

Как бороться с детской ревностью?

Самый эффективный метод вернуть ребенка в «семью» - восстановить его уверенность в том, что он все также нужен и любим. Сделать это можно самыми разнообразными способами в зависимости от того, почему он ревнует и как это демонстрирует.

1. **Профилактика.** Чтобы детская ревность была минимальной, попробуйте использовать метод подготовки к будущему ребенку. Для этого можно показывать ребенку фото, когда он был еще совсем малышом, рассказывать о нем, что он тоже был маленький, ничего не умел, но со временем научился. И обязательно дополнив то, что у него не было такого замечательного брата (сестры), который помог бы ему научиться всего быстрее и веселее.

2. **Качество общения.** Естественно, с появлением другого ребенка, уделять время старшему (или уже имеющемуся), так как это было ранее, сложно. Поэтому постарайтесь перевести количество в качество. Можно выделить временной промежуток, когда ничего не будет мешать вашему общению. Пусть это будет только ваше время. Общение в это время должно быть максимально открытым и доверительным.

3. **Реальный взгляд на роль старшего ребенка.** Главная задача родителей сделать старшего ребенка помощником, а не нянькой. При поручении ему незначительных мелочей важно преподносить их с ответственным видом, при этом поощряя ребенка за инициативность и помощь. Здесь очень важно, чтобы ребенок чувствовал свою нужность и важность.

4. **Умение слушать и разьяснять.** Выделите время, чтобы внимательно выслушать ребенка, его чувства по отношению к сложившейся ситуации. Донесите до него то, что видите, что с ним происходит, и понимаете почему. Если ребенок не идет на контакт, используйте метод активного слушания: проговорите все его чувства вслух. Даже если он не заговорит – он вас услышит и осознает озвученные вами ощущения.

5. **Выгоды «старшинства».** Напомните ребенку, что у него есть не только обязанности перед младшим, но и преимущества. К примеру, играть на компьютере, смотреть мультфильмы, есть мороженое, играть самому во дворе и т.д.

6. **Пресечение агрессии.** Следите за поведением обоих детей, не позволяя им обижать друг друга. Младшему тоже важно объяснять, что обижать старшего нехорошо. Не наказывайте и не поощряйте одного ребенка в ущерб другому – находите компромиссы.



Детская ревность - это вполне нормальное, закономерное чувство. Ребенок должен через него пройти. В Ваших же силах – помочь ему пройти через него безболезненно для себя и окружающих. Понимайте своего ребенка, проявляйте свою любовь к нему – и все будет хорошо!

Государственное учреждение образования
«Сморгонский социально-педагогический
центр»

Как справляться с детской ревностью



Сморгонь

Каждая семья, где есть дети, рано или поздно сталкивается с **проблемой ревности у ребенка**. Механизмы развития детской ревности очень сложны, не похожи на взрослые. И недооценивать детскую ревность, игнорировать её никак нельзя, поскольку она может стать причиной глубоких душевных травм, которые проявятся, когда ребёнок станет взрослым.

Детская ревность всегда вызвана страхом быть нелюбимым, незащищённым.

Детская ревность — это крик о помощи, который игнорировать нельзя, поскольку это чревато тяжёлыми последствиями для психики ребенка.

В большинстве случаев детская ревность встречается у детей до 5 лет. Они соперничают с братишками и сестренками, папой или отчимом, пытаясь привлечь к себе максимум внимания с маминой стороны. Особенно это касается детей, растущих с раннего детства в неблагополучной семье или вне семьи, которые с раннего возраста уже были лишены самого главного и важного.

Проявления детской ревности обычно сопровождаются:

- ✚ капризами, постоянными упреками, что мама его недостаточно любит;
- ✚ «регресс в развитии»: ребенок может просить молоко из бутылочки, начать сосать пустышку, даже писаться в кровать и просить надевать ему подгузники и т.п.;
- ✚ агрессией на второго ребенка или взрослого, который отбирает материнское внимание (причиняет вред «конкуренту»: щиплет, дергает за волосы, ломает или прячет его вещи и игрушки);
- ✚ замкнутостью в себе и действиями наперекор родителям;
- ✚ всевозможными прихотями, которые выступают как средство борьбы за внимание мамы;
- ✚ негативной реакцией на похвалу при нем других детей или взрослых.



К явным проявлениям ревности у детей относятся такие **поведенческие реакции**:

- агрессивность;
- гиперактивность;
- невротические реакции.



На то, что ребенок переживает ревностные чувства в себе, указывают следующие **признаки**:

- ❖ тревожность;
- ❖ смена настроения;
- ❖ уход от самостоятельности;
- ❖ ухудшение здоровья.

Важно! Ревность ребенка – это его переживания и эмоции, которые он может унести с собой во взрослую жизнь, тем самым сильно ее усложнив. Потому она не должна остаться незамеченной.