ПРИЧИНЫ И ПРОЯВЛЕНИЕ ДЕТСКОЙ РЕВНОСТИ

Каждая семья, где есть маленькие дети, рано или поздно сталкивается с проблемой ревности у ребенка. Психологи считают — детская ревность возникает из-за недостатка материнского внимания и непонимания малышом, что с ним происходит. Поэтому если решить эти задачи, то проявления деструктивного чувства значительно снизятся.

МЕХАНИЗМ РАЗВИТИЯ ДЕТСКОЙ РЕВНОСТИ

Детская ревность знакома практически каждому с самого детства.

Ревностное поведение к близким выступаем проявлением страха недополучить внимание объекта ревности. Сначала мы переживаем его сами, будучи детьми, затем сталкиваемся с проблемой уже у своих детей, будучи родителями.

Ревность – это боязнь нелюбви. Ребенок боится того, что близкий для него человек (в большинстве случаев это мама) будет отдавать свою любовь и внимание не ему, а кому-то другому. Также ревность может вызвать появление нового «родителя» (если до этого ребенка воспитывали одна мама или один папа).

Детская ревность в семье развивается вследствие смены приоритетов – теперь у нашего героя есть конкурент.

Если ребенок заранее не подготовлен к такой ситуации, то у него возникает недоумение. Он не может понять, почему новому члену семьи уделяется больше внимания, чем он лучше него.

ПРИЧИНЫ РАЗВИТИЯ ДЕТСКОЙ РЕВНОСТИ

Причины ревностного поведения у детей условно можно разделить на 2 категории: ***внешние*** (независящие от самого ребенка) и ***внутренние*** (формирующиеся с учетом особенностей характера и воспитания).

К **внешним** причинам можно отнести изменения, которые смещают его авторитет. Это может быть:

-рождение малыша,

-появление нового папы /новой мамы,

-появление сводных сестер и братьев,

-если ребенок привязан к бабушке и дедушке, то причиной ревности может стать приезд других внуков и внучек,

-работа (очень весомый фактор в последнее время).

Внутренние причины:

-эгоцентризм (дети до 10-12 лет считают себя «центром Вселенной», поэтому появление «новых близких» может выливаться в агрессию),

-ответная реакция (недостаток внимания для них-несправедливое отношение. Нередко его просьбы откладываются на «потом», что вызывает обиду и возмущение),

-неготовность к ответственности (эта причина характерна для старших детей),

-повышенная тревожность (ребенок, сомневающийся в том, что его любят, находится в постоянном беспокойстве, везде ищет свою вину и переживает)

ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ДЕТСКОЙ РЕВНОСТИ:

Признаки детской ревности можно разделить на *явные* и *скрытые.*

Явные:

-агрессивность: физическое воздействие(драки) или эмоциональный прессинг(обиды, обзывания, подстава);

-гиперактивность (ребенок меняет тактику поведения в виде компенсации на ощущение ненужности). Ребенок не может угомониться, отказывается от еды, дневного сна, любимых занятий.

-невротические реакции (истерия, заикание, нервные тики).

Скрытые:

-тревожность (на этом фоне возникают проблемы со сном, страдает пищеварительная система, могут возвратиться старые страхи и возникнуть новые);

-смена настроения (от недостатка внимания);

-уход от самостоятельности (дети осознанно разучиваются делать то, что раньше делали без помощи взрослых);

-ухудшение здоровья (чаще болеет простудными заболеваниями, появляются хронические заболевания).

РЕВНОСТЬ РЕБЕНКА НЕ ДОЛЖНА ОСТАТЬСЯ НЕЗАМЕЧЕННОЙ!

КАК БОРОТЬСЯ С ДЕТСКОЙ РЕВНОСТЬЮ?

Способы борьбы с детской ревностью:

К младшему ребенку:

1. Профилактика. Чтобы детская ревность при рождении второго ребенка была минимальной и не возникла вообще, можно использовать метод подготовки первенца к пополнению в семье. Давайте ему гладить живот, слушать, разговаривать с ним, чувствовать, как он толкается. Терпеливо объясняйте, почему мама, будучи беременной, не может взять его на руки и активно играть. Показывайте ребенку фото и видео, где он был малышом. Рассказывайте, что он тоже был когда-то таким маленьким. Особое внимание уделите подготовке первенца к отсутствию мамы дома на период родов.

2. Качество общения. Выделяйте определенный промежуток времени только вашему первенцу. Пусть это будет полчаса, но мама должна полностью посвятить себя только этому ребенку. Можно сделать это определенным ритуалом. Общение при этом должно быть максимально доверительным и приятным.
3. Реальный взгляд на роль старшего ребенка. Главная задача родителей – сделать из первенца помощника, а не няньку. Привлекайте к помощи старшего ребенка адекватно, учитывая его возможности и желания. Поощряйте и хвалите его за помощь, чтобы он чувствовал свою нужность в семье.
4. Пресечение агрессии. Следите за поведением обоих детей, не позволяя обижать друг друга. Не наказывайте и не поощряйте одного ребенка в ущерб другому.

К одному из родителей:

1. Убеждение. Постарайтесь объяснить ребенку, что любовь к нему и мужу/жене – разные чувства. Они не заменяют друг друга и могут прекрасно сосуществовать. А у вас хватит любви и внимания на всех.
2. Компромисс. Если ребенок проявляет агрессию или капризничает, когда вы уделяете вниманию супругу/супруге – не отстраняйте свою вторую половину. Не давайте ребенку понять, что он важнее. В семье все равны и заслуживают одинаковой любви и уважения.
3. Отвлечение. В ситуации, когда никакие уловки не действуют, создайте ребенку зону комфорта. Подойдите к нему, обнимите, поцелуйте, поиграйте, и только потом аккуратно поговорите о произошедшем.

К новым маме/папе:

1. Подготовка. Готовить ребенка нужно не только к появлению младшего ребенка, но и к новому папа или маме. Самое лучшее – это организация периодических встреч.
2. Нейтралитет. Возьмите за правило не вмешиваться в чувства ребенка по отношению к новому избраннику/избраннице. Новый папа (мама) не заменит ничье место – у него оно будет свое. И он (она) нужен не только маме (папе), но и самому ребенку, поскольку может стать хорошим другом и защитником.