



КАК ПОМОЧЬ РЕВНУЮЩЕМУ РЕБЕНКУ

Три стратегии борьбы с ревностью



Ребенок страдает и от собственной ревности, и от понимания того, что это не очень хорошее чувство, и от того, что видит: своим поведением он расстраивает родителей. Он пытается избавиться от ревности.

Пытаясь справиться с ревностью к брату или сестре, дети чаще всего используют одну из трех стратегий. Иногда ревность так сильна, что все силы ребенка уходят на борьбу, препятствуя его развитию как личности.

1. Стратегия агрессора. Ребенок ведет себя довольно агрессивно по отношению к брату или сестре, чем вынуж-

дает взрослых быть рядом и контролировать его. Так он, в свою очередь, может контролировать взрослых и гарантировать себе, что они внимательны к нему ничуть не меньше, чем к брату или сестре.

2. Стратегия отстраненности. Ребенок «устраняется» от семейной жизни и от всего, что связано с братом или сестрой. Он как бы «объявляет» все самое ценное для себя — родительскую любовь и отношения с родными людьми — «абсолютно не имеющим никакого значения». Таким образом, обесценивая все самое дорогое, он начинает меньше переживать: зачем переживать из-за ерунды!

3. Стратегия лучшего помощника. Ребенок, замечая, как любят родители младенца и все, что с ним связано, старается стать незаменимым помощником в заботе о брате или сестре. Ход его рассуждений (конечно, неосознанных) таков: «Все любят малыша и все, что с ним связано; я тоже буду любить малыша, тогда все будут любить меня».



.....

Примеры применения стратегий

Ребенок пяти лет не идет смотреть любимую передачу по телевизору, а крутится около мамы, хватая нужные ей вещи и стараясь дернуть младенца, пока мама его пеленает. Мама гонит его: «Иди смотри свой мультик», на что ребенок реагирует еще более бурно, так как он действительно очень хотел бы посмотреть телевизор, но боится оставить маму с братом (стратегия 1).





Подросток сидит в зале компьютерных игр, не идет домой после школы и, соответственно, не делает домашние задания. Его школьная успеваемость падает. Это делает его в собственных глазах еще большим неудачником, недостойным семьи и родителей, которых он избегает. Понимая вред, который он наносит собственному статусу, ребенок все же не может переступить барьер болезненных чувств и войти в контакт с реальностью: школой, родителями, братом или сестрой (стратегия 2).

Ребенок, избравший стратегию 3, часто ограничивает себя в паритетных контактах со сверстниками, ведет себя «как взрослый», любит командовать, готов предпринимать какие-то шаги во вред своим личным интересам только ради того, чтобы заслужить одобрение взрослых. Он очень старается и очень устает от этого. Тем не менее, эта стратегия наиболее социально зрелая, и при поддержке родителей ребенку, который избрал именно ее, будет легче перейти от заботы, вызванной ревностной опекой, к настоящим теплым чувствам и братской ответственности «за тех, кого приручил».

Задача взрослых — помочь ревнующему ребенку.

Задача взрослых: заметив, какую стратегию использует ребенок, прежде всего помочь ему преодолеть препятствия для его развития, заключенные в данной стратегии. А во-вторых, показать возможные варианты развития отношений, не ограниченных жесткими рамками «стратегии» как определенной модели поведения.



Совет психолога

Если ребенок использует стратегию 1

НЕ РАБОТАЕТ: прогонять ребенка, «мешающего» кормить, купать или пеленать малыша; запрещать драться; ругать за агрессивное поведение; называть жестоким.

РАБОТАЕТ: звать ребенка с собой, когда занимаешься малышом; рассказывать, что и зачем делает мама и делает малыш; приходиться к ребенку туда, где он находится, не дожидаясь, когда он сам прибежит (например, придти к ребенку посмотреть с ним ЕГО мультик).

Обучение другим вариантам поведения

НЕ РАБОТАЕТ: объяснять, призывать, требовать, сравнивать с другими детьми, которые «так хорошо помогают своим мамам»; одергивать каждую минуту со словами «не трогай», «не смей», «не лезь».

РАБОТАЕТ: невзначай просить о помощи в очень мелких вопросах («Дай вон ту тряпочку!»); всегда хвалить за любую мелочь, в которой ребенок хорошо проявил себя; хвастаться перед знакомыми, бабушками и дедушками, что сын или дочь «могут то-то и то-то» (только не врать! — смотри раздел «Похвала»); в моменты, когда нужно сказать ребенку что-то с частицей «не» («не трогай», «не смей», «не лезь»), менять формулировку на позитивную, может, даже выдумывая просьбы: вместо «не трогай подгузник» — «дай мне, пожалуйста, один подгузник»,





вместо «не смей дергать брата за палец» — «смотри, какой у него палец, а у меня вот такой формы, а у тебя?» и т. д.

Если ребенок использует стратегию 2

НЕ РАБОТАЕТ: ругать ребенка за то, что поздно пришел домой, что не помогает по дому; запрещать играть на компьютере, называть бездельником.

РАБОТАЕТ: все то, о чем говорилось для стратегии 1, а еще организация совместного с ребенком досуга (басейн, теннис, цирк, кино, прогулки с собакой, компьютерные игры вместе и т. п.).

Обучение другим вариантам поведения

НЕ РАБОТАЕТ: объяснять, призывать, требовать, ругать.

РАБОТАЕТ: ненавязчивый контроль учебы; просьбы побыть с братом (сестрой), пока мама ходит в магазин (в парикмахерскую, к подруге, на работу и т. п.); живой и неподдельный интерес к увлечениям ребенка (даже если на данный момент его увлечения — «это просто ерунда» типа компьютерных игр-стрелялок); знакомство родителей с друзьями ребенка, знакомство ребенка с друзьями родителей; привлечение ребенка к обсуждению семейных планов, бюджета и т. д.

Если ребенок использует стратегию 3

НЕ РАБОТАЕТ: эксплуатировать ребенка, пользуясь его стремлением угодить взрослым.

РАБОТАЕТ: предоставление ребенку времени побыть с мамой или папой наедине, поговорить о СВОИХ делах, друзьях, учебе, развлечениях, планах; поощрение допол-

нительных занятий ребенка спортом, искусством; поддержка желания ребенка общаться с разными людьми.

Обучение другим вариантам поведения

НЕ РАБОТАЕТ: навязывать другой стереотип поведения по принципу «ты должна (должен) развиваться, учиться, дружить» и т. д.

РАБОТАЕТ: небольшое снижение жесткости требований к послушанию и поощрение инициативы ребенка. А также такое поведение и такие слова родителей, которые мягко показывают ребенку, что они (родители) вполне справляются с малышом и могут нести за него ответственность (хотя и очень благодарны старшей дочке (сыну) за помощь).

Ссоры между братьями и сестрами



Нет такой семьи, в которой отношения между братьями и сестрами складывались бы исключительно гладко, безо всяких проблем. Ссоры и споры между ними неизбежны, как и между любыми людьми, которые живут вместе и решают общие задачи.

У детей действительно масса общих проблем, которые они еще не умеют решать дипломатично и миролюбиво. Для того чтобы отстоять свое мнение, они кричат, ругаются и даже дерутся.

