

Рекомендации родителям по профилактике сиблинговой ревности
«Дети – цветы»

«Мама, давай отнесем её обратно в роддом» - говорит пятилетний Данил на маленькую сестру, появление которой он, казалось бы, еще совсем недавно с таким нетерпением ждал».

СИБЛИНГИ - в психологии это родные братья - сестры в одной семье.

Ревность — это комплекс психологических процессов (потребностей) и чувств, которые возникают в отношениях и связаны с любовью и ненавистью.

Ревность между братьями и сестрами – это явление, знакомое, наверное, практически всем родителям, в семье которых растет не единственный ребенок.



1. После рождения второго ребенка важно чтобы, были сохранены все те «ритуалы», которые были в воспитании первенца до появления второго. Например, если кто-то из родителей читали ребенку сказку перед сном, важно сохранить этот ритуал, чтобы первенец не чувствовал дефицита внимания.

- 2.** Не ругайте старшего ребёнка при младшем!
- 3.** Родителям необходимо чаще говорить детям, что они любимы. Говорите с ними, хвалите, обязательно восхищайтесь его помощью. Подобное одобрение позволит ему почувствовать свою значимость.
- 4.** Необходимо регулярно проводить некоторое время наедине с каждым ребёнком. Найдите время для общения с каждым из ваших чад. Дети (особенно, если речь идет о старшем ребенке) должны чувствовать заботу и внимание родителей.
- 5.** Если разделять детей на «плохих» и «хороших», это порождает соперничество между ними. Нельзя втягивать детей в борьбу за власть в семье.
- 6.** Каждый ребенок – самый любимый! Если ребенок спрашивает вас, кого вы любите больше, его или брата (сестру), то стоит ответить, что вы любите каждого из них по-своему. Ни в коем случае не сравнивайте детей друг с другом, особенно когда они немного подрастут, не отмечайте, кто из них лучше плавает или меньше боится темноты. Пусть каждый из них знает, что вы любите его безусловно и принимаете таким, какой он есть.
- 7.** Если у вас детки - погодки или близнецы, отмечайте индивидуальность каждого из них.
- 8.** Нельзя разрешать детям ябедничать. Для этого необходимо научить сиблингов использовать прямые контакты, то есть выражать ревность не косвенно, родителям, а открыто, друг другу. Научите сиблингов выражать свои чувства напрямую, причем словами: «Я злюсь, когда ты берешь мои игрушки», «Мне не нравится, когда ты со мной дерешься...», «Я обижаюсь, когда ты берешь мои вещи...». Подобные заявления способствуют поиску детьми новых форм общения, минуя взаимные «задевания»; Это учит детей проявлять свои чувства, не ранив обидными словами брата или сестру.
- 9.** Постарайтесь принять то, что они разные, и каждый хорош по-своему. Поэтому не заставляйте их во чтобы то ни стало обожать друг друга, всегда быть вместе и постоянно сотрудничать. Предписанная любовь редко бывает долгой и искренней. Наверняка придет время, когда им станет просто интересно быть вместе, без всякого вашего давления. И тогда они вполне смогут почувствовать себя друзьями, а не родственниками, сменят конкуренцию на сотрудничество и этот бесценный опыт смогут передать уже своим детям. И когда-нибудь будут также с улыбкой рассказывать, как они однажды здорово подрались со своим братом.
- 10.** Еще один из методов воспитания - это введение правил. Например, правило «Стоп». Если одному из детей что-то не нравится, то он может сказать «Стоп» и другой должен остановиться. Если ребенок подходит к родителям и начинает жаловаться, то родители напоминают ему о правиле.
- 11.** Заведите свои правила внутри семьи и соблюдайте их выполнение, как детьми, так и взрослыми. Это организует всю семью и сделает права всех ее членов семьи равными.
- 12.** У каждого чада должны быть личные вещи, которые никому не позволено брать без спроса. Такие «кражи» малышом воспринимаются как ограбление;

Постарайтесь каждому ребенку выделить «свой уголок», где он будет полновластным хозяином.

13. Подчёркивайте выгоды старшего ребёнка (привилегии для старшего).

**Подготовил: педагог-психолог МАОУ СОШ № 131
Мачтакова Ю.В.**