



Секреты воспитания

УЖ ЭТИ ДЕТКИ!



Е. Е. Алексеева

У тебя будет братик или сестричка!

**Книга
для родителей,
которые ждут
второго
ребенка**



сАНКТ-ПЕТЕРБУРГ
·2012·



СОДЕРЖАНИЕ

<i>Введение</i>	3
Рождение второго ребенка как радость и испытание для первенца и для всех членов семьи.....	4
Что надо учесть родителям до появления второго ребенка	7
Как подготовить первенца к появлению второго ребенка	16
Рекомендации для родителей	33
В семье растут мальчики, и в семье растут девочки	35
Заключение	44
<i>Литература</i>	46

Введение

Эта книга для родителей, которые планируют, ожидают или уже воспитывают второго ребенка. Вы узнаете, как сохранить семейные отношения в трудной жизненной ситуации, какой является рождение второго ребенка в семье, как подготовить первенца к появлению у него брата или сестры, какие особенности воспитания мальчика и девочки необходимо учитывать родителям. Известно, что рождение второго ребенка в семье может вызвать *sibs-конфликт* — так называется конфликт между кровными братьями и сестрами.

Как не допустить появления *sibs-конфликта* и как смягчить переживания первенца? Что ждет ребенок от родителей в этот период, и как сделать, чтобы эта большая радость — появление второго ребенка в семье — не обернулась проблемой для него? Что надо учесть родителям до появления второго ребенка, и какие важные задачи необходимо решить на разных этапах подготовки первенца к рождению брата или сестры?

На эти и другие вопросы вы найдете ответы в этой книге. А рассмотрение конкретных семейных историй поможет вам избежать тех ошибок, которые приводят к конфликтам между самыми близкими людьми — между братьями и сестрами, поможет сделать так, чтобы ваши дети пронесли через всю свою жизнь чувство любви и дружбы, а не чувство ненависти и вражды.

РОЖДЕНИЕ ВТОРОГО РЕБЕНКА КАК РАДОСТЬ И ИСПЫТАНИЕ ДЛЯ ПЕРВЕНЦА И ДЛЯ ВСЕХ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ

«Один ребенок — не ребенок, два ребенка — полребенка, три ребенка — это ребенок!» Эта народная мудрость метко отражает мысль о том, что родительское чувство развивается постепенно, его становление происходит с увеличением количества детей в семье. Какие чувства испытывает первенец, когда в семье появляется второй ребенок? Будет ли ребенок, появившийся в семье первым, испытывать вместе с родителями чувство радости от появления брата или сестры? Ответы на эти вопросы зависят от поведения родителей в этот период. Вот как, например, отреагировал мальчик 4 лет на появление брата: «Ну, родился и родился, чему вы все так обрадовались, я вообще не рад этому, я хочу отнести его обратно туда, откуда его принесли!»

Родителям важно понимать, что первый ребенок не всегда готов принять мысль о появлении еще одного ребенка в семье, не всегда готов делиться своими игрушками и вещами. Такое поведение первенца вполне оправдано с точки зрения тех законов, которым подчиняется вся семейная система. Первенец, с одной стороны, радуется тем изменениям, которые происходят в его семье, а, с другой стороны, стремится к сохранению того состояния, которое было в семье раньше и сопротивляется тем изменениям, которые неизбежно сопровождают появление второго ребенка.

С появлением второго ребенка в семье начинают происходить изменения, носящие как положительный, так и отрицательный характер. Не случайно рождение второго ребенка в психолого-педагогической литературе рассматривается как трудная жизненная ситуация в семье, поскольку происходит изменение всех семейных отношений, изменение общения и изменение совместной деятельности в семье. В тоже время, если члены семьи справляются с этой новой семейной ситуацией, то показатели удовлетворенности браком после рождения второго ребенка становятся значительно выше, чем после появления первого ребенка.

Появление второго ребенка требует от членов семьи новых способов приспособления к этой ситуации. Приведем три правила, соблюдение которых поможет родителям справиться с ситуацией, связанной с появлением в семье еще одного малыша.

1. Стараться чаще выходить из дома, для того чтобы отвлечься от монотонности семейной жизни.
2. Оказывать эмоциональную поддержку друг другу, помнить, что в ней нуждаются все члены семьи, а в большей степени первый ребенок.
3. Заранее готовить первенца к появлению брата или сестры.

Появление второго ребенка в семье является стрессом для семьи, но стрессом нормативным (прогнозируемым). Его характерными чертами являются:

- 1) ухудшение взаимоотношений в семье в связи с усталостью и нехваткой времени;
- 2) обострение разногласий в семье по поводу перераспределения ролей;
- 3) сокращение времени, уделяемого супругу и первому ребенку, и сокращение времени, проводимого супругами вместе;

- 4) уменьшение возможностей следить за собой, что может приводить к «комплексу неполноценности» по поводу своей внешности;
- 5) возникновение или обострение материальных проблем;
- 6) уменьшение встреч с друзьями;
- 7) возникновение проблем между супругами в сексуальной сфере.

Приведем пример, в котором мама описывает свое состояние в этот период.



Тот год, когда появился наш второй малыш, я вспоминаю как самый трудный в нашей семейной жизни. У меня не хватало физических сил днем заниматься с малышами (у наших мальчиков разница совсем небольшая — 2,5 года), а ночью вставать к младшему. От усталости и однообразия в семейной жизни: кормление, гуляние и т. п. хотелось убежать. Было чувство вины, что я хочу побыть вдалеке от своих любимых мальчишек, но с какой радостью я возвращалась к ним, когда удавалось вырваться, как мне казалось, на свободу!

Нормативный стресс, связанный с рождением второго ребенка, может продолжаться длительное время и усугубляться непринятием первенцем брата или сестры. Рождение второго ребенка требует от родителей особой заботы в отношении первенца. От того, как родители сумеют подготовить первого ребенка к новой семейной ситуации, зависит очень многое и прежде всего взаимоотношения между детьми в детстве, которые впоследствии будут перенесены во взрослую жизнь. Подготовка первенца к радостному и, вместе с тем, трудному для семьи событию — появление брата или сестры — должна быть своевременной и начинаться с этапа планирования второго ребенка.

ЧТО НАДО УЧЕСТЬ РОДИТЕЛЯМ ДО ПОЯВЛЕНИЯ ВТОРОГО РЕБЕНКА

При планировании второго ребенка необходимо учитывать несколько факторов:

1. **Медицинский фактор** включает состояние здоровья матери после рождения первого ребенка. Необходимость кормления грудью первенца в течение первого года его жизни определяет минимальную разницу между детьми по формуле: ***кормление грудью первенца плюс 9 месяцев беременности вторым ребенком***. При полном здоровье матери эта формула планирования второго ребенка будет приемлемой, однако если у матери имеются те или иные отклонения в здоровье, ей необходимо время для восстановления сил. Формула, по которой определяется разница в возрасте между детьми, будет выглядеть следующим образом: ***кормление грудью первенца плюс отдых матери от 6 месяцев до 1,5 года плюс 9 месяцев беременности вторым ребенком***. При серьезных нарушениях здоровья для восстановления организма матери потребуется, как минимум, 3 года. Но при разнице между детьми 7 лет и более рождение второго ребенка может иметь такие же осложнения, какие были и при рождении первого. Это связано с тем, что организм матери (ее родовые пути) успевает за 7 лет забыть о том, что с ним происходило, и поэтому рождение второго ребенка, с медицинской точки зрения, можно рассматривать как рождение первого.

Таким образом, минимальная разница между детьми в семье может составлять приблизительно 1,5–2 года. При планировании второго ребенка необходимо учитывать состояние здоровья матери.

2. Психологический фактор включает в себя вероятность так называемого *sibs*-конфликта — конфликта между кровными братьями и сестрами. Наиболее вероятно его появление в ситуации, когда разница между детьми составляет 4–5 лет.

Обратимся к детской психологии: в возрасте 4–5 лет у ребенка происходит бурное развитие эмоциональной сферы, таких важнейших и главнейших человеческих чувств как любовь, эмпатия (способность ставить себя на место другого), сопереживание.

У мальчика эти чувства в большей степени направлены на мать. К ней он испытывает в этом возрасте искреннюю любовь, которую очень важно сберечь, для того чтобы через много лет уже взрослый мужчина смог найти в себе это чувство и подарить его своей избраннице. Эмоционально чувствительные мальчики всерьез собираются жениться на маме. «Мне нужно



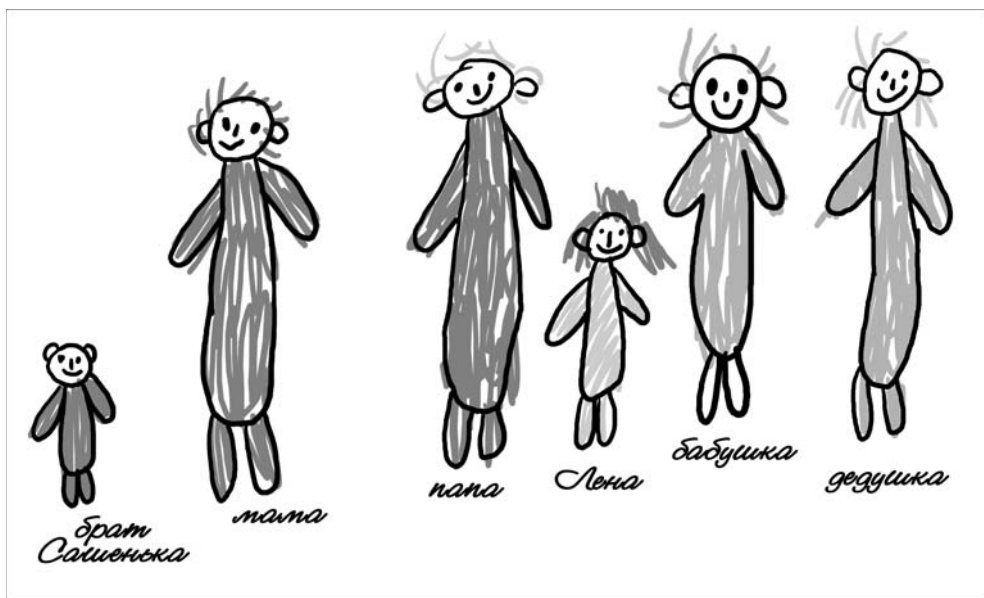
для этого только чуть-чуть подрасти и как-то договориться с папой, который маму вряд ли так просто отдаст» — в этих намерениях малыша нет ничего вредного и запретного, поскольку это свидетельство того, что самое главное чувство — чувство любви — впервые переполняет его. Необходимо отнестись с пониманием к этим переживаниям ребенка и ни в коем случае не ругать, не осуждать, а беречь и возвращать это чувство любви у мальчика к главной женщине в его жизни — матери. Истоки чувства любви взрослого мужчины к женщине находятся здесь, в дошкольном возрасте. И будет ли это чувство любви связано с ревностью, например, зависит во многом от отношения родителей к мальчику в этот непростой для него период жизни. Корни пренебрежительного отношения к женщине со стороны мужчины, грубости, психологического и физического насилия находятся в детстве, когда мальчик испытывал чувство любви к матери. Как относится мать к своему сыну — будущему мужчине, как складываются супружеские отношения в семье, и какой пример подает мальчику отец — все это во многом предопределяет семейные отношения в будущем.

Что происходит с мальчиком при появлении второго ребенка? Как мы уже сказали, мальчик в возрасте 4—5 лет любит свою маму искренне, сильно и нежно, а она вдруг свою любовь, нежность и доброту, которая еще совсем недавно была адресована только ему, начинает делить еще с одним членом семьи. Более того, «с ним она разговаривает более нежно и ласково, чего уже давно я не слышал по отношению к себе. Им она, моя обожаемая и любимая мама, восторгается, восхищается и (о ужас!) хвалит за всякие пустяки, за то, что я уже давно умею делать!»

Подобные мысли отравляют всю жизнь ребенка, более того, мальчик может воспринимать обычное поведение матери как предательство и измену.

У девочки в возрасте 4—5 лет это — самое большое и важное чувство — чувство любви, эмпатии и сопереживания, направляется в большей степени на отца. В случае, если первенцем является девочка, родителям легче не допустить развития sibs-конфликта: девочку легко можно перенаправить на большее общение с отцом. На рисунке показан пример того, как бабушка, дедушка, мама и папа оказывают психологическую поддержку пятилетней девочке Лене, которая на рисунке изобразила своего маленького брата Сашеньку, а значит, включила его в свою жизнь. Усилиями взрослых брату нашлось место не только на рисунке девочки, но и в ее жизни.

Однако необходимо помнить, что перенаправить девочку на общение с отцом получится только в том случае, если до этого у них сложились хорошие отношения. В ином случае девочка будет воспринимать такое перепоручение ее воспитания как наказание за какие-то проступки.



Поддержка первенца семьей в ситуации рождения второго ребенка

От отца в отношении девочки требуются ответные позитивные высказывания на ее чувство любви, и здесь очень важно подчеркивать те положительные качества, которые вы хотите воспитать в дочери, например: «Какая ты у меня хозяйюшка!», «Какая ты у меня помощница!» и т. п. Не надо забывать и о том, что девочка, начиная с возраста 4—5 лет, будет очень чувствительна к оценке своего внешнего вида. И оценка самого значимого мужчины в своей жизни для нее чрезвычайно важна как сейчас, так и в последующие годы ее жизни. Если отец не забывает подчеркнуть достоинства своей дочери, не устает говорить ей, какая она красавица, умница и т. п., то когда девочка вырастет, она будет уверена в себе, будет знать себе цену, ведь папа уверил ее в том, что она красива во всех отношениях. Такая девочка будет более успешна в создании семьи, более привлекательна для представителей противоположного пола, более успешна и в профессиональном плане, ведь отец внушил ей, что у нее все обязательно получится.

Зато при неправильном отношении к девочке именно отец может нанести, сам того не осознавая, тяжелейшую психическую травму своей дочери, отголоски которой будут долго отзываться в жизни уже повзрослевшей девочки.

Приведу пример.



Ко мне на консультацию пришел папа двух дочерей по поводу проблем младшей дочери 9 лет, которая страдала от заниженной самооценки, говорила о своем желании уйти из дома. Оказалось, что старшая дочь, которая никогда не отличалась красотой, была воспитана под обожанием отца и в уверенности, что она самая лучшая, самая красивая и т. п.

Она уже взрослая девушка, ей 18 лет, у нее есть молодой человек, который так же обожает ее, как когда-то обожал отец. Младшая девочка с рождения была очень

хорошенькой, однако отец как будто этого не замечал и всегда старался подчеркнуть недостатки, считая, что ее не надо хвалить и не надо подчеркивать ее красоту, а то она зазнается. Особенно отец любил говорить о том, какие у нее некрасивые пальцы — они похожи на сосиски! Что удивительно, отец даже не догадывался, что он оказывает негативное воздействие на свою младшую дочь, что ее комплексы и переживания по поводу своей внешности взрастил он сам своими словами и едкими замечаниями.



Тот факт, что девочки более чувствительны к словам и более эмоционально реагируют на словесные замечания значимых взрослых, заставляет быть особо осторожными в воспитании девочек. Например, брошенные отцом фразы: «Кто тебя замуж такую возьмет!», «Кому ты будешь нужна!», «Что ты вертишься перед зеркалом, все равно ты никому не нужна!» прочно сидели в эмоциональной памяти уже взрослой девушки, и нам понадобилось много усилий для того, чтобы исправить эту негативную программу, эту психическую травму, нанесенную в детстве девочке ее отцом.

Таким образом, к этому чувству любви, которое впервые так сильно овладело вашим ребенком в 4—5 лет, необходимо отнестись с большим уважением, ведь этот опыт любви очень важен для его будущей семейной жизни.

Итак, для мальчика 4—5 лет ситуация появления второго ребенка в семье является психологически более сложной и напряженной из-за испытываемого им сильного чувства любви к матери, чем для девочки в 4—5 лет, что требует от родителей особого отношения и понимания.

Необходимо помнить и о том, что *sibs*-конфликт при невнимании родителей может обернуться страшной трагедией. Приведем пример, рассказанный уже взрослой девушкой, когда трагедии удалось случайно избежать.



Я несла своего братика выкинуть в помойное ведро, мне он был не нужен, я хотела его выбросить! Родители увидели и предотвратили это!

Или другой пример.



Я очень страдала, когда в семье родился долгожданный мальчик. Папа совсем перестал меня замечать, а мама была постоянно занята. Однажды я решилась! Открыла

окно, вынула из кровати братика и положила его на подоконник. Я хотела его сбросить вниз, чтобы он разбился, и его не было бы в нашей семье. Мама вошла в комнату, и страшной трагедии удалось избежать.

Разберемся, какая разница между детьми будет психологически безопасной для первого ребенка? Чем меньше разница между детьми, тем в большей степени присутствует близнецовый эффект в отношении родителей к детям, а это означает, что sibs-конфликта при появлении второго ребенка легко избежать. Однако при маленькой разнице между детьми таится опасность пропустить индивидуальность, как первенца, так и второго ребенка. Родителям необходимо избегать уравнительного отношения при воспитании детей погодков. Да и по медицинским показателям, как мы убедились ранее, это не всегда является приемлемым.

Другая ситуация наблюдается в семье при разнице между детьми 6—7 лет, когда внимание первенца направлено на овладение новой социальной ролью — ролью школьника. Кроме того, чувство любви у ребенка в 6—7 лет уже теряет свою остроту. Но при разнице между детьми более 7 лет дети (опасность с точки зрения медицинского фактора мы рассмотрели ранее) по психологической сути своей не являются двумя детьми для своих родителей, их скорее можно рассматривать как семью с одним ребенком и еще с одним ребенком.

3. Социальный фактор необходимо учитывать при планировании второго ребенка. Общность интересов будет присутствовать у детей, находящихся на одной стадии социального развития, то есть учет этого социального фактора означает, что второй ребенок в семье должен появиться тогда, когда первенец находится в дошкольном возрасте, и, желательно, чтобы это был не конец дошкольного возраста. Для того чтобы в совместном взаимодействии были закреплены общие интересы,

наиболее приемлемой разницей между сиблингами (кровными братьями и сестрами) в этом случае будет 2—3 года. При большей разнице между детьми будет присутствовать антагонизм интересов, закрепленный в дошкольном возрасте и сохраняемый длительное время.

Таким образом, при планировании второго ребенка необходимо учитывать медицинский фактор (здоровье матери), психологический (пол и возраст первенца) и социальный (социальное развитие первенца).

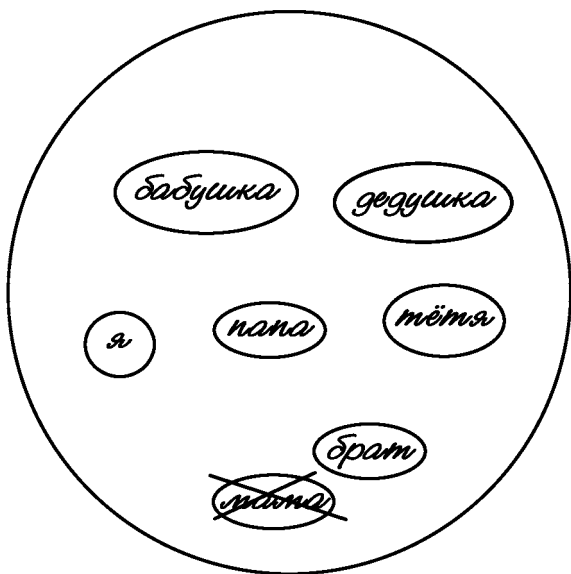
КАК ПОДГОТОВИТЬ ПЕРВЕНЦА К ПОЯВЛЕНИЮ ВТОРОГО РЕБЕНКА

Первый этап подготовки первенца к появлению братика или сестренки — это **этап планирования** второго ребенка. Прежде всего, при планировании второй беременности в разговор об этом важном событии необходимо привлекать первенца. Для ребенка младшего дошкольного возраста это могут быть разговоры в его присутствии о планировании второго малыша. В этих разговорах необходимо особо подчеркнуть, что когда в семье будет еще один ребенок, то первенец сможет играть с ним. Родителям надо рассказать первому ребенку, как это хорошо, когда есть с кем поиграть. Пусть это будут истории из детства родителей на тему «Как папа (мама) весело играл(а) со своим братом (сестрой), когда был(а) маленьким(ой)». Если у родителей не было такого опыта, и папа (мама) был(а) единственным ребенком в семье, то обязательно расскажите ребенку о том, как вам хотелось, чтобы у вас был брат или сестра, как вам было грустно и одиноко, расскажите о том, как вы рады тому, что у первенца будет брат или сестра. При таком отношении первый ребенок не будет чувствовать себя обделенным и обиженным на родителей за то, что те предприняли и спланировали важнейшее изменение в семейной жизни. Большим достижением на этом этапе является появление у первенца желания иметь брата или сестру. Вот как описала ситуацию ошибочного поведения родителей 18-летняя девушка Катя.



Когда мне было 12 лет, мама родила братика, и, что было мне особенно обидно, родители не спросили меня, хочу ли я кого-то. Я не приняла эту ситуацию рождения второго ребенка, у меня испортились отношения с мамой. Я не приняла и брата, сейчас ему уже 6 лет, я с ним стараюсь не общаться, я его не люблю. С мамой отношения постепенно портились все эти годы. Сейчас мы живем, как чужие люди под одной крышей, мама меня, свою дочь, а я свою маму называем по имени и отчеству, мы практически не разговариваем.

В семейной социограмме (в этой методике предлагается изобразить членов семьи в форме круга) молодая девушка нарисовала кружок, обозначающий мать, внизу и зачеркнула его, таким образом, вычеркнув из жизни самого родного на свете человека — свою мать.



Семейная социограмма с изображением нарушенных отношений с матерью в результате нерешенного конфликта, связанного с рождением брата

На рисунке видно, что бабушка и дедушка занимают больше всего места в жизни этой девушки, поскольку их кружки изображены наверху и самыми большими, а папа, хоть и изображен поблизости от нашей героини, но не занимает значимого места в ее жизни, поскольку его кружок самый маленький. С большой горечью молодая девушка Катя говорит о том, что «дедушка и бабушка от нас несколько лет назад переехали на другую квартиру, и я осталась совсем одна».

Кружок с изображением себя получился у Кати самым маленьким, что свидетельствует о низкой самооценке.

Брат изображен рядом с матерью, чуть выше, чем она (см. рисунок). Как видно из рисунка, родители не смогли решить трудную жизненную ситуацию, связанную с рождением второго ребенка и оттолкнули сестру и брата друг от друга надолго, если не навсегда. Из рисунка видно, и чьей любви, внимания и заботы не хватало первенцу, когда появился второй ребенок.

Именно от матери в большей степени зависит психологическая атмосфера в этой семье и восстановление отношений с дочерью. Катя вспоминает, что брат ей в 12 лет был уже не нужен. Это раньше, когда она была маленькая, ей хотелось брата или сестру. Рождение брата принесло в семью лишние заботы, изменилось отношение к Кате, от нее родители стали требовать заботы и внимания по отношению к младшему брату, хотя сами стали уделять девочке гораздо меньше внимания. Мама часто стала высказывать Кате свое недовольство, говорить о том, что она не чувствует от старшей дочери помощи и поддержки. Кроме того, были забыты совместные походы всей семьей и многое другое, что так нравилось Кате, и что было в семье до рождения брата.

Приведем еще один пример, из которого видно, что непринятие детьми друг друга может проявляться не только в детские годы, но и переноситься во взрослую жизнь.



У меня с братом разница 5 лет. Я очень ждала сестричку, и когда родился брат, я всех нашлапала шапкой, которая была у меня в руках. Все детство брат терпел мои издевательства. Сейчас мы уже оба взрослые люди, отношения так и не сложились, мы чужие друг другу.

Второй этап подготовки первенца к появлению братика или сестренки — это **этап ожидания** второго ребенка. Он будет длиться всю беременность мамы. На этом этапе необходимо научить ребенка заботиться о маме, объяснив, что в связи с вынашиванием ребенка ей требуется забота со стороны всех членов семьи.

Для родителей это возможность научить своего первенца-мальчика заботиться о беременной женщине, ведь это пригодится ему через много лет, когда он станет взрослым мужчиной и будет ждать своего ребенка. Для первенца-девочки это возможность примерить ситуацию беременности на себя, прикоснуться к радости материнства, ведь когда-нибудь она и сама станет матерью. При неправильном отношении родителей у первенца могут возникнуть негативные установки: «У меня никогда не будет детей!» или «Я никогда не буду рожать ребенка!» — так стала говорить девочка 6 лет, когда ее беременную маму стал оскорблять отец.

На этом этапе важно предоставить первенцу определенное право решать, какую одежду, игрушки и т. п. купить малышу. Необходимо помнить о том, что такова природа человека — он ценит больше всего то, что он сделал сам, и наибольшую ценность для него приобретает то, во что он вложил свои силы, время, деньги.

Первенец будет смотреть по-иному на братишку или сестренку, если вещи для него выбирал он сам, если он сам вместо игр и развлечений ездил за покупками своему будущему брату или сестре.



В это время выбирается и имя будущему ребенку. Многим родителям даже и в голову не приходит посоветоваться в этом важном вопросе с первенцем. Необходимо знать, что если первенец по возрасту может участвовать в этом важном обсуждении — как назвать второго ребенка — то он обязательно должен в нем участвовать. Приведем пример проявления родителями психологической грамотности при выборе имени второму ребенку.



Я сама назвала своего брата Серёжкой и родители мне в этом не препятствовали, хотя у них были другие варианты имени для моего брата. В детстве я очень гордилась тем, что имя своему брату выбрала я сама. Я полюбила брата еще до его рождения вместе с дорогим мне именем — Серёжка. Теплое отношение к младшему брату я пронесла через все свое детство и сохранила до сих пор,

хоть мы уже давно повзрослели. Наших родителей уже нет в живых, мне от них остался мой Сережка.

Родителям важно понимать, что у них появился реальный шанс научиться заботиться о ком-то своего первенца, дать почувствовать, что проявлять заботу гораздо приятнее, чем принимать ее. Взрослым необходимо постепенно менять ситуацию первого ребенка: ведь раньше заботились о нем, а теперь он заботится о не родившемся малыше, а значит, он большой, он взрослый, и может, как взрослый, нести ответственность за кого-то. Способность принять ответственность за кого-то является важнейшей составляющей семейного благополучия.

Очень часто причиной неудач в семейной жизни является неумение брать ответственность за кого-то, неумение заботиться о близком, неумение получать удовольствие и радость от заботы о дорогом и любимом человеке. Не случайно наличие брата или сестры специалисты рассматривают как добрый фактор, положительно влияющий на стабильность брака. Опыт взаимодействия с братом или сестрой — это опыт заботы и ответственности, опыт ссор и конфликтов, опыт уступок и договоренностей в дальнейшем оказывается чрезвычайно важным для построения своих собственных семейных отношений.

Умение уступать и договариваться, заботиться и нести ответственность — все эти важнейшие умения так необходимы вашему первенцу!

Этот период заканчивается, когда мама находится в роддоме, а папа с первенцем и остальными членами семьи готовится к приему нового члена семьи. Не надо отправлять первенца к родственникам, лучше, если в этот период он будет помогать отцу. Посильное реальное участие в подготовке к первой встрече самых родных людей должно проходить в атмосфере праздника, когда главный подарок мама делает первому ребенку, который

перестает быть единственным и становится старшим: мама дарит своему первенцу человека, который будет для него самым родным на Земле.

Третий этап в подготовке первенца к рождению второго ребенка — это **этап принятия**. Важно, чтобы знакомство первенца с братом или сестрой не омрачилось страхами и указаниями взрослых: «Отойди, ты можешь что-нибудь ему сломать!», «Не разбуди его, он сейчас спит!» и т. п. Необходимо дать возможность первенцу потрогать младшего брата или сестру, ведь он этого так долго ждал! В тоже время родители не должны забывать, что первенец в этот период испытывает смешанные чувства: он может радоваться вместе со всеми, но одновременно испытывать чувство страха за то, что этот маленький человечек, которым все восхищаются, заберет у него любовь, тепло и заботу родителей. И ведь этот страх при неправильном отно-



шении родителей легко может подтвердиться, закрепиться и укорениться. Если такое случилось, то с этим страхом нужно разбираться, зная несколько нехитрых правил: страхи не любят когда о них говорят, страхи не любят когда в них играют, и страхи тают, как снег тает теплым весенним днем, когда над ними смеются. Для того чтобы страх первого ребенка («Меня не любят!», «Я никому не нужен!») растворился и исчез, необходимо проявлять по отношению к первенцу вдвое больше любви, ласки, тепла и эмоциональной заботы, чем было раньше.

Первенец с появлением второго ребенка в семье испытывает сильнейший стресс в своей жизни: родители уже не принадлежат только ему безраздельно и полностью, как это было раньше, его устойчивый мир единственного ребенка в семье разрушился. При негативном развитии стресса стадия напряжения и сопротивления, длительность которой зависит от состояния здоровья первенца, сменяется третьей стадией — стадией истощения, на которой первенца могут начать одолевать психосоматические заболевания. Разберемся, что происходит с ребенком: первенец заболевает, причем это реальное заболевание, поскольку стресс ударяет по слабому месту в организме ребенка, родители при этом усиливают внимание и заботу к старшему ребенку. Такой простой механизм возвращения внимания, любви и заботы родителей легко усваивается некоторыми детьми, начало хронических заболеваний у которых совпадает по времени с появлением второго ребенка в семье.

Приведем пример.



У Артема, когда ему было 6 лет, родилась сестренка, в которой души не чаяли все родственники. Переживания Артема остались без внимания родителей, а с сестренкой отношения не складывались, Артема часто обвиняли в том, что он причинил вред маленькой сестре, обидел и т. п.

Поступление Артема в школу явилось спасением от затянувшегося sibbs-конфликта, однако и здесь Артему не повезло. В классе Артема преследовал и обижал более сильный мальчик, который держал в страхе всех мальчишек. Молодая учительница не замечала этих взаимоотношений учеников, и когда ссоры и конфликты требовали вмешательства взрослых, считала, что дети могут разобраться самостоятельно.

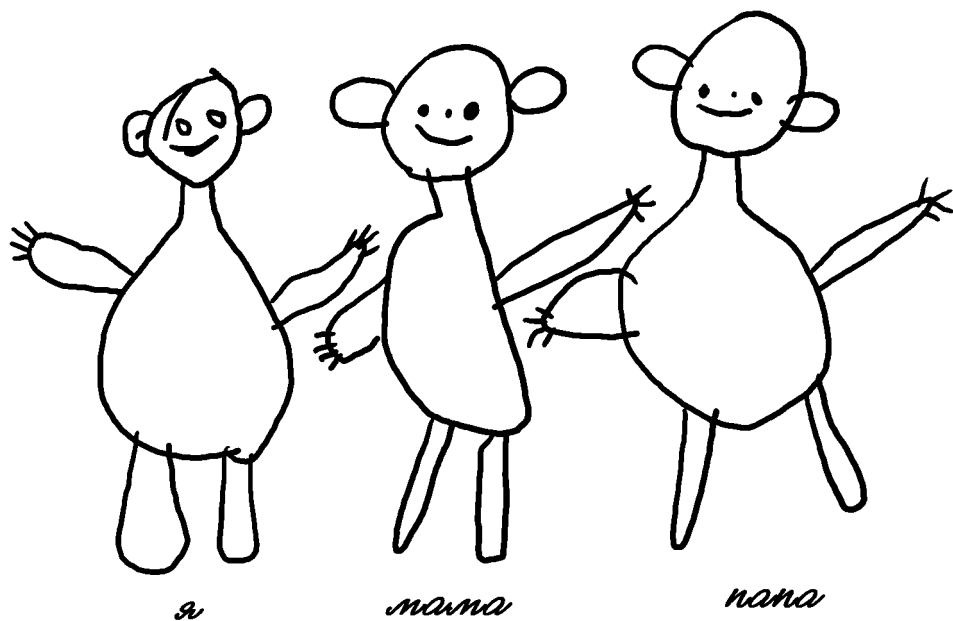
Результатом напряжения и сопротивления двойному стрессу — дома и в школе — стало заболевание — диабет, к которому у Артема была наследственная предрасположенность, но которое могло бы и не проявиться, если бы взрослые, которые окружали Артема, оказывали ему больше внимания. Мама Артема, когда мальчик заболел, стала проявлять к Артему любовь и заботу — все то, чего так не хватало первенцу тогда, когда появилась его сестра.

Все истории, которые сочинял Артем, имели печальный конец, например история про кошку, которая провела своих котят через различные препятствия и сначала потеряла своего старшего котенка, а потом и сама погибла.

В этой истории Артем и был тем самым несчастным котенком, который потерял здоровье. При проигрывании своих историй Артем очень долго брал второстепенные роли, например роль осколка горы, по которой вела кошка своих котят. Таким осколком он стал в своей семье, и заболевание его не является случайным: есть факторы, которые спровоцировали его.

На рисунке показан пример того, как мальчик не нарисовал своего маленького брата, пояснив это тем, что «места для него мало».

Задача родителей на этом этапе — приложить максимум усилий для того, чтобы для второго ребенка нашлось место в



Изображение семьи на этапе принятия первенцем второго ребенка.
«Для брата не нашлось места!»

сердце первенца, тогда и на рисунке он появится. Кроме того, надо понимать, что первенец не может стать старшим, ответственным и заботливым ребенком, за один день, для того чтобы это произошло, необходимо время и постоянная поддержка окружающих его взрослых: «Какой ты у меня помощник!», «Как ты мне помогла!», «Какая ты у меня большая девочка!»

На этом этапе, который может растянуться на несколько лет, от родителей требуется много терпения, внимания и любви к первенцу. Приведем пример такого длительного этапа принятия.



В семье две девочки, одной из них 11 лет, а другой 3 года. Мама постоянно подчеркивает в присутствии старшей дочери, что та — ее правая рука, помощница и умница, и без нее она бы не смогла справиться со всеми домашними делами. Рождение второй дочери было долгожданным (мама несколько лет не могла забеременеть) и запланированным, хотя родители очень надеялись на появление в семье наследника. Аня, старшая девочка, вместе с мамой очень ждала сестренку, но с появлением в семье этого кричащего комочка — своей сестренки Оли — ее радостное ожидание сменилось горьким разочарованием, ревностью, обидой и раздражением. Надо отметить, что папа, во второй раз потерпев неудачу с наследником, решил отстраниться от семейных проблем и с головой погрузился в работу. К сожалению, папа для Ани не оказался тем спасательным



кругом, который бы помог ей удержаться от негативных чувств по отношению к сестренке. Мама как на передовой сражалась каждый день с эмоциональными переживаниями Ани по поводу рождения Оли и не уставала говорить, как она любит свою первую девочку. Слова о том, что и Аня получала много заботы и любви, когда была такая же маленькая, как сестренка, не помогали. Однажды, не зная что делать, как успокоить Аню, которая в очередной раз стала говорить, что мама ее не любит, а любит только Олю, мама решилась на отчаянный шаг и сказала своей старшей дочери: «Давай я не буду кормить твою младшую сестренку, давай я не буду менять ей памперсы! Что будет?» Эти фразы как будто отрезвили Аню, и с тех пор отношения между сестренками стали постепенно налаживаться. Этот период принятия младшей сестренки длился у Ани около двух лет. И сейчас, когда прошло уже три года, у Ани иногда возникают небольшие вспышки ревности, с которыми она уже достаточно легко справляется.

Длительность этого третьего периода принятия зависит от состояния эмоциональной сферы первого ребенка (у эмоционально чувствительных детей он будет протекать острее и будет растянут во времени) и от степени включенности остальных членов семьи. Как мы видим из приведенного примера, мама справилась с ситуацией, но это стоило ей очень большого напряжения, и прошло много времени, прежде чем Аня приняла младшую сестренку.

Негативное влияние на ребенка может оказать и решение родителей разлучить на время первенца с только что родившимся малышом. Приведем пример нанесения психической травмы первенцу родителями. Последствия этой травмы ощущались длительное время.



Когда в семье появился второй ребенок, родители приняли решение отправить старшего мальчика, Игоря, которому как раз исполнилось 3 года, на воспитание бабушке и дедушке, живущим за городом. Сначала родители навещали мальчика достаточно часто, а потом эти посещения значительно сократились. Стояло жаркое лето, Игорь много времени проводил на улице, бабушка была занята огородом, а дедушка — постройкой бани. За соседским сетчатым забором Игорю раз за разом открывалась картина взаимоотношений его ровесника, мальчика-инвалида, у которого был детский церебральный паралич, с его родителями. Когда соседский мальчик мочил или пачкал свои штанишки, к нему всякий раз прибегали мама и папа, переодевали, мыли его, а потом и играли с ним. Выход был найден, и в голове нашего покинутого родителями мальчика была зафиксирована связь: нарушения в здоровье ребенка активизируют заботу родителей. Игорь первый раз описался на улице, потом еще и еще. Бабушка была вынуждена оставить свои дела и заботы, а вскоре и родители Игоря всерьез обеспокоились. Начались бесчисленные походы по различным специалистам, ни один из которых не преуспел в лечении мальчика: ведь он, благодаря найденному им нехитрому способу, вернулся к родителям и сестренке, и терять это, возвращаться к бабушке и дедушке, которым до него не было дела, он не хотел. Необходимо отметить, что днем Игорь вскоре перестал писать в штанишки, но энурез (ночное недержание мочи) сохранялся у него еще очень длительное время (до 15 лет), несмотря на различные ухищрения и врачей и родителей.

Приведем противоположный пример, в котором первенец, отданный на воспитание бабушке, не стремился возвращаться в свою семью.



Ирина обратилась по поводу проблем с дочерью Юлей 8 лет. С мужем Ирина развелась еще когда была беременна Юлей: поводом послужило известие о том, что вскоре родится девочка, а не ожидаемый папой мальчик. Когда Юле было 3 года, Ирина была вынуждена выйти на работу, и заботу по уходу за дочерью передала своей маме — бабушке Юли, которая очень любила внучку. Вскоре Ирина возобновила отношения с бывшим мужем и родила ему долгожданного сына и наследника. С Юлей отец виделся эпизодически, не проявлял никакого желания поддерживать отношения с дочерью, да и девочка боялась незнакомого ей мужчину — своего отца. Тем временем бабушка все больше воспринимала Юлю как свою собственную дочь, Юля стала называть бабушку мамой, засыпала только тогда, когда бабушка была рядом.



Когда сын подросток, мама решила забрать свою старшую дочь у бабушки, что вызвало яростное сопротивление как со стороны бабушки, так и со стороны Юли. Юля говорила бабушке, что боится идти с матерью домой, считает, что ее там будут морить голодом и бить».

Организация совместной игровой деятельности ваших детей будет являться важной задачей, которая встанет перед родителями на этом этапе. При любой разнице в возрасте между детьми первое время они не смогут играть вместе: интересы их еще долго будут не совпадать. Предложите старшему ребенку рассказать и показать младшему, как можно играть с той или иной игрушкой; обучите старшего ребенка, как правильно играть с малышом. Обговорите с ним, с какими своими игрушками он будет позволять играть младшему, похвалите своего первенца за готовность отдать брату или сестре те или иные игрушки. Придумывайте различные игры и занятия, которые будут интересны вашим обоим детям и помогайте старшему ребенку самому придумывать игры и развлечения для младшего. Говорите старшему ребенку, что младший очень любит его и хочет быть на него похожим, хочет научиться так же хорошо играть, как умеет старший.

Ваш первенец в этот период теряет свою роль единственного ребенка и превращается в старшего ребенка. Такие превращения не проходят как по волшебству, для этого обязательно нужно время, иногда период превращения единственного ребенка в старшего затягивается на неопределенный срок. Это связано с тем ключевым словом, которое характеризует всех старших детей — ответственность. Только взяв на себя сначала совсем крошечную часть ответственности за младшего, ваш первенец, который привык к любви и обожанию своей персоны, имеет шансы на превращение в старшего ребенка. Есть семьи, в которых родители не сумели совершить этого чудесного превра-

щения, и их дети, будучи формально старшим и младшим, по существу таковыми не являются и растут как два единственных ребенка в семье, изводя своих близких бесчисленными претензиями, обидами и ревностью.

Очень часто у родителей возникает соблазн сделать из своего старшего ребенка няньку для младшего. Не делайте этого, пусть ваш первенец сам захочет вам помочь, просите его о помощи и не забывайте благодарить и подчеркивать перед всеми членами семьи заботу и помощь старшего ребенка. Только в этом случае он сможет взять на себя часть заботы о малыше. Навязывание роли няньки может иметь и страшные последствия. Вот что вспоминает одна взрослая пациентка.



Когда мне было 7 лет, у меня родился младший брат и родители решили не пускать меня в школу, а я очень хотела учиться. Вместо этого из меня сделали няньку для моего младшего брата. Меня часто оставляли с малышом одну, и я играла с ним, как с куклой. Однажды, я помню, мне было никак не успокоить брата, он кричал и что-то требовал от меня. Я взяла подушку и накрыла лицо малыша, чтобы он замолчал. Наступила тишина, я напугалась и убрала подушку. Брат был живой. Это воспоминание до сих пор беспокоит меня: я ведь могла задушить своего брата.

Ссоры, споры, разборки между детьми — этого вам не избежать, как бы вы ни старались, если в семье двое детей. Да и не надо этого избегать, ведь это бесценный опыт разрешения конфликтов и недоразумений, опыт уступок и прощений. Все это пригодится и старшему и младшему ребенку, когда они подрастут и встретят человека, с которым захотят связать свою судьбу.

Родителям важно научить детей мирному разрешению ссор и конфликтов.



Однажды я случайно услышала спор двух мальчиков, одному из которых было 6 лет, а другому — 4 года. Они спорили о том, кто первым начнет игру. Спор велся уже давно, ситуация была на эмоциональном пределе, в ход шли различные аргументы, и я уже подумывала о том, чтобы вмешаться и помочь спорщикам. И тут я услышала из уст старшего аргумент, который убедил младшего, он уступил, признав за старшим бесспорное право играть первым: «Я первым родился!»

Не надо спешить помогать детям в разрешении их конфликтов, вмешивайтесь только в крайнем случае. Научить детей договариваться — это важная задача для родителей на этом этапе.

Таким образом, на каждом из этапов подготовки первенца к рождению второго ребенка перед родителями встанут важные задачи, от решения которых будет зависеть не только благополучие в их семейной жизни, но и благополучие будущей семейной жизни первенца.

Рекомендации для родителей

- ♦ Объясняйте первенцу, почему вы хотите, чтобы в семье появился второй ребенок, рассказывайте истории из своего детства о том, как играли с братом (сестрой) или о том, как хотели брата (сестру).
- ♦ Обсуждайте в присутствии первенца планы о рождении второго малыша, подключайте его к этим обсуждениям, объясните, какие изменения произойдут в вашей семье, и обсудите, какие традиции будут сохранены.
- ♦ Подключите первенца на этапе ожидания второго ребенка к заботе о маме, объясните, что когда-то и он был у мамы в животике. Для первенца-мальчика при этом необходимо подчеркнуть, что у мамы теперь два помощника — папа и сын, а папе необходимо дать сыну образец заботы о беременной женщине. С первенцем-девочкой маме необходимо говорить о своих материнских чувствах и заботах, ведь когда-нибудь девочка сама станет матерью.
- ♦ Позвольте первенцу выбрать имя брату или сестре, ведь это самый родной для него человек, с ним он будет идти по жизни.
- ♦ Выбирайте одежду и игрушки для второго ребенка вместе с первенцем, предоставьте ему право решать какую одежду, игрушки и т. п. купить малышу.

- ♦ Познакомьте своих детей, позвольте первенцу трогать брата или сестру столько, сколько ему захочется. Будьте внимательны, терпеливы и заботливы по отношению к старшему, для него появление в семье второго ребенка является сильным стрессом.

- ♦ Объясняйте, почему вам приходится много времени проводить в заботах о малыше, подключайте старшего ребенка к этим заботам, благодарите его за помощь и поддержку. Говорите, что вы любите своего первенца столько раз, сколько ему понадобится для того, чтобы снова обрести чувство безопасности и комфорта.

В СЕМЬЕ РАСТУТ МАЛЬЧИКИ, И В СЕМЬЕ РАСТУТ ДЕВОЧКИ

Когда в семье растут мальчики, то перевес мужской подсистемы накладывает отпечаток на все семейное взаимодействие. В такой «семье джентльменов», так или иначе, присутствует соперничество за обладание единственной женщиной. На рисунке мальчик изобразил себя с мамой, пояснив, что «брата и папы не будет, что-то не хочется».



«Семья джентльменов»

Таким образом, хоть и условно, всего лишь на рисунке, мальчик избавился от соперников и остался наедине со своей главной женщиной — мамой. От женщины в «семье джентльменов» требуется много такта, тепла и любви, в которой так нуждаются ее мужчины.

Игры мальчиков связаны с завоеванием пространства — это и преодоление всевозможных препятствий сначала на детской площадке, а потом и за ее пределами, это и различные походы с целью получить новые впечатления, это и сражения с воображаемыми противниками. И как бы мы ни хотели обойтись в воспитании мальчиков без игрушечного оружия, реалии современного мира учат совершенно противоположному.



В одном дошкольном образовательном учреждении педагоги решили запретить любое игрушечное оружие, которое, хоть и не приобреталось специально, всегда было в группах детского сада. Это были и мечи и сабли, это были и пистолеты и пушки, это были и автоматы и луки — все это приносилось мальчиками из дома и использовалось ими в сюжетно-ролевых играх. И вот, когда во всех группах детского сада был наведен порядок, последний пистолет выброшен на помойку и, казалось бы, всеобщее разоружение вот-вот начнет способствовать мирным играм, настоящее разочарование испытали педагогические работники этого детского сада. Мальчики, с присущей им фантазией и умением мастерить все из подручного материала, сами стали изготавливать необходимые «орудия для войны с врагами». В ход пошли и элементы конструктора, и спортивный инвентарь, и многое такое, что имело совершенно иное предназначение. Наконец, за обедом, прежде чем съесть свой кусок хлеба, мальчики стали особым образом его обкусывать, придавая ему форму пистолета, и совершать пару-тройку выстрелов в воображаемого вра-

га, пока не видит воспитательница. Пришлось отменить разоружение мальчиков в этом детском саду.

В семье, где воспитываются девочки (такая семья получила у известного исследователя проблем семьи С. Минухина название «семья амазонок»), возникает противоположная ситуация. В «семье амазонок» очень непросто единственному мужчине. Из-за отсутствия понимания этого, часто в таких семьях заводят и животное женского пола, таким образом увеличивая численность женской подсистемы и еще более усугубляя положение единственного мужчины. На рисунке девочка изобразила только представительниц женской подсистемы семьи и пояснила, почему не хочет рисовать папу: «Папа некрасиво получается».



«Семья амазонок»

Негативным выходом из ситуации женского преобладающего влияния в семье для единственного мужчины часто становится алкоголь, работа, а то и уход из семьи амазонок. Характерным является отстранение мужчины в таких семьях от воспитания девочек. Можно услышать такие слова: «Вот был бы мальчик, я бы как мужчина знал, чем с ним заниматься, а с девочкой пусть разбираются женщины».

Мир девочек — это особый мир, связанный с украшением себя и всего того, что их окружает. Удивительно чувствительны совсем маленькие девочки к своему внешнему виду. Вопрос «В чем пойти завтра в детский сад?» может являться важной проблемой для девочки с двухлетнего возраста. Кроме того, девочки с раннего возраста очень чувствительны к эмоциональной оценке значимых взрослых. Родителям необходимо стараться в своих оценках поведения и внешнего вида девочек избегать эмоционально окрашенных негативных оценок, делать акцент на положительных аспектах.

Что является важным как для мальчиков, так и для девочек в семейном воспитании?

В качестве **первого положения** обозначим **воспитание ребенка в соответствии с его полом**.

Чаще всего нарушения, связанные с нарушениями в воспитании ребенка определенного пола, встречаются в семьях девочек. Сын — наследник, продолжатель рода и фамилии, — эта установка до сих пор значима для большинства современных мужчин, как в России, так и за ее пределами. Когда в семье вместо мальчика рождается девочка, то многое в жизни этой девочки зависит от установки родителей на пол ребенка. Самый негативный вариант развития ситуации для такой девочки — это эмоциональное отвержение. Сегодня, благодаря достижениям современной медицины, пол ребенка определяется с большой точностью еще до рождения малыша. А это в описанной выше

ситуации рождения девочки вместо планируемого мальчика означает, что ребенок в этом случае является часто нежеланным еще до своего рождения, находясь в утробе матери. И о том, что он нежеланный, он «знает», как показали исследования, еще до своего рождения. Известная статистика говорит о том, что нежеланные дети (по полу или нежеланные в принципе) чаще рождаются преждевременно: мать тем самым как бы стремится избавиться от нежеланного ребенка. После рождения мать меньше разговаривает с таким нежеланным малышом, меньше берет его на руки, а впоследствии и меньше с ним играет, общается. Такое дозирование материнского тепла и любви негативным образом сказывается на развитии ребенка, а недостаточное количество радости и удовольствия заставляет ребенка отправляться на их поиски.

Сегодня доказано, что риск развития алкогольной, наркотической и других типов зависимостей повышается при недостатке так называемых гормонов радости и удовольствия, которые ребенок в раннем детстве получает в семье от самых близких ему людей.

К 2—3 годам такая девочка, на месте которой члены семьи хотели бы видеть мальчика, уже ведет себя, как мальчишка, предпочитая и одежду и игрушки больше характерные для мальчиков. Часто имена таких девочек подсказывают нам потаенные желания родителей иметь ребенка другого пола — это «двойные» имена, подходящие как для мальчика, так и для девочки (Саша, Валя, Женя и др.). Дружат такие девочки чаще всего с мальчиками, повзрослев, выбирают мужские профессии, часто отказывают себе в радости материнства. В семейной жизни такая девочка занимает доминирующую позицию и так же, как когда-то ее родители, настроена только на рождение мальчика, рождение девочки рассматривает как неудачу и катастрофу.

Приведем пример, в котором мечта о рождении мальчика негативным образом отразилась на жизни девочки Леры.



Родители Леры обратились ко мне по поводу того, что их дочь 3 лет считает себя не девочкой, а мальчиком. Постоянно говорит о том, что она подрастет и станет мальчиком, как ее брат Игорь. Леру одевают и подстригают как мальчика, любимыми игрушками этой девочки, которая мечтает превратиться в мальчика, являются машинки и самолетики. Девочка, несмотря на то, что в семье уже есть один мальчик, оказалась нежеланной по полу, поскольку и родители и первый ребенок, Игорь, очень надеялись на появление в семье мальчика. На рождение сестры Игорь отреагировал глубоким сном, он лег спать и, несмотря на то, что был ранний вечер, проспал целые сутки. В течение нескольких месяцев Игорь даже ни разу не подошел к сестре, не заходил в ее комнату. Сейчас Игорь часто доводит сестру до слез тем, что говорит ей о том, что мама его любит гораздо больше, чем ее. Мама характеризует дочь как «очень прилипчивую», маму эта «прилипчивость» девочки крайне раздражает.

Может создаться впечатление, что только девочке грозит неприятие родителями по полу. Это не так. И мальчик, если на его месте родители хотели бы видеть девочку, может оказаться в ситуации отверженного члена семьи. Приведем пример.



Родители 14-летнего мальчика были отправлены к психологу в связи с нарушениями дисциплины на уроках, прогулами и плохой успеваемостью. Семья состоит из 4 членов: отцу 39 лет, матери — 40, старшему — 18, младшему — 14. Вторая беременность, в отличие от первой, была не запланированная и нежелательная, решение о ее сохранении было принято в связи с угрозой призыва отца в армию. Ожидание девочки сменилось горьким разочарованием — родился второй мальчик. Надо отметить, что в этой семье отец по характеру мягкий, податливый и

уступчивый, мать постоянно подчеркивает, что от него никакого толку. Мать, волевая, твердая и принципиальная, занимает доминирующую позицию в семье, являясь ее главой. Скрытый конфликт между супругами был озвучен и обозначен в полной мере, когда в семье появился младший сын — вылитая копия отца, в отличие от старшего сына, который похож на мать. Рассказывая о старшем сыне, мать подчеркивала только его достоинства, в рассказе о младшем — звучало совершенно другое: «он в детстве задавал слишком много вопросов, он всех утомлял; отличался особой требовательностью, чуть что — хлопал дверью и уходил из дома; сейчас никого не слушается, не реагирует на запреты и замечания». По отношению к старшему сыну мать проявляет радость, нежность и любовь, а по отношению к младшему — сухость, холодность и твердость, оправдываясь тем, что «с ним по-другому нельзя».



Также важно знать, что ругать и порицать девочку необходимо не в присутствии мальчиков, так же как и ругать и порицать мальчика необходимо не в присутствии девочек. Такой аккуратный подход родителей к своим детям позволит не только сохранить самоуважение мальчика и девочки, он является залогом благополучия будущих семейных отношений.

Второе положение, которое необходимо учитывать как при воспитании мальчиков, так и при воспитании девочек — это **поведение родителей в соответствии со своим полом.**

Черты женского поведения должны быть характерными для матери — это мягкость, терпимость, уступчивость и т. п., а черты мужского поведения — твердость, нетерпимость, жесткость требований должны быть характерными для отца. В этом случае родители предоставляют ребенку возможность адекватного развития полоролевой идентификации. Родитель своего пола (для девочки это мать, а для мальчика — отец) выступает в качестве примера для подражания. При этом очень важным является и отношение родителя противоположного пола к ребенку, о котором мы упоминали ранее. Залогом успешности будущих семейных отношений ребенка является адекватная полоролевая идентификация с родителем своего пола. Особенно остро эта проблема встает в возрасте 3—5 лет, когда девочка хочет быть такой, как мама, а мальчик хочет быть таким, как папа.

Третье положение связано с негативным влиянием **штампов и стереотипов**, которые вредны как для мальчиков, так и для девочек для их успешной роли мужчины и женщины.

«Мальчики никогда не плачут! Мальчик не должен плакать! Ты что плачешь, как девчонка!», — такие напутствия являются распространенными в отношении мальчиков. Однако родители, которые таким образом стараются воспитать будущего сильного

и непреклонного мужчину, забывают, что сегодня они перекрывают ему наиболее быстрый и эффективный способ снятия напряжения — слезы. Если мальчик абсолютно здоров, то для его психики это не предоставляет угрозы, но если у него имеются те или иные неврологические заболевания, то он будет искать другие способы снятия накопившегося напряжения. Это и так называемые вредные привычки (грызение ногтей, сосание пальца и др.), это и нецензурные слова, которые выступают альтернативой мальчишеским слезам.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, рождение второго ребенка, являясь для семьи нормативным (прогнозируемым) стрессом и представляя собой трудную жизненную ситуацию, требует от родителей особого отношения, и прежде всего, в отношении первенца. От того, как родители сумеют подготовить первенца к появлению брата или сестры, зависит очень многое: и то, как сложатся взаимоотношения между детьми в первые годы жизни второго ребенка, и то, какие взаимоотношения будут у этих родных друг другу людей, когда они станут взрослыми. Подготовку старшего ребенка к появлению брата или сестры необходимо осуществлять поэтапно, обязательно предоставлять первенцу, в зависимости от его возраста, возможность принять участие и в планировании, и в подготовке семьи к рождению малыша. Совместные действия, совместные переживания — ничто так не сближает членов семьи.

В качестве напутствия родителям хочется сказать, что ваши дети, приобретая в своей семье определенный опыт старшего или младшего ребенка, будут в дальнейшем приспосабливать этот опыт для своей семейной жизни, когда станут взрослыми. Известно, что наиболее устойчивыми в семейной жизни являются семейные пары, в которых один из супругов был в своей семье старшим ребенком, а другой — младшим ребенком. В своей практической деятельности я часто сталкиваюсь с тем, что детские переживания взрослых людей находят отражение

в их семейной жизни, а взаимоотношения молодых родителей со своими детьми во многом определены тем опытом, который они получили в детстве.

Появление второго ребенка в семье означает для первенца переход с позиции единственного и неповторимого на позицию старшего и ответственного. Это совершенно разные по своему психологическому содержанию позиции, поэтому переход с одной позиции на другую представляет значительную сложность: первенцу трудно перестроиться из обожаемого родителями ребенка в старшего помощника и защитника. Для этого нужно правильное отношение всех членов семьи к первенцу, время (не отчаивайтесь, если этого времени нужно много), для принятия первым ребенком брата или сестры, и понимание того, что это — преходящие трудности в жизни семьи и вы, уважаемые родители, с ними обязательно справитесь!

ЛИТЕРАТУРА

Калугина Е. Л. Появление второго ребенка в семье как трудная жизненная ситуация и особенности совладания с ней супругов// Журнал практического психолога. — 2010. — № 2. — [Электронная публикация]. — Режим доступа: [http:// mars.arbicon.ru](http://mars.arbicon.ru), свободный.

Крюкова Т. Л., Сапоровская М. В., Куфтяк Е. В. Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними. — СПб.: Речь, 2005.

Лидерс А. Г. Семья как психологическая система: Очерки психологии семьи. — М., Обнинск: ИГ — СОЦИН, 2004.

Минухин С., Фишман Ч. Техники семейной терапии/ Пер. с англ. А. Д. Иорданского. — М.: Независимая фирма «Класс», 1998. [Электронная публикация]. — Режим доступа: [http:// www.pedlib.ru](http://www.pedlib.ru), свободный.

Олифирович Н. И., Зинкевич-Куземкина Т. А., Велента Т. Ф. Семейные кризисы: феноменология, диагностика, психологическая помощь. — М., Обнинск: ИГ — СОЦИН, 2005.

УДК 372
ББК 88.8
А47

Алексеева Е. Е.

А47 У тебя будет братик или сестричка! Книга для родителей, которые ждут второго ребенка. — СПб.: Издательский Дом «Литера», 2012. — 48 с.: ил. — (Серия «Ох уж эти детки! Секреты воспитания»).

ISBN 978-5-407-00205-5

Эта книга для родителей, которые планируют, ожидают или уже воспитывают второго ребенка. Вы узнаете, как подготовить первенца к появлению брата или сестры, какие особенности воспитания мальчика и девочки необходимо учитывать родителям.

**УДК 372
ББК 88.8**

ISBN 978-5-407-00205-5

© Алексеева Е. Е., 2012
© Издательский Дом «Литера», 2012

Алексеева Елена Евгеньевна

У ТЕБЯ БУДЕТ БРАТИК ИЛИ СЕСТРИЧКА!

Книга для родителей, которые ждут второго ребенка

Редактор *Т. Кондакова*
Редактор-организатор *Е. Иванова*
Дизайн серии *И. Могутова*
Художник *И. Ланская*
Обложка *Е. Савик, З. Смирнова*
Корректоры *Н. Андрианова, Е. Караванова*
Верстка *И. Хайрова*

Подписано в печать 20.10.11. Формат 70×100¹/₁₆. Печать офсетная.
Гарнитура Petersburg. Усл. печ. л. 3,87. Тираж 6000 экз. Заказ №

ООО «Издательский Дом „Литера“»
192131, Санкт-Петербург, Ивановская ул., 24

Отвезено в полном соответствии с количеством предоставленных