

ПОГОВОРИМО ПРО ДИТЯЧІ РЕВНОЩІ

Здебільшого перша дитина - це дитина любові, і батьки навіть не замислюються над тим, чи готові до її народження. Найчастіше перша дитина народжується у перший рік подружнього життя. Але минає кілька років, і подружжя планує народження другої дитини. Це величезна радість для мами і тата. А як усе сприймає ваша старша дитина? Для неї це непередбачена подія. Адже тепер потрібно ділитися із братиком чи сестричкою своїми іграшками, своїм життєвим простором, телевізором, а найголовніше— любов'ю батьків.



Зі старшою дитиною починає діятися щось незрозуміле. Спочатку вона сприймає немовля як нову іграшку: її цікаво торкнутися, воно таке малесеньке, кумедне. Але за деякий час ви помітите, що все змінилося. Вашому первістку стало зрозуміло, що немовля влаштувалося на його території назавжди. При цьому малюк багато спить, часто плаче або лежить весь час у мами на руках, усі розмови тільки про нього,

нові речі, іграшки, всі лагідні слова — тільки йому.

Що молодша старша дитина, то відвертішими будуть у неї прояви ревнощів. Деякі діти стають агресивними щодо немовляти, але ще частіше — щодо батьків, які так несправедливо, на думку дитини, вчинили з нею.

Інші діти починають навмисно копіювати поведінку немовляти, щоб перевірити, чи так само, як і раніше, дорослі люблять їх. Найчастіше проявами такої стратегії є енурез, смоктання пальців, погризені нігті, постійне скиглення. Головне для маленького ревнивця — привернути до себе увагу батьків, нехай навіть негативну. Не лайте дитину, якщо вона робить дурниці. Не варто карати її за мокрі штанці, адже, схоже, ваш первісток страждає. Він страждає без вашої любові та уваги. Усіма своїми діями він ніби говорить: «Я теж маленький! Я боюся, що ти мене розлюбиш. Мені бракує твоєї уваги!». Найскладніший період для появи другої дитини — це коли старшій дитині три роки. Здавалося б, вона стала трохи дорослішою, однак цей час збігається із кризою Трьох років, коли дитина починає віддалятися від мами і звикати до соціуму. Криза супроводжується проявами негативізму та агресивності. І коли на неї накладається ще й народження другої дитини, то, безперечно, труднощів у поведінці не уникнути.

Важливо пам'ятати, що дитячі ревнощі легше попередити, ніж із ними боротися. Фізичні потреби новонародженого, безумовно, треба задовольняти, але водночас не менш важливо зважати і на емоційні потреби старшої дитини. Намагайтеся якомога більше приділяти часу своєму ревнивцеві, спілкуйтеся з ним, радьтеся, разом радійте новим досягненням меншого братика чи сестрички.

Запасіться любов'ю, терпінням, пам'ятайте, що повністю уникнути ревнощів не вдасться, але можна звести їх до мінімуму. Щоб не провокувати спалахів дитячих ревнощів, дайте зрозуміти своєму старшому, що, як і раніше, любите його. Любов виявляйте найрізноманітнішими способами: хваліть дитину, приділяйте їй час і увагу, даруйте маленькі подаруночки, обіймайте, цілуйте, беріть на руки. І обов'язково просіть допомоги доглядати немовля.



З ентузіазмом пропонуйте: «А от зараз ми разом із тобою...», — ніби йдеться про дуже цікаву справу. Звісно, дівчатка схильні до ранніх виявів материнства, однак не варто недооцінювати й допомогу хлопчиків. Якщо дівчатка більше схильні копіювати матір і вчитися у неї, «як треба робити», то із хлопчиками потрібно радитися, запитувати про їхню думку — так вони переймають роль старшого, помічника, чоловіка, який контролює ситуацію. Дуже важливо дати старшій дитині пишатися своєю «зрілістю». Розмірковують разом із нею про незручності дитинства й переваги «дорослого» життя порівняно з новонародженим (вона вже може піти погуляти з однолітками, ходити до школи, дивитися «дорослі» фільми). Мрійте разом зі старшою дитиною (чи дітьми) про те, що буде, коли малюк підросте: як із ним можна буде разом пограти в ляльки чи футбол, поїхати всією сім'єю подорожувати, як цікаво буде всім разом повести його в перший клас...

Ось декілька порад, як спрямувати дитячі ревнощі в потрібне річище:

1. Не забувайте про те, які важливі для вашого первістка звичні ситуації. Не



припускайтеся небезпечних помилок: не віддавайте кімнату старшого, його ліжечко чи іграшки малюкові. Якщо раніше ваше перше дитя на ніч завжди слухало казку або мало інший звичний ритуал відходу до сну та прокидання, обов'язково дотримуйтеся його і далі. Пригадайте всі звичні традиції і, якщо можете, зберігайте їх.

2. Не забувайте, що ваше старше дитя теж іще маленьке. Порівняно з немовлям, старша дитина здається вам Гулівером. Але хоч як вона виглядає, і в три роки, і в п'ять залишатиметься маленьким дитям, і так само потребуватиме вашої уваги, розуміння, лагідних слів, обіймів, поцілунків. Боріться з інстинктивним бажанням вимагати від старшого постійної допомоги у догляді за молодшою дитиною, намагайтеся залучати його тільки при справжній потребі, заздалегідь домовляйтеся про допомогу, не відривайте від улюблених мультиків, ігор, не робіть зі старшої дитини няньку.

Уникайте команд і вчинків, що сигналізують: «Відійди», «Не чіпай». Довіряйте молодшу дитину старшому. Заохочуйте обійми і прояви любові. А якщо боїтеся за крихітку, навчіть старшого проявляти свою любов безпечним способом: наприклад, посилати «повітряні» поцілунки, гладити рученята, животик.

3. Дайте маленькому ревнивцеві доручення, яке виконуватиме тільки він. Наприклад, вибирати шкарпетки для немовляти, тримати його речі, поки ви вдягаєтеся на прогулянку, або співати йому перед сном пісеньку. Ці доручення мають бути приємними. Не намагайтеся надолужити брак спілкування з первістком, поки молодший спить. Старший усе одно це зрозуміє. Усвідомлення того, що до нього виявляють увагу за залишковим принципом, ображає.

4. Розподіліть із чоловіком час, який ви проводите з кожним малям. Двоє батьків — двоє дітей. Тато може піти зі старшим у цирк або театр, поїхати на екскурсію. Робіть разом із чоловіком усе можливе, щоб старше дитя не почувалося забутим. Зрештою, нагадайте маленькому ревнивцеві, що у нього є переваги. Його молодший братик або сестричка не можуть співати, танцювати чи бігати, їздити на велосипеді. Крім того, немовлятам не дозволяють їсти морозиво і шоколадні цукерки, дивитися мультики. Тут уже справді нема чому позаздрити — одне й те саме: пелюшки, памперси, соски!

Сприйняття першою дитиною народження другої залежить від батьків. Якщо вони висловлюють свою любов, разом готуються до народження братика чи сестрички, ця звістка буде радісною. Хочемо наголосити — основним батьківським завданням є допомогти дитині зрозуміти, що народження братика чи сестрички не означатиме для неї втрату чи зменшення батьківської любові. Саме тоді багатьох проблем, зокрема і дитячих ревнощів, можна уникнути.

