|  |
| --- |
|  |



**советы психолога**

** Сестры и братья. Как им жить мирно?**

**"Сиблингами"** психологи называют всех братьев-сестер в семье, и

они – зона особого внимания специалистов.

Дело в том, что старшие и младшие дети в семье редко бывают дружны. Чаще они ожесточенно борются между собой за пространство, вещи, родительское внимание. При отсутствии конкретных воспитательных действий взаимное неприятие сиблингов может доходить до ненависти со всеми вытекающими и часто серьезными последствиями. Очень долго ребенок – абсолютный эгоист. Он не желает делить родительскую заботу о себе ни с кем. Поэтому он чувствует тревогу всякий раз, когда его наказывают, обижаются на него, хвалят при нем соседского малыша или как-то еще дают понять, что он не оправдывает ожиданий. А уж когда в доме появляется младенец, первенец легко может решить, что это он был недостаточно хорош, послушен, способен, старателен и поэтому вы решили завести себе "запасного" ребенка, так как первый вам не удался. Вот почему, даже повзрослев, дети часто продолжают неосознанно воспринимать друг друга как конкурентов, и в их отношениях бывает так мало терпимости. Кроме того, сиблинги не только ревнуют, но и защищаются друг от друга, потому что бессознательно опасаются покушения от брата/сестры на собственную зону душевного комфорта.

**Почему они такие разные?**

Ну конечно же, потому, что им достались разные комбинации ваших генов, потому что они "застали" вас на различных стадиях вашей жизни, потому что ваш опыт и убеждения успели измениться, потому что они, возможно, разного пола. Но не только это. Оказывается, **на формирование характера ребенка сильно влияет и очередность его рождения.**

Фрейд был первым из психологов, заметивших, что позиция ребенка среди его сестер и братьев имеет важное значение для всей его последующей жизни. Позиция эта определяется количеством детей, их полом и промежутками между их рождением. Чем ближе возраст детей, тем большее влияние они оказывают друг на друга. Вот некоторые общие черты, которые обычно бывают присущи той или половозрастной комбинации сиблингов.

**Старшие дети.** Исторически сложилось так, что старшие дети обычно наделены большей ответственностью, большими правами и обязанностями (в том числе правами наследования имущества, титула и статуса). Соответственно, старшие дети – это продолжатели традиций: они ответственные, часто консервативные, стремятся к достижениям, беспокоятся за честь семьи и ее репутацию. Почему так складывается?

Начнем с того, что **старший ребенок сперва воспитывался как единственный**. Затем, когда для него стала привычной его привилегированная позиция, его место в "душе" родителей занимает новорожденный. Когда такой "захват" происходит до 5 лет, это очень болезненно воспринимается ребенком, особенно если второй ребенок того же пола. Это стимулирует один из общих стереотипов поведения старшего ребенка: он очень старается быть хорошим, чтобы родители продолжали любить его больше, чем новорожденного. Старший обычно приобретает многие родительские качества: он умеет быть воспитателем, способен принимать на себя ответственность и занимать лидерскую позицию. Упор на высокие достижения делает старшего ребенка более чувствительным и серьезным. Он добросовестен, но не принимает критики.

**Младшие дети.**Опять же, с точки зрения культурных и исторических стереотипов, младший ребенок – это часто романтический герой, авантюрист, нарушитель традиций, которому приходится пробиваться самому (вспомните хотя бы сказку "Кот в сапогах" или нашего Иванушку-дурачка). Поскольку в старые времена им редко светило большое родительское наследство, именно этот тип людей осваивал когда-то новые земли, покидая дом в поисках приключений и богатства. Сейчас все несколько иначе.

**Младший ребенок не был травмирован появлением новорожденного**. Для всей семьи он оказывается малышом, и часто его продолжают нянчить, даже когда его детство давно осталось позади. Родители ожидают от младшего ребенка гораздо меньшего и оказывают на него меньшее давление. Поэтому, как вы можете догадаться, он меньшего достигает. Он лишен самодисциплины, и ему бывает трудно принимать решения. Поскольку он привык быть в семье самым маленьким, он знает, что быть агрессивным бесполезно, и вырабатывает манипулятивные пути достижения желаемого – либо демонстративно обижается, либо пытается очаровать.

**Средний ребенок.** В одно и то же время он является для кого-то старшим, а для кого-то младшим. Поэтому он впитывает в себя черты обоих групп, часто затрудняется в самоопределении. Однако средние дети часто умеют хорошо вести дела с различными людьми, поскольку вынуждены были научиться жить в мире со своими братьями и сестрами. Так что они оказываются достаточно гибкими и дипломатичными и умеют приспосабливаться к различным обстоятельствам.

**Единственный ребенок** во многом наследует черты своего родителя того же пола. Как правило, он комфортно себя чувствует наедине с самим собой, но спокойно принимает помощь, когда она ему нужна. Поскольку родители склонны возлагать большие надежды на своего единственного ребенка, он обычно отличается и в школе, и в других областях своей деятельности и бывает крайне расстроен, если не преуспевает во всем, чем занимается. Поскольку единственный ребенок не привык к повседневному общению с другими детьми, бывает, что он с трудом привыкает к близким отношениям. Он не воспринимает пики и спады в повседневной жизни и поэтому с трудом понимает и принимает нормальные изменения настроения. Он не может свыкнуться с тем, что человек, который сердится на него сейчас, скоро будет смеяться и шутить.

**Близнецы наименее подвержены детской ревности**. Наоборот, они оказывают очень большое влияние друг на друга и во многом являются отдельной маленькой командой (иногда даже ощущают себя одним человеком). Их очень забавляет то, что люди с трудом их различают, часто они выручают друг друга на экзаменах или в детских шалостях. Братья, сестры или одноклассники очень мало способны влиять на них. Таким образом у них развиваются прекрасные навыки командного взаимодействия, однако им бывает очень трудно покинуть друг друга даже для устройства собственной личной жизни.

**Почему я люблю одного из них больше другого?**

Объяснений этому может быть достаточно много. Начать с того, что в нашей стране огромную роль в воспитании детей играет старшее поколение, то есть бабушки и дедушки. Как правило, они либо живут в одной квартире с новорожденным, либо считают своим долгом постоянно помогать молодым родителям (а еще лучше – контролировать их). И это понятно: у молодой мамы и хлопот много, и опыта мало, да и стресс серьезный. Поэтому бабушка может окружить внука таким вниманием, что со стороны вы не всегда сможете понять, кто из этих двух женщин приходится ребенку настоящей мамой.

Со вторым ребенком ситуация может сложиться совершенно иначе. Тут и бабушка стареет, и мама набирается опыта, делается уверенной, компетентной – психологически впервые становится реальной матерью. Кстати, это часто и усугубляет детскую ревность, и возбуждает чувство вины у мамы, из-за того, что она по-разному относится к детям. Так что на этом фоне делается масса глупостей (старшему ребенку больше позволяется, или, наоборот, находятся оправдания, почему к нему можно хуже относиться).

Встречаются случаи, когда рождение сына расценивается как большой подарок и он становится кумиром семьи, в то время как к дочери родители могут относиться явно прохладнее. Опросы показывают, что большинство родителей хотели бы иметь по крайней мере одного сына и готовы продолжать попытки до тех пор, пока он не появится. Дело здесь не только в том, что мужчина традиционно считается продолжателем фамилии. Такое может случиться потому, например, что несколько поколений назад кто-то в роду потерял любимого сына и с тех пор появление мальчика в семье – праздник. Известно также, что матери-одиночки обычно больше и дольше опекают именно сыновей, так как у них страх потерять мужчину изначально сильнее, чем у замужних женщин.

Когда в семье двое детей и один из них явно больше похож на одного из родителей, а второй – на другого (характер, стратегии, способности, внешность), то отношение к этим детям может сильно зависеть от самооценки родителей. Если самооценка родителя высокая, то он хорошо будет относиться и к своему уменьшенному портрету, а если низкая, то будет сочувствовать ребенку или отвергать его, как бы не желая смотреться в такое зеркало. Если супруги ладят и нравятся друг другу, то они будут любить эти черты и в детях (или, наоборот, ужасаться, что "он весь в тебя").

Так что, если у вас есть дети обоих полов, обратите внимание на то, нет ли среди них явных "любимчиков", которым позволено все, или, наоборот, бедных Золушек, которые вынуждены лишь покорно ждать взросления, когда они смогут освободиться от ваших предрассудков. С психологической точки зрения, и изгои, и любимчики все равно травмированы. Первые обижены, но не свободны: они всю жизнь пытаются любыми средствами заполучить доказательства любви и признания. Вторые избалованы и плохо подготовлены к реальной и, главное, самостоятельной, жизни.

**Что с ней делать, с детской ревностью?**

К сожалению, родители редко обращаются к психологам непосредственно по поводу конфликтных ситуаций или хронической ревности между сиблингами. Обычно они просят помочь лишь одному из детей, более грубому или замкнутому, предполагая, что, изменив его асоциальное поведение, они улучшат ситуацию в семье в целом. Чаще объектом беспокойства родителей бывают вторые дети. Основная проблема этих детей заключается в том, что их растят образцово-показательными. Согласившись с тем, что первенец не в полной мере соответствует идеалам и ожиданиям, родители хотят, чтобы второй стал самым лучшим, самым умным, самым красивым, самым... Однако сколько бы ни было лет второму ребенку, он всегда находится в положении слабого, опекаемого не только родителями, но и старшими братом или сестрой, следовательно, не чувствует собственной значимости, нередко имеет заниженную самооценку, а отсюда бунт, драки.

Бывает, что братья и сестры толкают, пинают, кусают и дергают за волосы друг друга, визжа так, что родители слышат издалека. Ясно, что такое поведение больше адресовано родителям, чем друг другу.

**Как же научить их любить друг друга и**

**на что следует обращать внимание?**

1. Иногда ревность может стать одной из причин низкой успеваемости в начальной школе. Младший ребенок, как правило, отнимает у родителей больше времени и энергии, а когда старший идет в школу, он попадает в новую для себя обстановку, получает домашние задания. И он может воспользоваться этими сложностями для привлечения внимания родителей к себе. Ведь чем хуже он справляется со своими обязанностями, чем труднее адаптируется, чем в большей помощи и поддержке нуждается, тем легче может заставить родителей заниматься своими проблемами, а не нуждами младшего ребенка. И тогда у симптома – низкой успеваемости – появляется вторичная выгода, не имеющая никакого отношения ни к школьной жизни, ни к интеллектуальным способностям ребенка: она позволяет ему заполучить время и внимание родителей.

2. Бывает, что сильная ревность между детьми является метафорой конфликта родителей. Конечно, ссорятся они о чем-то своем, но часто используют в конфликте родительские модели поведения, да и суть споров оказывается той же, что и у родителей. Кто кого будет слушаться, чья очередь убирать комнату, кто громче включает музыку, чьи друзья более отвратительные и т. д. В таком случае детей сближать бесполезно, так как сначала надо мирить родителей.

3. Личные вещи очень важны для детей, они подпитывают чувство их индивидуальности. А если братья или сестры постоянно берут эти вещи или портят их, дети могут относиться к этому так же, как вы отнеслись бы к ограблению или даже насилию. Естественно, временами братья и сестры испытывают друг к другу чувства злости, ненависти и недовольства. Если взрослые старательно закрывают на это глаза, враждебность просто загоняется в подполье, где подогревается еще и обидой, чувством непонятости, виной или страхом. Детям важно чувствовать, что к каждому из них относятся справедливо. Справедливо не обязательно означает одинаково. Ребенок точно оценит ваше внимание, если вы позаботитесь именно о его эксклюзивных потребностях, а не подарите ему то же самое, что и его сестре.

Выделите специальное время для общения с каждым ребенком. При появлении в семье нового ребенка, определите время, посвященное общению только со старшим ребенком. Не позволяйте ничему постороннему мешать этому. Старший ребенок должен знать, что у него всегда есть особое время, которое он может провести наедине с кем-то из родителей.

Уважайте разницу между детьми. Казалось бы, разве это не справедливо дать каждому ребенку одинаковое количество блинов за завтраком? Но это "справедливое" обращение не принимает во внимание то обстоятельство, что у каждого ребенка может быть различный аппетит. Если вы услышите: "А почему ему досталось три блинчика, а мне только два? " – отвечайте: "А, ты все еще голоден? Дать тебе целый блинчик или половину? Целый? Сейчас принесу". Таким образом поменялись смысловые акценты. Вы не утверждаете: "Ты получаешь столько же, сколько и старший брат". Теперь вы говорите совершенно иное: "Я готова удовлетворить твои личные пожелания".

**Ссоры**

Простых решений этой проблемы не существует, однако важно помнить, что некоторые конфликты могут играть положительную роль – при условии, что они не заходят слишком уж далеко. Стрессы и ссоры случаются потому, что именно так достигается переход на новый, более стабильный уровень отношений. Но дети делают это слишком неуклюже, поэтому им нужна помощь родителей.

В большинстве случаев **родителям следует избегать роли арбитра** в стычках между детьми. Но если вас все-таки втянули в ссору, дайте каждому ребенку возможность высказать свою жалобу или обиду, а затем попросите одного вкратце изложить суть жалобы другого, чтобы убедиться, что он все услышал и правильно понял. Пусть потом дети вместе составят перечень возможных путей и способов разрешения конфликта. В таком случае вы не только вернете ответственность за решение конфликта обратно в руки детей, но и научите их преодолевать различные жизненные неурядицы, препятствия и негативные моменты.

**Дайте возможность высказаться всем**. Если ребенок принимал участие в разработке какого-то правила, он постарается сделать так, чтобы это правило не нарушалось. Но если правило навязано ему сверху, вполне вероятно, что он попытается все-таки нарушить его. Закрепите новые правила поведения внутри семьи. Если правило гласит "никаких драк", дисциплинарным наказанием за его нарушение должно быть временное приостановление всех игр. Это очень эффективный прием. Когда дети начинают драться, родители должны сказать: "В этом доме драки не допускаются. Вот ты садись сюда, а ты сядешь сюда". Стулья должны быть приставлены к стене и расположены так, чтобы дети не могли видеть друг друга. Подождите минут пять и потом поговорите с детьми об их ссоре. К этому моменту они, наверное, уже успокоились – как раз время обсудить разумные альтернативы дракам.

Чтобы дети не боялись своих собственных чувств по отношению друг к другу и допускали, что они иногда могут и поссориться и в этом нет ничего страшного, поговорите с ними об этом. Можно рассказать о своих детских переживаниях и стычках со своими братьями и сестрами. Если же вы были единственным ребенком, то наверняка общались со своими кузенами или же, наоборот, всегда только и мечтали иметь сестру или брата. Покажите детям положительные стороны их совместной жизни, иногда давайте им общие задания, старайтесь ровно вести себя с каждым из них. Если дети однополые, лучше, если у каждого из них будут свое хобби, талант или увлечение, чтобы им как можно **меньше приходилось соревноваться**.

И еще одно наблюдение. Общеизвестно, что драки, шум и крики происходят только в присутствии взрослых, в большей степени адресованы им, чем друг другу. Поэтому от поведения родителей зависит многое. Особенно **нельзя разрешать детям ябедничать**. Для этого надо: а) научить сиблингов использовать прямые контакты, то есть выражать ревность не косвенно, родителям, а открыто, друг другу, причем словами: "Мне не нравится, когда ты со мной дерешься...", "Я обижаюсь, когда ты берешь мои вещи..." Подобные заявления способствуют поиску детьми новых, грамотных форм общения, минуя взаимные "задевания"; б) попросить детей выйти из помещения и самим разобраться в конфликтной ситуации.

Постарайтесь принять то, что **они разные и каждый хорош по-своему.** Поэтому не заставляйте их во что бы то ни стало обожать друг друга, всегда быть вместе и постоянно сотрудничать. Предписанная любовь редко бывает долгой и искренней. Наверняка придет время, когда им станет просто интересно быть вместе, без всякого вашего давления. И тогда они вполне смогут почувствовать себя друзьями, а не родственниками, сменят конкуренцию на сотрудничество и этот бесценный опыт смогут передать уже своим детям. И когда-нибудь будут так же с улыбкой рассказывать, как они однажды здорово подрались со своим братом...

**С уважением, педагог-психолог Водопьянова Юлия Сергеевна**

