**Детская ревность**

***Что делать если старший ребенок ревнует к младшему?***

Для детей возраст старшей начальной школы является тем периодом, когда они особенно остро переживают ревность и конкуренцию по отношению к младшим братьям и сестрам. Это происходит потому, что они озабочены тем, чтобы разнообразными способами показать, что способны на ревность! Такой тип ревности - один из наиболее часто встречающихся.

Давайте посмотрим, почему это так и что можно с этим сделать.

***Что скрывается за детской ревностью?***

На этом этапе ребенок уже достаточно большой и смышленый, чтобы задумываться о том, что происходит дома в его отсутствие, и ему неприятно отчуждение. На самом деле ревность могла у него зародиться, когда они с братом были младше, но до сих пор он не умел проговаривать свои чувства и объяснять их вам. (Не забывайте, что развитие происходит в едином непрерывном течении; одни дети доходят до ключевых событий жизни раньше, другие позднее. Вы должны смотреть на этот процесс как на нормальный, естественный и неизбежный).

Ничего нет странного в том, что старший брат или сестра ревнует, когда он должен идти в школу, а мама с младшим ребенком остаются дома. Вообще, по мере того как старший ребенок становится все более независимым, внутри у него назревает конфликт. Ему нравится быть большим, но в то же время он отчасти лишается той близости, которую чествовал с мамой или папой, когда был гораздо младше.

Оценивая такие близкие отношения между родителем и братиком или сестрой (малыши бывают с родителями больше; они чаще ласкаются и нежатся; они плачут, и поэтому их приходится утешать), старший ребенок может почувствовать ревность и даже легкую тревогу: не любите ли  вы младшего брата больше, чем его?

Суть конфликта - *желание повзрослеть, но удержать близкие отношения, какие сейчас складываются у родителей с младшим ребенком.* Вот корень ревности и этого вопроса.

 Борьба, которая затянется на несколько лет и достигнет апогея в подростковом периоде, когда ребенок окажется на пороге взрослой жизни. Если вы сейчас поможете ему преодолеть этот конфликт в первый раз, в будущем все подобные ситуации уже не будут столь болезненными и будут решаться мирным путем.

Но для начала задайте себе следующий вопрос: *дарите ли вы старшему ребенку столько нежности и ласки, сколько ему нужно, уделяете ли ему время*? Или вы неосознанно подталкиваете его к роли «большого брата», когда у вас есть малыш или даже несколько младших детей. Ждете ли вы, когда он станет «взрослым»? Может, старший сын  прав и вы с ним не слишком «нянчитесь»? Легко позволить ребенку старшего возраста войти в эту роль. Как только у нас появляется малютка, наше внимание естественно переключается на его потребности. Мы забываем, что потребность в нежности и ласке у детей 8-10 лет все еще велика, даже если он кажется таким независимым и взрослым - особенно по сравнению с младшим ребенком.

Вдобавок иногда уже родитель чувствует себя «брошенным», если старший ребенок хочет проводить больше времени со сверстниками и заниматься своими делами, а на [общение](http://5psy.ru/samopoznanie/obshenie.html) с папой или мамой остается все меньше времени. В этом случае легко сосредоточить все внимание на младшем брате или сестре, которые пока еще полностью зависят от родителей.

Затем можно невзначай подтолкнуть старшего ребенка к новой роли, а к ней он может оказаться не готов. Но ребенок, который ходит в начальную школу, нуждается в вас отнюдь не меньше. Просто вы нужны ему в несколько ином качестве, чем раньше. Его ревность и вопросы подскажут вам, в каком именно.

Вы обрадуетесь, когда узнаете, что вы не были плохим родителем, если ждали, что старший ребенок повзрослеет раньше, чем будет к этому готов. У этой задачи простое решение, и вы справитесь с проблемой ревности, которая провоцирует этот вопрос.

***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 отметать проблему. Вместо того чтобы сказать: «Я не провожу с Павликом больше времени, он ведь все равно какое-то время находится в школе», - лучше ответить: «Спорим, что ты расстроен, потому что считаешь, что я много вожусь 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:

1. Выкраивайте время для того, чтобы провести время с сыном или дочерью наедине, пока кто-нибудь из взрослых (супруг, родственник, няня) присматривает за младшим.
2. Иногда забирайте ребенка из школы, чтобы пообедать с ним вместе, пока ваш младший в школе или с няней. Это весьма эффективное средство, которое поможет старшему ребенку почувствовать особое внимание к себе, и вдобавок он, как любой ученик старшей начальной школы, еще маленький, и такая обеденная «переменка» несильно скажется на его академической успеваемости, даже когда он перейдет в старшие классы.
3. 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.
4. Собираясь поехать по домашним делам во время уикэнда, берите с собой только старшего ребенка (если вы занимаетесь воспитанием детей, будучи единственным родителем в семье, это не самый лучший вариант, если только вы не прибегнете к помощи няни).
5. Изредка специально задерживайтесь перед выходом на работу, чтобы позавтракать со старшим ребенком, поручив тому, кто присматривает за младшим, отвести малыша в школу или в детский сад.
6. 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.
7. Чаще напоминайте ему, как вы гордитесь тем, что он такой взрослый, но вы все-таки хотели бы, чтобы он не стеснялся в проявлении нежности!



Подготовила

педагог-психолог

Я.А. Леонтьева