чтобы провести время с сыном или дочерью наедине, пока кто-нибудь из взрослых (супруг, родственник, няня) присматривает за младшим.

Иногда забирайте ребенка из сада, чтобы пообедать с ним вместе, пока ваш младший гуляет с бабушкой. Это весьма эффективное средство, которое поможет старшему ребенку почувствовать особое внимание к себе.

Предоставьте старшему ребенку привилегию идти спать позднее, тогда вы сможете провести время вдвоем, и вас ничто не будет отвлекать. Или разрешите старшему ребенку один раз в неделю лечь позже обычного и как-то по-особенному провести это время с вами.

Используйте малейшую возможность провести время со старшим ребенком (пока малыш спит, играет с кем-то или смотрит детскую телепередачу). Скажите старшему ребенку, что вы хотите провести это время с ним.

Чаще напоминайте ему, как вы гордитесь тем, что он такой взрослый, но вы все-таки хотели бы, чтобы он не стеснялся в проявлении нежности!