



Если причина страхов ребенка лежит в другой плоскости, и они обусловлены появлением в семье младшего ребенка, возможно, ему поможет какой-то из следующих способов.

*Материал подготовила воспитатель
МБДОУ МО г. Краснодар
«Центр- детский сад № 8»
Нагибина Оксана Николаевна*

Привлекайте старшего ребенка к уходу за малышом. Он может с большим интересом помогать вам в купании и переодевании младенца, с удовольствием везти коляску во время прогулки и даже давать маме советы, если она его об этом, конечно, попросит: «Как ты думаешь, что сегодня нужно надеть малышу?» Помогите ему попробовать подержать малыша на ручках, усадив его в кресло и положив маленького ему на колени. Все это поможет ему ощущать себя значимым, важным, маминым помощником, а главное, быть все время с мамой, не чувствовать себя брошенным или забытым. Конечно, если ребенок не хочет принимать участие в домашних хлопотах, настаивать не стоит — это только оттолкнет его. Поощряйте его контакты с младенцем, даже если вам кажется, что они могли бы быть более частными. Единственное, в чем следует ограничивать старшего ребенка со всей возможной строгостью, так это в проявлении агрессии в адрес младшего.

Ревность, которую испытывает старший ребенок по отношению к младшему, вполне естественна. Дети проявляют свои чувства действиями, и поэтому нужно быть готовым к тому, что старший может толкнуть или ударить младшего, кинуть в него игрушкой, а потом, будучи сообразительным ребенком, попытаться представить случившееся как случайность. Покажите ребенку, что вы не одобряете такого поведения, объясните, что малыш еще не может ответить, дать сдачи. Но даже в том случае, когда ваши слова, как вам кажется, возымели действие, на всякий случай уберите подальше опасные предметы: ножницы, лекарства, тяжелую неваляшку.

Важно, чтобы те негативные чувства, которые возникают у ребенка, не оставались невыраженными. Раз вы запретили ему прямо выразить свою агрессию, предоставьте другие возможности для разрядки. Подойдут бои подушками, игра в «вышибалы» (конечно, без участия младшего), любая физическая активность. Обсудите со старшим ребенком его чувства. Он должен видеть, что вы понимаете, что с ним происходит, и хотите ему помочь.

Уделите ребенку достаточное количество «мамино» времени. Пока младший спит или тихонько лежит в своей кроватке, вместо приготовления обеда поиграйте в кубики со старшим или почитайте ему книгу. Кстати, многие мамы практикуют чтение книг во время кормления младшего

ребенка: так и старший с пользой для себя отвлекается от навязчивого желания «пососать сисю», и время экономится.

Дети обладают какой-то необъяснимой способностью к установлению контакта с младенцами. Их голос, интонации, движения, мимика, а может, и просто небольшой рост вызывают у тех огромный интерес. Новорожденный с удовольствием будет смотреть на то, что делает старший ребенок, и даже включаться в его деятельность по мере своих возможностей. Многие родители отмечали, что первая улыбка младшего ребенка была адресована не им, а старшему братику или сестренке. И это становится замечательным поводом для сближения детей. Когда родители с гордостью говорят гостям: «Посмотрите, как малыш улыбается старшей сестренке, он очень любит ее!», старший волей-неволей проникается симпатией к нему: ведь ему, как и нам, намного легче мириться с человеком, который тебя любит.

Важно не поощрять конкуренцию между детьми, не сравнивать их друг с другом, не приводить одного в пример другому. Намного полезнее искать и подчеркивать те ситуации, в которых их обоих можно похвалить: «Как здорово, что сегодня все чистят зубы без скандала!» Не стоит поощрять ябедничество. На любые попытки одного из детей «заложить» другого удобнее всего реагировать равнодушием: «Меня совершенно не интересует, что Катя разбрасывает вещи из шкафа по всей комнате». И старшему ребенку раньше, чем младшему, придется понять, что вы не одобряете его стремления навлечь ваш гнев на младшего, хотя его личные дела и проблемы вас интересуют и вы готовы обсуждать их практически всегда. В этой связи важно проверить, понимает ли ребенок исключение из этого правила: если братик или сестричка попали в опасную ситуацию, поранились или причиняют вред здоровью другого человека, об этом вы хотите услышать немедленно.

Создавайте ситуации, в которых дети учились бы сотрудничать. Поначалу это может быть помощь старшего в одевании младшего или обучении его строить башню из кубиков, собирать пирамидку. Чуть позже, через года полтора -два, сотрудничество станет сотрудничеством в прямом смысле этого слова. Дети смогут вместе строить снежную крепость или бастион из подушек, устраивать сад из веточек в песочнице или лепить вместе с мамой праздничное печенье, а со временем вместе играть в сложные сюжетно-ролевые игры. Такая совместная деятельность является лучшим способом преодоления последствий практически неизбежных недопонимания и ссор детей между собой.

Будет очень хорошо, если родители заранее, за несколько недель до рождения младшего ребенка, начнут готовить к этому событию не только квартиру, но и его старшего братика или сестричку. Срок месяц-полтора до родов является оптимальным, потому что дошкольники не любят долго ждать, и долгое ожидание того, когда же из маминого животика наконец вылезет ребеночек, довольно скоро сменяется обидой и раздражением.

[Подготовить ребенка к рождению малыша](#) — это, во-первых, означает объяснить ему, каким будет этот малыш. Очень многие дети настроены на то,

что у них сразу же после родов появится веселый товарищ для игр, и бывают страшно разочарованы, увидев маленькое беспомощное существо, не способное не то что играть в пятнашки, но даже просто переворачиваться с боку на бок и улыбаться. *Важно*, чтобы старший ребенок знал, что малыш сначала не будет уметь ходить и разговаривать, не сумеет сам пользоваться ложкой и горшком, что мама будет кормить его грудью. Для этого разговора неоценимым наглядным материалом могут оказаться фотографии и видеозаписи, на которых запечатлен сам старший ребенок в этом нежном возрасте. *Помогите* ребенку сориентироваться в развитии будущего малыша, объясняя, что сперва тот будет просто лежать, а когда наступит лето, он уже сможет переворачиваться на животик, а осенью наверняка уже будет сидеть в стульчике и кушать с ложки, и т. д.

Если старшему ребенку предстоят какие-то перемены в связи с рождением младшего, желательно осуществить их за несколько месяцев до родов. Чаще всего эти перемены связаны с переездом кроватки ребенка на другое место или в другую комнату, со сменой привычной кроватки или кухонного стула на новые, с тем чтобы передать эти вещи «по наследству» новорожденному и т. д. Если эти изменения в сознании ребенка окажутся связанными с рождением младшего братика или сестрички, очень вероятно, что он почувствует себя ущемленным. Лучше это сделать заранее, чтобы осталось время на адаптацию к бытовым переменам.

Включите ребенка в подготовку к рождению малыша. Пусть он поможет выбрать одежду, одеяло, коляску, кроватку, первую погремушку. Обязательно предупредите его о том, что несколько дней вам придется провести в больнице, откуда вы и вернетесь с новорожденным. Если этот период ребенку предстоит провести с непривычным человеком (няней, другом, дальним родственником), нужно попросить этого человека пожить в вашем доме неделю-другую перед родами или просто чаще приходить к вам в этот период, активно участвуя в привычных для ребенка мероприятиях: умывании, ужине, укладывании спать.

Итак, для «профилактики» страха потерять родительскую любовь из-за рождения младшего братика или сестренки, нужно готовить ребенка к этому событию в течение нескольких последних месяцев беременности. *Помочь старшему ребенку справиться со своими опасениями можно так:*

- уделяя ему как можно больше времени;
- привлекая его к общению с младшим ребенком и уходу за ним;
- разрешая старшему любые формы общения с младшим (за исключением тех, которые опасны для их здоровья);
- обучая детей навыкам сотрудничества и кооперации.

И напоследок несколько игр, предназначенных для тех детей, которые страдают от страха наказания.

Эти широко распространенные подвижные игры были модифицированы известным психотерапевтом А. И. Захаровым. «Пятнашки», «Жмурки», «Вышибалы» — это игры, в которых ребенок получает прекрасную возможность разрядить свой страх перед родительским наказанием. Это

произойдет в том случае, если родители будут играть вместе с детьми, причем утрируя все возникающие в игре эмоции: очень грозно наступая (в роли водящего) и очень испуганно убегая (в роли простого игрока). Чем активнее будет позиция родителя, тем лучше. Угрозы, которые ребенок слышит в такой игре, воспринимаются им как шуточные, и это помогает снизить страх перед ними в реальных отношениях.

Так же снижается уровень опасений перед физическими наказаниями, которые в этих играх имитируются легкими прикосновениями. Тем более что в игре не только взрослый угрожает ребенку, но и наоборот, ребенок угрожает взрослому, что позволяет малышу оказаться на равных со взрослым хотя бы на время игры.

Безусловно, желательно, чтобы в этой игре участвовал взрослый, которого опасается ребенок. Если же это организовать невозможно (например, папа не понимает, зачем все это нужно, и отказывается «заниматься ерундой»), нужно привлечь к игре другого взрослого того же возраста и пола. Эффект, хотя и небольшой, несомненно, будет достигнут.

Подводя итог, еще раз отметим, что никакая помощь ребенку, испытывающему сомнения в родительской любви, невозможна до тех пор, пока родители не пересмотрят собственные воспитательные позиции.