****

В семье родился новый малыш. И первенцу приходится сменить титул "Единственного" на более скромный "сестра" или "старший Брат". Для маленького, еще во многом неуверенного человечка это настоящая катастрофа. Ребенку кажется, что, став снова младенцем, он сможет "все вернуть". Хотя это отнюдь не единственное проявление детской ревности.

***Перечислим 10 самых распространенных мифов о детской ревности.***

**Миф 1.** Самое большое заблуждение родителей, ожидающих второго малыша, - уверенность в том, что детской ревности удастся избежать. Сгладить, может быть, но чтобы ее не было совсем, почти невероятно. "Проявление детской ревности - явление нормальное и здоровое. Ревность возникает оттого, что дети любят. Если они неспособны к любви, то не проявляют ревности", - писал Дональд Вудс Винникотт, всемирно известный детский психиатр и психоаналитик. Ребенку нужно помочь избежать чувства вины за свою ревность, враждебного отношения к новорожденному. Не делайте вид, будто ничего не замечаете, лучше поговорите об этом и объясните, что вы понимаете его чувства и не станете ругать за ревность, поскольку знаете, что она скоро пройдет. Выдайте ребенку "лавры в кредит", хвалите его много и преувеличенно. Если в тебя верят, так хочется оправдать ожидания! Ребенок должен пройти через чувство ревности, причем самый тяжелый момент, когда в доме появился "конкурент" и старший понял, что это надолго. Детская ревность может быть сильнее, если дети однополые или старший ребенок - мальчик. Это неудивительно, ведь девочки испытывают подсознательную потребность заботиться о маленьком, а значит, их легче вовлечь в уход за ним. Со временем, если родители помогут, сглаживая и прощая острые моменты, дети справятся со своими чувствами и станут преданными друзьями и поддержкой друг для друга.

**Миф 2.** Самое худшее проявление детской ревности - открытая агрессия. Открытое проявление ревности-агрессии ("Не надо сестренки, унесите ее назад!") не так уж плохо, если разобраться. Гораздо сложнее увидеть и понять, как малыш страдает, когда внешне все благополучно. Если старший говорит, что любит маленького, но начинает болеть, например, просыпаться по ночам и плакать от страха или исподтишка, когда никто не видит, под прикрытием нежностей старается причинить младшему боль: укусить под видом поцелуя или придушить в объятиях. Понаблюдайте за старшим, возможно, он стал чаще грустить и хуже учиться в школе или у него неожиданно усилился давно забытый диатез. Он "спрашивает" у вас, любите ли вы его, как прежде. Попробуйте объяснить ребенку, что с появлением второго малыша на свет рождается и еще одна любовь, а вовсе не нужно делить ту, что уже есть. Если разница между детьми невелика, старший еще мал, ему намного труднее выразить то. что он чувствует. Скорее всего, кроха вообще не может разобраться в своих чувствах и понять, что же происходит. Можно поговорить с ним на эту тему в духе активного слушания. "Ты очень злишься на сестренку, тебе даже хотелось бы, чтобы ее опять не было..." С паузами, давая ребенку если не высказаться, то хотя бы осознать свои чувства. А "выслушав", повернуть эмоции в позитивное русло и в процессе разговора вывести кроху на то, как мама его любит. Можно рассказать сказку про малыша, у которого родилась сестренка, он думал, что она всегда будет маленькой, а она выросла и стала с ним играть, очень его любила. И хотя вначале он сильно злился, думал, что мама больше его не любит... и т.д.

**Миф 3.** Можно избежать детской ревности, заранее подготовив ребенка. Но иногда эффект бывает прямо противоположным. Ревность появляется еще при "подготовке": малыш начинает демонстрировать гиперпривязанность к родителям, не сходит с маминых рук, постоянно пытаясь привлечь к себе внимание, заявляет, что "лялю не надо". Подходить к этому вопросу нужно очень осторожно, учитывая, каков именно ВАШ ребенок, что подойдет ему. В любом случае, если вы решили "готовить", не говорите ему, что у него появится товарищ по играм. Малыш очень удивится, увидев пищащий комочек, вместо такого же, как он, карапуза. Расскажите, как выглядит новорожденный, покажите фотографии, где он сам был маленьким, а потом рос и учился сидеть, ходить и т.д. Как много уделяли ему внимания, учили разным премудростям, а теперь вы вместе научите этому его брата или сестричку. Если вы решили отдать старшего в детский сад, перевести в другую комнату, отнять от груди и прочее, лучше сделать это за несколько месяцев до появления брата или сестры. Но здесь также важно соблюдать осторожность, не все дети готовы к поступлению в детский сад. Рекомендуем ознакомиться со статьей ﻿как определить готов ли ребенок к детскому саду?

**Миф 4.** Нужно оберегать младшего от старшего, чтобы из ревности он не смог нанести вред. Иногда полезно, наоборот, "защищать" большого от маленького, например сказать трехмесячному малышу. "Не тяни брата за волосы, ему ведь больно!" (Старший поймет, что за него вы тоже беспокоитесь.) Отведите старшему "свой уголок", куда нельзя младшему (без разрешения хозяина), не стоит настаивать, чтобы он отдал маленькому свои игрушки и кроватку и т.п. "Ты ведь уже не играешь этими игрушками!" Представьте, если бы кто-нибудь сказал вам: "Ты ведь уже не читаешь эти книги, да и за компьютером сейчас не работаешь... Давай отдадим". Наверное, было бы не очень приятно. Уважайте собственность и интересы каждого из детей. Скажите старшему что-нибудь типа: "Я маленькому запретила тебя обижать, и ты тоже его не обижай!" Не спешите передать младшему "ласковые слова", которые раньше принадлежали старшему: "малыш", "солнышко мое", "котеныш". Лучше придумайте новые для маленького человечка.

**Миф 5.** Между детьми нужно делить все поровну; время, игрушки, поцелуи и т.д. Обычно добиться этого практически невозможно: самому маленькому, как правило, уделяется больше тепла и заботы. Это происходит на подсознательном уровне. Стараться никому не отдавать предпочтение, конечно, нужно. Но речь не о потребительском равенстве: пять минут одному, значит, столько же и другому. Важно, чтобы старший знал и имел подтверждения тому, что его место в сердцах родителей все еще принадлежит ему, чтобы он не чувствовал себя лишним, обделенным. Даже если вы заняты, поддерживайте с ребенком контакт. Любящий взгляд - один из главных источников эмоционального питания. Потискайте и потузите его, обнимите покрепче, расскажите сказку. Довольно часто ребенку в семье навязывают какую-то психологическую роль, особенно опасно это, когда детей в семье двое, потому что роли никогда не бывают одинаковыми, они разные, даже противоположные: трудяга и лентяй, весельчак и угрюмый, педант и растяпа, любимица и Золушка. Постарайтесь этого избегать, помогите малышам организовать игры так, чтобы они время от времени менялись ролями. Ребенку нужно время, что бы осознать свои чувства.Бывает, детей сравнивают, подчеркивая недостатки одного и достоинства другого: "Бери пример с брата!", "Посмотри, какая сестренка послушная!''. Это, конечно, усугубляет чувство ревности, враждебности между детьми. И близнецы не бывают одинаковыми, а тем более обычные брат и сестра: разные по внешности, темпераменту, реакции, интересам. То, что не составляет труда для одного, вырастает в проблему для другого. Нет смысла сравнивать двух разных людей. Как бы ни старался ребенок выполнить строгий мамин наказ, не сидеть с уроками больше часа, он не в состоянии это сделать. Ему для уроков нужно полтора, а то и два часа. И бесполезно ставить в пример брата, который с домашними заданиями управляется за полчаса. Разные у них темпераменты.

**Миф 6.** Если ребенок себя плохо ведет, например изводит и обижает своего брата или сестру, его нужно наказать. Как часто, когда мы особенно измотаны, у нас проблемы на работе и т.д., дети начинают вести себя очень плохо. А поскольку ближе всех оказывается брат или сестра, хаос разрастается как снежный ком. Первый порыв: наказать виновного, может быть, даже нашлепать. Но иногда полезно остановиться и спросить себя: "Что он хочет сказать своим поведением?" Обычно ребенок задает свой вечный вопрос: "Ты меня любишь (все еще, сейчас, после того как...)?" Росс Кэмпбелл, детский психиатр, писал: "Когда один сын начинает изводить другого, для нас с моей милой женушкой это один из первых сигналов, что эмоциональный резервуар детей необходимо пополнить". Если вместо того, чтобы удовлетворить насущную потребность ребенка в проявлении любви и внимания, наказать его, он, скорее всего, станет вести себя еще хуже.

**Миф 7.** Чтобы быть справедливыми, нужно выяснить, кто виноват (в ссоре, драке и т.п.), после чего и наказать задиру.

Если дети ссорятся, остановите их. Не всегда стоит допытываться, кто виноват в случившемся, тем более следует пресечь, если кто-то пытается ябедничать. "А Маша сказала... А Бася сломал..." Услышав несколько раз в ответ: "Ну, сказала, а жаловаться зачем? Сломал, попробуйте вместе починить, а я приду посмотрю..-" - дети постараются наладить все сами. А вы подайте пример компромиссного решения конфликта. Научите малышей играть вместе и чаще давайте им общие поручения, пусть один только веревочку держал, но хвалите обоих за выполненное дело. Избегайте наказания одного ребенка в присутствии другого, лучше сгладить конфликт. Старший брат не дает мячик, мама спешит на помощь: "Не можешь уступить маленькой сестренке. Вон какой вымахал и не понимаешь. Не плачь, иди ко мне, не дадим мяч этому противному мальчишке". Лучше скажите: "Смотри, как братик мяч бросает, не плачь, он тебя тоже научит. Научишь? А ты не капризничай, а то как же учить?"

**Миф 8.** Все делать вместе. Больше бывать наедине с каждым из детей. Универсальный совет тут вряд ли существует. Придется попробовать и то, и другое и опытным путем выяснить, что же "действует" в вашей семье, что гасит чувство ревности между детьми. По мере их взросления все больше разнятся и интересы, поэтому не нужно бояться, записав их в разные кружки, а иногда проводить время с каждым отдельно: с одним сходить на концерт, а с другим на футбольный матч.

**Миф 9.** Предметом гордости первенца должно стать то, что он "старший". Некоторым детям действительно очень нравится ощущать себя "почти взрослыми": "Мне уже можно... а это только для маленьких" или "Он ничего еще не умеет, а я маме помогаю". Поэтому подчеркнуть преимущества возраста иногда не помешает. Но не перегните палку, ведь о маленьком больше заботятся, оберегают, и часто старший считает, что его "взрослость" - источник всех несчастий, будь он меньше, ему уделяли бы так же много внимания. Позволяйте ему иногда побыть маленьким, ведь, какое бы поведение он вам ни демонстрировал, это все еще ребенок. Иногда полезно говорить о маленьком в такой модальности, как, например, про игрушку или личное достижение старшего, подчеркивая, что сестренка "у него" ("Какая хорошая у Пети сестренка"). Рано или поздно должно взыграть чувство законной гордости, и ребенок почувствует, что это не столько мамина дочка, сколько его сестра.

**Миф 10.** Старшим может заняться бабушка, няня или кто-то еще. Часто на помощь мамам спешат бабушки, иногда даже забирают "пожить к себе, пока маленький подрастет". Старший ребенок при этом "купается во внимании", - но с другой стороны, чувствует оторванность от семьи, свою ненужность. Такое общение, как правило, не может компенсировать любви и заботы родителей. Когда ребенок "возвращается в семью" приходится наверстывать упущенное. Иногда образовавшийся разрыв преодолеть бывает очень трудно. Лучше справиться с проблемами всем вместе. С двумя детьми понадобится вдвое больше такта, терпения и изобретательности, но и радостей, и удивительных открытий вас ждет вдвое больше.

Анварова Зульфия Радифовна, педагог-психолог.

По материалам: http://www.bliznyata.ru