



Министерство культуры Красноярского края
Красноярская краевая детская библиотека
Отдел обслуживания читателей-детей 11-16 лет

Как подготовить старшего к появлению младшего

Памятка для родителей

Красноярск
2017

Составитель: **Д. А. Бабаева**, ведущий библиотекарь отдела обслуживания читателей-детей 11-16 лет Красноярской краевой детской библиотеки

Редактор: **О.С. Козлова**, редактор Красноярской краевой детской библиотеки

Компьютерная вёрстка: **Р. К. Блинова**, ведущий методист отдела методического обеспечения и инновационной деятельности библиотек Красноярской краевой детской библиотеки

Ответственный за выпуск:
Т.Н. Буравцова, директор Красноярской краевой детской библиотеки

Рождение второго ребёнка – это судьбоносное событие не только для родителей, но и для старшего ребенка. Появление в доме нового маленького человека приносит родителям ощущение счастья. А что приносит рождение младшего брата или сестры старшему ребёнку? Часто обиду, чувство досады, непонимание ситуации, что может привести к появлению детской ревности.

Нормальный, психологически здоровый первый ребёнок, воспитывающийся в любящей семье, после появления братика или сестрички неизбежно будет ревновать родителей к малышу. Ревность – совершенно естественное чувство, которое нуждается в самовыражении. Задача родителей – помочь ребёнку преодолеть эту ревность, справиться с ней. Ведь первенец, ревнуя, испытывает серьезный душевный дискомфорт, он переживает настоящий стресс, который мешает ему радоваться жизни.

Любой из нас, сталкиваясь с необходимостью расстаться с положением единственного объекта внимания и любви, в первый момент испытывает не слишком приятные эмоции. Но взрослые люди способны управлять своими чувствами, призывая на помощь разумные доводы и находя различные плюсы в складывающейся ситуации.

Ребёнок же этого не умеет. Он не может бороться со страхом, что отныне навсегда будет отодвинут на второй план, что его место займёт другой. Однако в силах каждого из родителей минимизировать негативную реакцию, приняв необходимые меры уже в период беременности, тем самым значительно упростив принятие ребенком новой социальной роли.

Нельзя рассчитывать на то, что сын или дочка сразу полюбят младенца и будут относиться к нему с такой же нежностью, как и родители, если те не побеспокоились заранее объяснить, что ему ничто не угрожает. К появлению в семье новорожденного нужно заранее, терпеливо и деликатно, подготовить старшего ребёнка.

Психологи советуют родителям несколько приемов, которые помогут подготовить старшего ребенка к появлению младшего.

Советы по подготовке первенца к рождению малыша:

1. Сообщите ребенку о появлении младшего брата или сестры заранее.

Позаботьтесь о том, чтобы ваш сын или дочь узнали о беременности именно от вас. Сообщить ему о радостном событии лучше примерно на третьем месяце беременности, чтобы он успел свыкнуться с изменениями в своей жизни.

2. Обсуждайте с ребёнком ожидаемое рождение малыша.

Важно сформировать у ребенка правильное представление о том, каким будет новорожденный. Ребёнок должен понимать, что поначалу в дом принесут плачущий и недееспособный кулек, которому нужно внимание и забота, и лишь через некоторое время этот кулёк превратится в разговаривающее, бегающее и прыгающее чудо. Ваша задача пояснить ему, что новорожденный будет маленьким, беспомощным, будет много спать и плакать. Однако постарайтесь не напугать старшего ребенка. Наоборот, расскажите, что малыш будет расти быстро, а старший ребёнок будет его учить всему, что уже умеет сам.

3. Рассказывайте старшему о том, какие преимущества даёт ему появление сестры или брата.

У него появится самый настоящий друг, на которого всегда можно будет положиться, с которым можно будет весело играть, благодаря которому он никогда не будет чувствовать себя одиноким.

4. Не связывайте перемены в жизни старшего ребёнка с появлением младшего.

Все значительные перемены в жизни ребёнка – переезд в другую комнату, посещение детского сада не стоит связывать с рождением младшего. Если старшему ребёнку предстоит уступить своё место младенцу, скажем, в родительской

спальне, важно организовать процесс перемещения задолго до появления малыша.

5. Вовлекайте ребенка в процесс подготовки к рождению братика или сестрички.

Первенец будет чувствовать свою причастность к грядущему событию, если вы будете обсуждать с ним все насущные вопросы. Он может помочь выбрать кроватку, игрушки и одежду для малыша, подобрать подарок братику или сестричке. Дайте старшему возможность почувствовать, что он имеет исключительные права, например, вместе с ним пойдите в магазин за игрушками для маленького, чтобы впоследствии старший гордился тем, что сам выбирал игрушки для братика или сестрички. Можно вместе выбрать имя малышу. Существует даже поверье, что второму ребёнку должен выбрать имя первый. Либо, если вы уже выбрали имя, можно представить в глазах ребенка все так, будто он сам его выбрал. Некоторые люди пишут понравившиеся имена детей на листочках, бросают их в шляпу и дают старшему ребенку вытянуть любую бумажку. Если имя уже выбрано, можно просто написать несколько бумажек с одним и тем же именем.

6. Рассказывайте старшему ребенку о его младенчестве.

Рассказывайте старшему ребёнку, каким он был в детстве, как он вёл себя в животе у мамы, показывайте фотографии его младенческого периода и объясните, что его брат или сестра родится таким же маленьким и беспомощным, как и он несколько лет назад, и будет нуждаться в его защите. Этот приём поможет вызвать благожелательное любопытство и желание поскорее стать «взрослым защитником» и маминим помощником.

7. Покажите ребенку положительный пример семей с большим количеством детей.

Хорошо, если у вас есть знакомые, в семье которых несколько детей. Можно сводить старшего к ним в гости. Расскажите ему о преимуществах большой семьи и покажите,

как весело детям играть друг с другом. Скажите, что и он будет так играть с братом или сестрой, как только малыш немного подрастет.

8. Расширяйте круг общения ребенка со сверстниками.

Постарайтесь, чтобы у ребёнка был круг общения вне семьи. Если он будет больше общаться с другими детьми, его жизнь не будет связана только с родителями, и он безболезненно перенесет появление малыша.

9. Сыграйте на чувстве ответственности ребенка и его желании быть взрослым.

Дайте старшему понять, что вы доверяете ему и уверены, что он будет прекрасным старшим братом или сестрой.

10. Выполните заранее все изменения, которые предполагается в ближайшее время внести в жизнь ребенка.

К примеру, «переселение» в другую кроватку или даже переезд в собственную комнату, адаптацию к детскому саду, отлучение от груди и тому подобное. Постарайтесь сделать это максимально комфортно для ребенка, чтобы все нововведения и изменения не ассоциировались у него с рождением второго ребенка.

11. Заранее купите новые игрушки для старшего ребенка.

После рождения младенца следует синхронно дарить подарки обоим детям.

12. Посетите семью, в которой недавно родился малыш.

Так ваш ребенок собственными глазами увидит, что представляет собой новорожденный, услышит свойственные ему звуки, поймет, как осторожно с ним нужно обращаться. Если возможности понаблюдать за младенцем воочию нет, вы можете читать ему книги, показывать фотографии или ролики о самых маленьких.

13. Повышайте требования к старшему ребёнку до рождения малыша.

Таким образом, в течение нескольких месяцев до родов развивается их самостоятельность. Кроме того, в этом случае дети не связывают ограничение в помощи со стороны родителей непосредственно с появлением младенца.

14. Не стоит затрагивать темы, которые, возможно, не появятся вообще.

Ни в коем случае нельзя говорить: «Мы будем любить тебя так же, как и маленького» или «На тебя у нас тоже будет много времени». Услышав такое, у ребёнка волей-неволей возникнет тревога, что он уже не сможет получить столько же любви и внимания, как младший ребёнок. Не стоит спрашивать: «Хочешь ли ты братика или сестричку?» Откуда вы уверены, что ответ будет положительным?

Необходимо снабжать малыша тщательно продуманной информацией постоянно, но в очень маленьких объемах, как бы вскользь. Ни в коем случае нельзя переборщить. Причем, чем он старше, тем тоньше это нужно делать. Вот некоторые примеры текста:

«Везет тебе, скоро появится твой настоящий братик».
(Развивается тема позитивности, желанности его появления и отличия «настоящего», родного братика или сестрички от двоюродных братьев и сестер, друзей и пр.)

«А у меня вот не было младшего братика в детстве».
(Тут можно поговорить о негативных проявлениях этого неприятного момента в вашей жизни: некого было защищать, не с кем играть и т.п.) *«Счастливчик, у тебя скоро будет маленькая сестричка, а я в детстве говорил своим родителям: «Рожу себе сестричку сам, раз вы не хотите».*

Неплохо сравнивать старшего малыша с младшим. Сравнение, конечно же, должно быть либо нейтральным, либо в пользу старшего (пока младший еще не слишком смышлен):

«Когда ты был у меня в животе, ты все время хотел пить яблочный сок - мой любимый, а твой братик, чувствую, любит морковный!»

«Давай измерим мой живот, посмотрим, кто больше - твой братик сейчас или ты, когда там сидел...»

«Ты брыкался у меня в животе точно так же, как и твоя сестричка...»

Разобравшись, как подготовить ребенка к появлению второго ребенка, мы получили некое подобие сборника советов и рекомендаций. Никто не говорит, что будет просто и гладко, все старшие дети испытывают дискомфорт и некоторую разновидность стресса при рождении второго малыша. Конечно, у всех деток проявления этих переживаний различны, впрочем, как и период адаптации к новому укладу жизни.

От мудрости родителей зависит очень многое, в том числе и будущие взаимоотношения между детьми. Терпение, честность, любовь и справедливость – очень ценимые нами, но очень важные качества, которые помогут каждой маме, каждому отцу в их нелегком каждодневном труде. Удачи вам!

Список использованной литературы:

- ✓ Бердникова, А. Г. Как справиться с капризами/ А. Г. Бердникова. – М.: Мозаика-синтез, 2015. – 240 с.
- ✓ Герхардсен, Э. И больше не дерись! Как избежать ревности между детьми в семье/ Э. Герхардсен. – М.: Альпина Паблишер, 2016. – 232 с.
- ✓ Зимина, И. Старший – младший. Как подготовить старшего ребёнка к появлению младшего? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.9months.ru/psihologia/151/starshiy-mladshiy>
- ✓ Как подготовить ребенка к появлению второго ребенка? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://luckymummy.ru/431-kak-podgotovit-rebenka-k-poyavleniyu-vtorogo-rebenka.html>

✓ Кушнир, Е. Как подготовить ребёнка к рождению второго: 9 правил [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/kak-podgotovit-rebenka-k-rozhdeniyu-vtorogo-9-pravil/>

✓ Росс, А. Наши дети - наши проблемы/ А. Росс. - Ростов н/Д.: Феникс, 2002. - 317 с.

Готовясь к появлению в семье малыша, рекомендуем книги к совместному со старшим ребёнком прочтению:

✓ Арру-Виньо, Жан. Ф. Суп из золотых рыбок /Ж. Ф. Арру-Виньо. – М.: КомпасГид, 2014. – 104 с.

✓ Викофф, Д. Воспитание без наказаний и крика/ Джерри Викофф, Барбара Юнелл. – Минск: Попурри, 2007. - 272 с.

✓ Гресь, А. Старший и младший/ А. Гресь //Растем вместе. – 2011. – № 12. – С. 22-23.

✓ Гриббэн, Т. Не в пижаме дело, или то, что действительно нужно вашему малышу/ Т. Гриббэн. – Киев: Гранд, 1996. – 47 с.

✓ Даллос, Д. Ревность/ Д. Даллос, В. Роллан. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2006. – 144 с.

✓ Жвалевский, А. Типа смотри короче/ А. В. Жвалевский, Е. Б. Пастернак. – М.: Время, 2014. – 254 с.

✓ Зажигина, М. А. Чего не стоит делать родителям, но что они все равно делают/ М. А. Зажигина. – М.: Генезис, 2007. – 240 с.

✓ Иевлева, С. В. Воспитываем ребенка? Или себя?/ С. В. Иевлева. – М.: Лабиринт-Пресс, 2009. – 256 с.

✓ Клайва, Р. И не забывай гладить котенка/ Р. Клайва. – М.: Самокат, 2006. – 64 с.

✓ Корнеева, Е. Н. Вы и ваш ребенок. 100 ответов на родительские «почему?»/ Е. Н. Корнеева. – М.: Мир и Образование: Оникс, 2013. – 224 с.

✓ Людвиг С. Ох уж эти мамы!/ С. Людвиг. – М.: Махаон, 2013. - 304 с.

✓ Мюрай, Мари-Од. Голландский без проблем /М. - О. Мюрай. – М.: Самокат, 2006. – 64 с.

- ✓ Современный ребёнок: энциклопедия взаимопонимания/ Под ред. А. Я. Варги. – М.: Прагматика культуры, 2006. – 640 с.
- ✓ Темплар, Р. Правила родителей/ Ричард Темплар. – М.: Альпина нон-фикшн, 2009. – 272 с.
- ✓ Ферра-Микура, В. Двенадцать человек - не дюжина /В. Ферра-Микура. – М.: Теревинф, 2010. - 136 с.

Эти издания вы можете взять для чтения в Красноярской краевой детской библиотеке.

Наш адрес: 660059, г. Красноярск, ул. Корнетова, 2.

Сайт: www.kkdb.ru

Телефон отдела: 201-35-92

