

Детская ревность

«Проявление детской ревности – явление нормальное и здоровое. Ревность возникает оттого, что дети любят. Если они неспособны к любви, то не проявляют ревности»

Дональд Вудс Винникотт

Родители могут столкнуться с этим неприятным явлением, когда в семье появляется ещё один ребёнок. Как правило, детская ревность, чувство не осознанное, это борьба за любовь и внимание родителей. Она может иметь разные проявления, начиная от открытого враждебного поведения, до косвенной агрессии.

Как себя вести в подобной ситуации?

1. Самое действенное «лекарство» в сложившейся ситуации это ваши любовь, терпение и понимание. Отнеситесь к ребёнку с пониманием, скажите ему о том, что ваше отношение к нему не изменилось. Не в коем случае не отодвигайте кровного ребёнка на задний план, полностью посвящая себя приёмному. Не угрожайте тем, что станете его меньше любить в том случае, если не прекратится плохое поведение. Большое значение имеет первое знакомство детей. Попросите кровного ребёнка помочь освоиться приёмному, показать дом, познакомить с родственниками, помочь разместить вещи. Старайтесь не вмешиваться в этот процесс, просто наблюдайте. Очень важно, чтобы между детьми образовался хороший психологический контакт.

2. В каждой семье есть свои ритуалы и традиции, не стоит их менять. Если вы раньше читали на ночь ребёнку книжку, то стоит это делать и дальше. Не отказывайте ему в привычном ходе вещей, для ребёнка это имеет большое значение, иначе он может это воспринять как игнорирование и почувствовать себя брошенным и отверженным.

3. Никогда не сравнивайте приёмного и кровного ребёнка, это может спровоцировать агрессивное поведение, обиды и разжигать ревность.

Избегайте изречений типа: «Катя, ты хорошо помыла пол, молодец! А ты, Маша, не можешь даже нормально помыть посуду!». Это глубоко уязвляет самолюбие и обижает, ребёнок может промолчать, но затаить обиду и позже отомстить.

4. Старайтесь относиться к детям одинаково. То, что нельзя делать одному ребёнку, не разрешайте делать и другому. Распределяйте одинаково права и обязанности.

5. Старайтесь обоих детей вовлекать в общие дела, чтобы они как можно больше делали вместе: играли, делали уроки, гуляли, занимались домашними делами.

6. Избегайте конкуренции и соперничества между ними. Хвалите их обоих, подчёркивайте, как важны дружеские, тёплые отношения в семье. Если дети поругались или подрались, не наказывайте одного из них. Наказание должно быть равное и одинаковое. Это гораздо справедливее, чем

незаслуженное наказание кого-то одного. Учите их самостоятельно решать возникающие между ними конфликты. Приводите примеры компромиссного поведения. Дайте детям возможность самостоятельно придумать различные способы выхода из конфликта. Негативные эмоции должны выражаться открыто, их необходимо проговаривать. Это может звучать примерно так: «Меня очень обижает, когда ты берёшь мои игрушки, не спросив разрешения».

7. Не поощряйте жалобы и ябедничество друг на друга. Лучшая реакция в этой ситуации – не реагировать и не позволять себя втянуть в возникший спор. Приучайте детей выражать негативные эмоции приемлемыми способами, например, дайте побить подушку или попросите нарисовать свой гнев, а затем порвать рисунок. Немаловажно проводить хотя бы короткое время с каждым ребёнком в отдельности, что бы вас никто не отвлекал. Делать это нужно каждый день, чтобы ребёнок к этому привык.

Очень хорошо привлекать к процессу воспитания родственников: бабушек и дедушек. Общение с ними даёт ребёнку ощущение своей значимости, любви. Но это не панацея от проблемы, не злоупотребляйте этим. Важнее всего ваше общение с ним и ваша любовь.

8. Родителям необходимо выделить каждому ребёнку личное пространство и личные вещи, которыми распоряжается только он сам. Личное пространство может быть уголком, в котором ребёнок может побыть один, заняться своими делами и его никто там не побеспокоит. Научите детей уважать личное пространство друг друга и не вторгаться в него без разрешения, а также не брать вещи без спросу.

Возможные проявления детской ревности.

Реакции ребёнка зависят от его характера и возраста. Чем младше ребёнок, тем сильнее и ярче проявляются его эмоции. Ребёнок может ударить другого ребёнка, ломать его игрушки, просить отдать приёмного ребёнка обратно. Требовать к себе повышенного внимания или, демонстрировать повышенную любовь к приёмному ребёнку. У него может снизиться школьная успеваемость, ребёнок грубит, капризничает, возможно нарушение сна, ухудшение самочувствия, пропадает аппетит, ребёнок может замкнуться в себе.

Бывает и так, что внешне как будто всё хорошо, но при этом ребенок может переживать в душе настоящую трагедию. Понять это вы сможете, понаблюдав за ним. Может он стал чаще грустить? Или ему снятся кошмарные сны? Стал чаще болеть? Хуже учиться в школе?.....

Почему же это происходит?

Раньше ребёнок получал всё ваше внимание, всю вашу любовь, заботу и был единственным и неповторимым, а теперь ему приходится бороться за ваше внимание, он боится, что вы будете меньше его любить, что он может оказаться хуже, чем приёмный ребёнок. Ревность явление нормальное и неизбежное, но вы можете помочь ребёнку справиться с этой проблемой. Не оставляйте его одного со своими переживаниями, ему очень нужна ваша поддержка! Помогите ребёнку разобраться в своих чувствах, поддержите его!

Любите и принимайте детей такими, какие они есть!

*Материал подготовлен:
ТОГБУ «Центр «Ради будущего»*