

**КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«ДОШКІЛЬНИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД № 27
ВІННИЦЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ»**

Консультація для батьків

**ДИТЯЧІ РЕВНОЩІ:
ЧОМУ ВИНИКАЮТЬ ТА ЯК
ДІЯТИ БАТЬКАМ**



м. Вінниця

Батьки вихованців скаржаться, що з появою в родині малюка поведінка старшої дитини стала нестерпною? Найімовірніше, вона ревнує.

Батьки дошкільників іноді звертаються до практичних психологів і вихователів за порадою щодо поведінки дитини, яка змінилася через появу в родині малюка. Зазвичай запитують, як упоратися з емоціями дитини та як вплинути на її поведінку. Проте батьки часто не помічають, що причиною зміни поведінки стали ревності дитини. Для того щоб допомогти батькам налагодити взаємини з дитиною, необхідно ознайомити їх з особливостями проявів ревностей у дошкільників і навчити як підтримати малюка.

Визначаємо причину

Передусім розкажіть батькам, що ревності в дитини не виникають без причини. Відтак пропонуємо визначити чинники, які їх спричиняють. Для цього батьки мають поспостерігати за поведінкою дитини та визначити, в яких ситуаціях вона поводить себе нетипово.

Дитина не завжди виявляє ревності за допомогою зміни поведінки. Деякі діти можуть реагувати на фізіологічному рівні, наприклад, у них з'являється кашель, висипання на шкірі, піднімається температура тощо.

Причиною виникнення ревностей може бути недостатня увага батьків до старшої дитини. Адже коли в родині з'являється малюк, для нього треба придбати одяг, іграшки, дитячий візочок, гігієнічні засоби, підготувати спальне місце тощо. У вирі справ батьки часто приділяють менше уваги старшій дитині. Через це вона може відчувати себе непотрібною та починає думати, що її менше люблять. Відтак починає ревнувати близьких до молодшого брата чи сестри.

Ревності можуть також виникати як реакція на певні зміни в розпорядку дня, пов'язані з малюком. Приміром, коли він не спить, у нього коліки або ріжуться зуби і батьки за нього хвилюються — старші діти також переживають. А ще вони помічають, що батьки постійно втомлені. Тобто змінилася звична для дитини атмосфера в родині. До того ж розклад сну й прогулянок відкореговано відповідно до розкладу немовляти. Звичні для дитини традиції теж змінилися. Наприклад, ніхто не читає казку перед сном, прогулянки на майданчику стали коротшими тощо. Такі зміни можуть стати для дитини причиною стресу, відтак — дратівливості та гніву.

Слід зауважити, що ревності можуть виникати не лише в старшій дитини. Так молодші діти можуть заздрити через те, що старші брат чи сестра мають більше свободи. Приміром, батьки їм дозволяють більше часу проводити за комп'ютерними іграми, пізніше лягати спати тощо.

Молодші діти часто маніпулюють батьками, запитуючи: «Чому йому/їй можна, а мені — ні?». Однак часто вони не потребують того, про що просять. Їм важливо ствердитися в думці, що можуть отримати те саме, що й старші брат чи сестра.

У будь-якому разі різка зміна поведінки дитини — своєрідний сигнал дорослим, прагнення привернути увагу до свого внутрішнього світу, в якому накопичилося багато емоцій, із якими вона не може самотійно впоратися.

Діємо відповідно до поведінкової стратегії

Часто батьки не можуть розпізнати дитячі ревності. Натомість вони докоряють дитині за її поведінку, чим лише посилюють проблему. Щоб цього уникнути, розкажіть батькам вихованців про основні поведінкові «стратегії» дитини, яка намагається впоратися з ревностями. Також надайте рекомендації, як слід діяти відповідно до кожної із цих стратегій.

Розглянемо три поширені стратегії поведінки дітей.

Агресор - за стратегії агресора дитина поводить себе агресивно стосовно брата/сестри. Таким способом вона змушує дорослих бути поруч і контролювати її. Відтак дитина може маніпулювати дорослими, не давати їм змоги бути наодинці з малям і водночас отримувати увагу.

П'ятирічна дитина не йде дивитися улюблений мультфільм, а крутиться біля мами, хапає потрібні їй речі, намагається смикнути чи вщипнути маля. Мама жене дитину: «Йди дивися свій мультфільм, не заважай мені». Дитина у відповідь емоційно реагує, ображається, але не хоче залишити маму з малям.

Рекомендації батькам

Не варто: проганяти дитину, яка заважає; забороняти підходити до малюка; карати її за агресивну поведінку, називати жорстокою; осмикувати щохвилини фразами «не треба», «не лізь», «не чіпай».

Варто: кликати дитину із собою, коли займаєтеся малям; розповідати, що й навіщо робить мама чи тато; просити дитину про посильну допомогу й хвалити за зроблене; приділяти час і старшій дитині, поділяти її захоплення, грати з нею.

Відсторонена - за стратегії відстороненості може здаватися, що дитина спокійно реагує на зміни та адаптується. Хоча насправді вона не може або не хоче емоційно та/або фізично взаємодіяти із родиною. Дитина «усуває» себе від сімейного життя й усього, що пов'язане з малям. Вона ніби оголошує усе найдорожче для себе — батьківську любов і стосунки з рідними — тим, що не має жодного значення, не є суттєвим. Адже коли дитина знецінює батьківську увагу, вона менше страждає через її нестачу.

Дитина відмовляється йти додому та залишається надовго в бабусі. Бо вдома батьки займаються, як їй здається, лише малям. Із нею зовсім не грають, не приділяють їй увагу так, як раніше. А бабуся приділяє їй увагу, гуляє з нею на вулиці та грає в улюблені ігри, читає казки.

Рекомендації батькам

Не варто: лаяти й карати дитину за те, що не йде додому та не допомагає; називати ледачою чи байдужою; вимагати постійно бути вдома.

Варто: більше спілкуватися з дитиною; організовувати спільне дозвілля, цікавитися її захопленнями; залучати до сімейних справ; просити її допомогти в піклуванні про брата чи сестру, хвалити та дякувати за допомогу.

Найліпший помічник - коли дитина помічає, як батьки люблять маля, — намагається стати незамінним помічником у догляді за братом чи сестрою. Хід її міркувань такий: «Усі люблять маля й усе, що з ним пов'язане. Я теж буду поруч із малям, тоді усі будуть любити й мене».

Дитина поводить себе «як доросла», любить командувати. Часто вона навіть готова діяти всупереч власним інтересам заради того, щоб заслужити схвалення батьків. Дитина старається все робити правильно, бути взірцем і батьківською помічницею/помічником. Але така відповідальність дуже втомлює її.

Рекомендації батькам

Не варто: експлуатувати дитину, користуючись її прагненням допомогти й догодити дорослим; перекладати догляд за малям на старшу дитину.

Варто: дати змогу дитині побути з батьками наодинці; заохочувати до занять спортом і хобі; підтримувати бажання дитини спілкуватися з іншими людьми, розширювати коло контактів дитини, зокрема залучати до гурткової роботи.

Батькам потрібно правильно реагувати на прояви дитячих ревнощів. Неприпустимо їх ігнорувати й забороняти. Поява другої дитини в сім'ї — це стрес для первістка. Йому потрібно звикнути та пристосуватися. І в цей час дуже важливо, щоб батьки підтримали дитину, приділили їй додаткову увагу. Також надайте рекомендації, як запобігти виникненню ревнощів у дитини.

Отже, ревнощі в дітей дошкільного віку доволі поширене явище. Утім, якщо батьки правильно вибудовуватимуть взаємодію з дітьми, приділятимуть їм достатньо уваги, то конфліктів можна уникнути.