

Появление в семье второго ребенка

С рождением второго ребенка для первенца рушится привычная ему картина мира. За несколько лет он привык, что все внимание родителей, бабушек, дедушек и других членов семьи, даже гостей, приходящих в дом, направлено в первую очередь на него. Когда в доме появляется младенец, старший, если он недостаточно подготовлен к этому событию, сначала недоумевает. Почему вдруг все, вместо того чтобы играть и общаться, как обычно, с ним, все время и внимание отдают этому невесте откуда взявшемуся существу, которое не то что говорить не умеет, но вообще – только кричит и спит?

Если старшему ребенку не объяснять и не показывать, что мама и папа любят его по-прежнему, он может начать бороться за их внимание, сознательно и бессознательно. Последствия могут быть совсем нерадостными – от шалостей и непослушания до заикания и постоянных болезней. Но все это можно предотвратить.

Оптимальная разница в возрасте

Понятно, что обстоятельства бывают разными, но если есть возможность, лучше, чтобы вторая беременность (как и первая) была запланированной. И строить планы лучше грамотно. Идеальная разница между детьми – 3-4 года, ближе к 4 годам.

Тому есть свои причины. Когда разница между детьми совсем небольшая, например, рождаются погодки, это не только делает довольно сложной жизнь родителей, в первую очередь, мамы, но и влияет на развитие обоих детей. Младенцу до года мама нужна всегда, и чем больше времени они проводят вместе, тем лучше для ребенка. После года важным становится не только эмоциональный контакт и ощущение защищенности от близости мамы, но и общение с обоими родителями. Ребенок начинает говорить, ходить – следить за ним и уберегать с каждым днем все сложнее, а вопросов, на которые требуются ответы, становится все больше. Да, в этот момент ребенок еще недостаточно повзрослел, чтобы по-настоящему почувствовать ревность, но появление в семье нового малыша может привести к тому, что он не получит всего внимания и общения с родителями, которые ему необходимы. К тому же, когда дети немного подрастают, они начинают проводить очень много времени вместе, вместе расти и развиваться, почти как близнецы. Это может несколько затормозить развитие старшего ребенка: он будет «притормаживать», чтобы младший за ним «успел».

В два года малыш все еще эгоцентричен, но уже осознает себя настолько, чтобы болезненно воспринять изменение своего положения в семье. К трем годам в разгаре кризис. Вопросы «почему» и «отчего» ребенок выдает каждую минуту, постоянно стремится сам все потрогать, попробовать и

понять. Уследить за ним в это время бывает сложно даже той маме, чье время отдано только одному ему. К тому же в этом возрасте малыш уже достаточно вырос, чтобы воспринимать себя отдельно от родителей, отмечать, сколько он получает их внимания и любви, и даже скрывать свои переживания. Но у него пока нет механизмов, чтобы адекватно перерабатывать то, что он переживает. Чаще всего, лишаясь доли привычного внимания и ощущая перемену отношения к себе, малыш, не умея реагировать по-другому и не имея опыта взглянуть на ситуацию «со стороны», винит в этом себя самого и начинает реагировать, чаще всего – бессознательно. Например, он вдруг, до этого росший и развивающийся нормально, может начать часто болеть – пусть и такой ценой перетягивая центр внимания семьи на себя.

Ребенок четырех лет уже может понять – при разумном объяснении, подкрепленном действием, – что мама любит его, даже если не находится с ним все время. Он во многом уже может заботиться о себе и даже помогать старшим с заботой о брате или сестре. Когда младший ребенок подрастет, им будет интересно играть вместе.

При разнице же в 6-7 лет и больше разрыв между детьми уже слишком велик, чтобы их интересовали общие игры и занятия. Психологи говорят: в ситуации, когда разрыв между детьми слишком большой, можно считать, что у вас не двое детей, а один и еще один. То есть, растут они по отдельности, и заниматься с ними родителям тоже придется по большей части отдельно с каждым.

Конечно, не стоит ориентироваться только на возраст. Старшему, сколько бы лет ему ни было, перед появлением младшего брата или сестры нужно объяснять все происходящее в семье. Причем начинать стоит еще до того, как в ней появится новый ребенок.

Готовимся к встрече с новым членом семьи

Соперничество между детьми начинается, когда младший еще «сидит в животе» у мамы. С этим моментом приходится сталкиваться в практике постоянно – родители же часто не думают об этом. Будучи беременной, мама уже не может поднимать малыша на руки, как раньше, не может лежать с ним, играть так, как он привык. Именно в эти моменты, еще до того, как младенец появится в доме, старший мальчик или девочка уже начинают чувствовать: «Что-то не так!», и тут же у ребенка появляется мысль, что все происходящее – «из-за него/нее».

Вообще, для ребенка это частый сценарий: изменения в семье, приводящие к уменьшению внимания к нему, считать своей виной. Скорее всего, он прямо не скажет об этом, но будет переживать. Поэтому лучше подготовить малыша к появлению брата или сестры заранее.

Уже во время беременности маме полезно разговаривать со старшим малышом, объясняя и рассказывая ему, что скоро в семье появится еще один ребенок, сестричка или братик, о котором он так мечтал. При этом не стоит обещать ему, что теперь у него всегда будет партнер для игр – при виде беспомощного младенца старший почувствует себя разочарованным и обманутым, ведь он рассчитывал совсем на другое. Чтобы ваш первенец лучше понимал, к чему готовиться, можно показать ему фотографии или видео, которые запечатлели в младенчестве его самого, и рассказать о том, каким он был несколько лет назад. Объяснить, что тогда он не умел ни ходить, ни говорить, ни играть, а сейчас всему научился, и сможет помочь родителям научить этому и малыша. Нужно, чтобы старший понял, что маленький будет играть с ним вместе, только это произойдет не слишком скоро. Можно показать ребенку книжки, где в картинках рассказывается о том, как проходит беременность, это поможет ему понять, что происходит с мамой, почему изменился ее внешний вид и поведение, почему она не может играть с ним, как раньше. Хорошо найти среди друзей и знакомых семью, где недавно появился младенец, и сходить к ним в гости вместе со старшим ребенком, чтобы он своими глазами увидел, какое забавное, милое и трогательное существо скоро появится в их семье.

Особое внимание стоит уделить ребенку, если маме на несколько дней надо лечь в больницу, для родов или по другой причине. Малыш, который привык не расставаться с матерью больше чем на 2-3 часа, может решить, что маму у него «отнимают» – реакция может быть самой разной, вплоть до заикания. Перед расставанием с мамой ребенка обязательно надо подготовить, особенно если такого не случилось до этого момента.

Смещение с «пьедестала»

Но как бы вы ни подготавливали старшего ребенка к появлению маленького, первое время в доме с новым членом семьи будет для него непростым. Представьте: рушится все то, к чему он привык за несколько лет своей жизни. При этом он вроде продолжает делать все как прежде – а ситуация изменилась, причем кардинальным образом. Он больше не самый маленький член семьи, вокруг которого сконцентрировано все внимание. На него могут даже махнуть рукой, забыть о нем на некоторое время. Малыш кричит – старшего отсылают в другую комнату, будто бы забывая о нем... В «лагерь взрослых» при этом его тоже не принимают по причине малолетства. Он будто бы был на некоем пьедестале в семье, причем был все время, пока он себя помнит, – и вот его сместили с пьедестала, и непонятно, почему. Ребенок не понимает: как так? И может начать «перетягивать одеяло» на себя.

Старший может реагировать по-разному. Пусть родители не пугаются, если он начнет вновь просить пустышку, даже если давно от нее отказался,

просить надеть подгузник, хотя надобности в нем уже нет, или как-то еще копировать поведение младшего, на время «превратившись в младенца». Это нормально. Лучше объяснить старшему разницу между ним и малышом, подчеркивая, как многому он успел научиться, не забыв похвалить его за все успехи и достижения. Хуже, если не получая должного внимания и любви в семье, ребенок пытается найти ее вовне – в дворовых компаниях, например. Друзья – это хорошо, но общения с родителями они не заменят.

Не получая привычного внимания, старший сын или дочь могут начать капризничать, вести себя агрессивно, высказывать недовольство по любому поводу, с ними становится тяжело договориться. Так ребенок показывает взрослым, что ему требуется внимание – и он его получает, пусть даже с помощью скандалов.

Главное – качество

С рождением малыша мама и папа уже не смогут уделять старшему ребенку столько же внимания, как прежде. Но тут важно не количество, а качество времени, которое с ним проводят.

Старший ребенок не виноват в том, что родители и мама в частности теперь больше заняты. Важно регулярно выделять старшему то время, которое будет посвящено только ему и никому больше. Час, пусть даже полчаса в день – но эти минуты мама должна проводить только со старшим ребенком. В это время ничто не должно вторгаться в их общение. Маму не должен отвлекать ни плач малыша, ни телефонные звонки, ни просьбы и вопросы других членов семьи. Это важно.

Может быть, на это время сможет помочь вернувшийся с работы папа, или бабушка с дедушкой. Главное, чтобы старший четко знал: есть «святое» мамино время, когда она принадлежит только ему и никому и ничему больше, и день за днем снова убеждался в этом.

Для такого общения хорошо подходит время перед сном. Дети часто не хотят идти в кровать, долго не засыпают. В эти моменты они, с одной стороны, эмоционально восприимчивы, а с другой – максимально открыты. Перед сном можно как разговаривать с ребенком, читать ему книги или рассказывать сказки, так и обсуждать произошедшее за день, в частности – его поведение. При этом к старшему ребенку нужно относиться уважительно. Даже оценивая его поведение, поступки, не стоит сравнивать его с младшим или с другими детьми. Такие сравнения приводят не к улучшению поведения, а к возникновению злости и даже желания причинить вред тому, с кем сравнивают. Лучше отдать это время знакам взаимной любви и доверия. Тогда ребенок спокойно уснет и поведение его смягчится.

Помощник, но не нянька

Самое главное – старшего малыша превратить в того, кто помогает маме опекать младшего, кто может чему-то научить брата или сестру. Но помните: при этом нянькой старший быть не обязан! Бывают случаи, когда мамы, вернувшись из роддома с младенцем, начинают воспринимать старшего ребенка как взрослого – на контрасте. Но 3 или 5-летний ребенок – не взрослый! Конечно, он старше, чем тот, кому еще не исполнилось месяца. Но он такой же ребенок. Появление маленького не значит, что старший вдруг резко вырос.

Надо помнить, что даже если старший сам высказывает желание помогать родителям с братом и сестрой, от этого он не превращается в няньку. Помощь в воспитании или уходе за младенцем не должна становиться для него обязанностью, иначе он будет находить в общении с маленьким не радость, а неудовольствие, и со временем может начать стремиться избегать его. Если же ребенок помогает с удовольствием, и у него все получается, надо не забывать его хвалить и поддерживать.