

## Консультация для родителей

# «Война братьев и сестер»

Все родители мечтают, чтобы их дети любили друга друга, были лучшими друзьями и никогда не ссорились! Если копнуть немного вглубь, то за этой идеей лежит плохо осознаваемое убеждение, что когда дети конфликтуют – мы плохие родители, мы не справились со своей ролью. Всегда кажется, что чужие дети – такие дружные, ласковые, а свои только и делают, что ссорятся и дерутся! А если еще вокруг найдется пара-тройка “доброжелателей”, которые постоянно рассказывают о своих образцовых детях или сочувственно вздыхают и многозначительно закатывают глаза глядя на дерущихся ваших... Все, тушите свет, привет разочарование в себе и раздражение на своих отпрысков.

Чтобы справиться с этим потоком негативных чувств, важно осознавать, что наши дети – это разные люди, разные личности, разные миры. Им приходится делить друг с другом пространство, вещи и любовь родителей. И надо признать, что поводов для вражды у них порой намного больше, чем для любви. Любовь – это тонкая материя, никто никого не может полюбить потому, что “должен”. Любовь к брату или сестре (в отличие от любви к родителям) – не входит в базовый комплект личности.

### Что же делать?

Поставить себе реалистичные цели. Сменить ожидание с: “Чтобы любили друг друга и никогда не ссорились” на: ”Чтобы умели сотрудничать и договариваться, слушать и слышать друг друга и находить компромисс самостоятельно”.

Если сменить установки, и правильно выстроить свою линию поведения, то ссоры не исчезнут, нет. Но бонусом к ним появится та самая любовь, о которой мы мечтаем!

Результатом переживания родителем чувства вины и разочарования часто становится запрет на проявление детьми негативных чувств друг к другу. Проще говоря: нельзя ссориться, драться, проявлять недовольство и жаловаться. Совсем.

Дети такой запрет либо игнорируют и продолжают свое, либо (если это очень послушные дети, а родительская фигура очень властная и авторитарная) начинают выполнять родительский наказ.

И если ситуация развивается по первому сценарию, родительские чувства вины и беспомощности усиливаются. А если по второму – то с виду, вроде все становится хорошо: дети меньше злятся и меньше конфликтуют. Но, фишка в

том, что выключив злость на брата или сестру ребенок автоматом отключает и все хорошие чувства, которые к нему испытывает!

В результате подавления детьми враждебных чувств друг к другу уходят и добрые чувства, искренность.

**Поэтому важно предоставлять детям возможность выражать негативные эмоции.**

Какие типичные родительские реакции, если ребенок говорит что-то типа: “Я его (ее) ненавижу! Зачем вы родили его(ее)? Хочу, чтобы его (ее) не было!”

- Это ужасно, ты говоришь глупости, у тебя нет оснований злиться
- Как ты можешь так говорить, я запрещаю тебе говорить такое
- Твои слова меня ужасно огорчают, я не хочу об этом слышать
- Ты отлично знаешь, что мы – семья, и должны жить дружно
- Разберись во всем сам(а) и не приставай ко мне со всякими глупостями

Все эти варианты – ошибка. Мы часто реагируем на негативные эмоции других отрицанием, логикой, советами или убеждением.

Правильная реакция – дать ребенку право говорить о своих эмоциях открыто, не боясь осуждения, унижения и насмешки:

- Я не знал, что ты так к этому относишься
- Похоже сейчас ты очень злишься на брата/сестру
- Я не знала, что для тебя это так серьезно
- Должно быть тяжело постоянно быть рядом с братом (сестрой)
- Ты всегда можешь рассказать мне о том, что тебя беспокоит
- Я хочу знать о твоих чувствах, потому что они важны для меня.

Парадокс в том, что настаивая на том, чтобы дети любили друг друга, мы лишь усиливаем их враждебность. Признавая существование негативных чувств, мы стимулируем пробуждение чувств позитивных.

Есть одна вещь, которая прямиком ведет к ухудшению отношений братьев и сестер. Это сравнение.

Между детьми всегда существует конкуренция. И мы, взрослые, очень часто сами ее стимулируем:

– Почему, ты не можешь себя вести как твоя сестра? Посмотри, как аккуратно она ест.

Некоторые родители верят, что домашняя конкуренция полезна, готовит детей к конкуренции во взрослом мире, стимулирует их быть быстрее, выше, сильнее, мотивирует стать таким же как брат/сестра, стать лучше.

На самом деле во взрослом мире гораздо больше пригодятся навыки сотрудничества, умения ставить цели и достигать их, уверенность в себе и уважение к другим.

Поднимите руку, кого из нас, взрослых, замотивирует на лучшую работу фраза руководителя:

-Посмотрите все на Петрова! Он лучший менеджер отдела! Когда уже, вы бестолочи, станете все такими же как Петров?

Кому захотелось стать Петровым? А какие чувства у вас родились в отношении одного? А что, если Петров – это вы?

Оказываясь в ситуации постоянных сравнений и попыток стать хорошими дети:

- решают делать наоборот, стать худшими из худших
- дети, которые не борцы по натуре — просто сдаются и перестают пытаться чего-то добиться.

Постоянные сравнения разрушает отношения братьев и сестер и вызывают неприятные чувства у каждого из них.

Очевидно, что тот, о ком отзываются плохо чувствует себя ущемленным. (Я плохой, я не достоин родительской любви).

НО! парадокс в том, что и второй, о ком отзываются хорошо – переживает не меньше! ( Я вечно должен соответствовать родительским ожиданиям, а что, если однажды я не смогу быть лучшим – тогда я лишусь родительской любви).

Очень многие люди, выйдя из семьи и став взрослыми, продолжают оставаться несчастными постоянно сравнивая себя с окружающими людьми, с бывшими братьями и сестрами.

Чтобы уйти от сравнений – нужно перейти к описаниям. Если хочется сказать что-то о поведении ребенка – нужно говорить только о нем, не упоминая брата или сестру. То, что сделал или не сделал брат – не имеет к нему никакого отношения.

Вместо:

“Вечно, ты все разбрасываешь, не то, что твой брат”

Говорим:

“Я вижу на полу рубашку. Убери ее в шкаф”.

Детские ссоры и драки.

Перейдем от теории к практике.

Что обычно делают родители, когда видят драку:

- не вмешиваются, чтобы не влезать в разборки, чтобы дети учились самостоятельно разрешать конфликты
- встают на сторону старшего/младшего
- пытаются вникнуть в суть и разобраться, кто начал драку
- кричат и ругаются
- требуют немедленно все прекратить
- говорят, что из-за драк у них болит голова, сердце и т.п.
- требуют делиться друг с другом и играть дружно
- отнимают предмет раздора.

Вероятно вы уже перепробовали все эти методы вместе и по отдельности. Когда-то помогло, когда-то не очень. А главное, это отнимает кучу времени и сил, ведь дети постоянно находят поводы для новых ссор.

Важно! Родители могут и должны вмешиваться в детские конфликты, если один ребенок обижает другого физически или словами, если дети не могут решить проблему самостоятельно.

Но! вмешиваются они не для того, чтобы разрешить конфликт и вынести свое суждение, они вмешиваются так, чтобы помочь детям выйти на конструктивный диалог друг с другом.

Алгоритм действий:

1. Первый уровень – нормальное поведение.

– Родители не обращают внимание и не вмешиваются

2. Второй уровень – ситуация накаляется, вмешательство взрослых может быть полезным:

Что делать.

- Подтвердить право детей злиться друг на друга (похоже, вы оба очень сердиты друг на друга)
- Сформулировать точку зрения каждого из детей (Маша хочет играть с собачкой, потому что первая ее нашла, Соня считает, что теперь – ее очередь)

- Описать проблемы с уважением (У нас двое детей и одна собачка – это сложная ситуация)
- Выразить уверенность, что дети способны найти решение самостоятельно (я уверена, вы сможете найти решение, которое устроит вас обеих)
- Малышам помочь обсудить варианты.
- Со старшими – выйти из комнаты.

3. Третий уровень – ситуация явно опасная, вмешательство взрослых необходимо

- Описать, что видите (я вижу двух сердитых мальчишек, которые готовы друг друга побить)
- Разделить детей (вам нельзя быть вместе, разойдитесь по разным комнатам).

Степень вмешательства в конфликты очень сильно зависит от возраста детей.

- Для малышек до трех лет – вообще основное, это ощутить мамину поддержку, залезть на ручки и успокоиться.
- С 3 до 5 – самый возраст, когда детей пора обучать разным вариантам разрешения конфликтов на 2 уровне.
- После 7 лет дети уже вполне могут самостоятельно разруливать конфликтные ситуации.

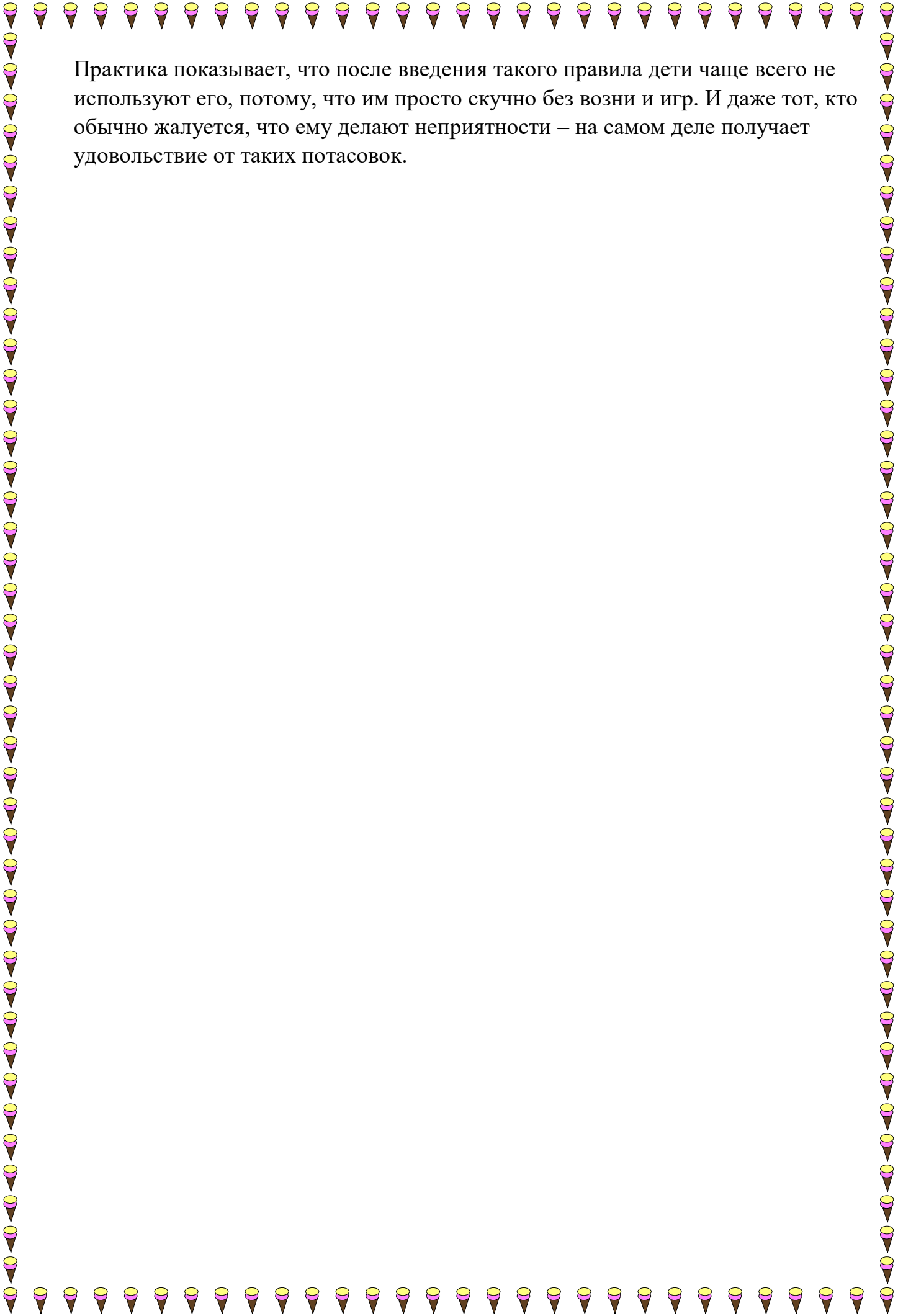
Иногда детская возня, игры похожи на драку.

Чтобы отличить одно от другого, можно спросить у самих детей: «Вы деретесь или играете?»

Если один говорит, что играет, а другой – что это драка, ввести правило, что игрой считается, только если оба с этим согласны, иначе драка прекращается.

Иногда у детей уже сложилось стереотипное взаимодействие, в котором один всегда оказывается в роли «агрессора», а другой – «жертва» и бежит к маме за утешением. Все начинается как игра, но, если понаблюдать за детьми внимательнее, можно заметить, что именно «жертва» оказывается зачинщиком, тайным провокатором. Часто роль «жертвы» занимает младший ребенок и с тайным (или явным) удовольствием наблюдает, как достается «агрессору».

Хорошо помогает такое правило: если во время игры один ребенок делает другому что-то неприятное, первый должен сказать «СТОП» и второй должен это прекратить. Родителей можно позвать, только если второй ребенок не реагирует на СТОП и продолжает делать неприятно.



Практика показывает, что после введения такого правила дети чаще всего не используют его, потому, что им просто скучно без возни и игр. И даже тот, кто обычно жалуется, что ему делают неприятности – на самом деле получает удовольствие от таких потасовок.