

Ревность братьев и сестер: что делать?

Почему дети ревнуют друг к другу, стоит ли их за это ругать и что делать, чтобы они конфликтовали меньше.

Принято считать, что братья и сестры обязательно должны любить друг друга, что один всегда может положиться на другого. Однако в реальности отношения могут развиваться иначе.



В большинстве случаев ревность и соперничество между братьями и сестрами вызвано желанием добиться похвалы, одобрения и доказательств родительской любви. Особенно сильно страдают от ревности первенцы, так как более или менее продолжительное время они жили, пользуясь безраздельным вниманием мамы и папы.

Часто ревнивый ребенок бывает не уверен в себе, испытывает страх, что его совсем не любят или ценят меньше, чем другого. Именно поэтому к нему нужно относиться как к человеку, который переживает тяжелый период. Ошибка думать, что он ведет себя так назло всем, вдруг стал капризным, надоедливым и раздражительным.

Как любому человеку в сложный период жизни, ребенку требуются заверения в родительской любви и в том, что он всегда может на них положиться. Наказывать детей за подобное поведение неправильно, это лишь подтвердит его опасения, что ему любят недостаточно. Что ему по-настоящему нужно, так это ласка, забота и понимание родителей, которые могли бы мягко дать понять, что не всегда его поведение приемлемо. Если же ребенка лишить возможности проявлять свою ревность открыто, он станет подавлять эти эмоции и никак не выражать, но хватит его ненадолго. Высока вероятность, что в следующий раз ревность даст о себе знать в более опасной форме.

Чего делать не стоит?

Наказывать ребенка. Он воспримет это как сигнал, что ревновать нельзя (следовательно, его чувства никто не признает и не принимает), и ему от этого станет только хуже. Кроме того, ребенок может сделать вывод, что побеждает тот, кто сильнее, и что с помощью агрессии можно добиться своего. Ссоры между братьями и сестрами неизбежны. Практически не бывает семей, в которых дети жили бы в любви и согласии и никогда бы друг с другом не конфликтовали. Родители должны осознавать это и не надеяться, что их дочери и сыновья всегда будут ладить. Рассчитывать на это – значит ждать от своих детей слишком многого.

Отношения братьев и сестер всегда начинаются как соперничество, а более глубокие родственные чувства приходят позже.

Правила семейного порядка:

- ✓ Важно, что бы каждый ребенок знал, в чем его индивидуальность и чувствовал свою ценность и уникальность для обоих родителей;
- ✓ Уделяйте всем детям одинаковое внимание и в равной степени их хвалите. Любовь к одному ребенку не должна уменьшать любви к другому;
- ✓ Проводите время не только с ними вместе, но и наедине с каждым.
- ✓ Если вы не видели, что произошло между детьми и с чего началась ссора или драка, не вставайте на чью-либо сторону. Скажите, например: «Неважно, кто начал первым, у нас в семье есть правило: не драться».
- ✓ Старайтесь искать решение проблемы, а не виноватого.
- ✓ Установите четкие правила, объясните, что разрешено, а что запрещено, в том числе во время ссоры. Например, нельзя ничем бросаться друг в друга, драться.
- ✓ Поощряйте попытки детей решить проблему самостоятельно: «Мне жаль, что так произошло, но я уверена, что вы можете найти выход из положения без меня». Если же причиной ссоры стала игрушка, лучше ее забрать со словами «Я вижу, у вас не получается играть в эту игру не ссорясь, так что я верну ее вам завтра».
- ✓ Часто ревнивые дети убеждены в том, что они никому не нравятся. И задача мамы и папы – увеличить уверенность ребенка в своих силах, проявляя свою любовь к нему, хваля его, уделяя ему внимание. Отмечайте его достоинства и достижения, а не делайте акцент на недостатках и плохом поведении.
- ✓ Перестаньте сравнивать детей: подчеркивая их различия, вы лишь усугубите положение и подхлестнете их к соперничеству.
- ✓ Не ругайте и не отчитывайте ребенка за его неприязнь к брату или сестре. Он должен иметь возможность поделиться своими страданиями и даже выразить свой гнев. Дайте ему почувствовать, что вы его понимаете и признаете его сложности.
- ✓ Не берите на себя роль полицейского или судьи: не защищайте одного из детей, когда они ссорятся. Родители вправе выслушать жалобы, но не выносить приговор. Иначе «жертва» воспользуется этим в будущем.
- ✓ Не стоит заставлять одного ребенка все время «подстраиваться» под другого, мотивируя это тем, что старшие и сильные должны уступать младшим и слабым.
- ✓ Братья и сестры не обязаны проводить все время вместе, у каждого из них могут быть свои интересы, свои друзья. Поощряйте это.