

КАК ПОМОГАТЬ СЕБЕ?

- В часы-пик подключать папу - разница в подходах мамы и папы развивает детей.
- Снизить планку отношения к быту (например, сложно постоянно поддерживать порядок с несколькими детьми, может, пока это не так и важно?).
- Наблюдать за своим отношением к тому ребенку, с которым труднее.
- «Выходить из игры», когда чувствуете, что сорветесь.

ФРАЗЫ

- Я вижу, что ты злишься, скажи это словами, а не кулаками.
- Я вас люблю одинаково сильно (вы как две руки – я не могу выбрать).
- Аргумент – возраст (когда тебе будет 7 лет, ты тоже сможешь это делать, а когда ему было 3, он тоже не мог этого делать).
- Вы мои дети, давайте будете учиться договариваться!

ЧТО ДЕЛАТЬ?

- Менять отношение к крику (говорить шепотом – фокусируют внимание сразу).
- Индивидуальное время для каждого.
- Хвалить, когда они вместе, и все хорошо (потому что, когда плохо, мы ругаем; а когда хорошо, как будто не замечаем – принимаем за данность).
- Менять фокус – на хорошее: когда один ребенок ябедничает на другого, можно сказать: **«Я поняла тебя. А что твой брат сделал хорошего?»**
- Соревнования: дети против родителей (это объединяет детей).

КНИГИ:

А.Фабер, Э.Мазлиш «Братья и сестры. Как помочь вашим детям жить дружно»

ТЕРПЕНИЯ ВАМ И МУДРОСТИ!

Проект
«Факультет родительских наук»
БФ «Дорога к дому»
компании «Северсталь»

Серия
«В помощь родителю»

Составитель:
доцент кафедры психологии и педагогики
Вологодского государственного университета,
кандидат психологических наук
Вадурина Елена Николаевна.

Проект осуществляет свою деятельность
на базе БУ СО ВО «Территориальный центр
социальной помощи семье и детям»
г. Вологда, ул. Энгельса, д. 61



Руководитель проекта:
Кондакова
Светлана Григорьевна



8 (8172) 54-41-43
+7 (921) 149-49-75



fakultet35@mail.ru
<https://родителям35.рф> и дорога-к-дому.рф



Дорога к дому

Северсталь

ВЗАИМООТНОШЕНИЯ БРАТЬЕВ И СЕСТЁР В СЕМЬЕ

Проект «Факультет родительских наук»
БФ «Дорога к дому» компании «Северсталь»

Серия «В помощь родителю»



Уважаемые родители, предлагаем информацию, которая может вам лучше понимать трудности в отношениях детей в семье между собой и конструктивно реагировать в ситуациях конфликтов и ссор.

Конфликты, ссоры и даже драки детей в семье возникают довольно часто. И ваша семья, скорее всего, не исключение.

КАКИМ РОДИТЕЛЯМ СЛОЖНЕЕ СПРАВЛЯТЬСЯ С КОНФЛИКТАМИ ДЕТЕЙ?

- У кого не было такого опыта в детстве, рос один.
- Родителям маленьких детей с разницей до 3-4 лет (более энергозатратно).
- Родителям мальчиков (обычно более «громко»).
- Родителям с повышенной чувствительностью, тревожностью.

ПРИЧИНЫ КОНФЛИКТОВ И ССОР

Одна из причин конфликтов и плохого поведения - конкуренция и детская ревность

- Детская ревность - нормальное и здоровое явление.

«Ревность возникает от того, что дети любят. Если они неспособны к любви, то не проявляют ревности»

Д.В.Винникотт, детский психиатр и психоаналитик

«Скрытые» признаки ревности:

- Ребенок стал очень нервным, легко возбудимым, капризным. Или наоборот - пассивным, грустным, не хочет играть или вообще не знает чего хочет. При этом ничего плохого о младшем не говорит. А иногда повторяет "Я люблю братика".
- У ребенка появились нарушения пищевого поведения. Пропал аппетит, резко изменились вкусовые пристрастия, то, что раньше любил, теперь не ест и т.д.
- Регресс в навыках самообслуживания. На самом деле это случается почти со всеми детьми с появлением

младших. Он видит, что малыш получает много любви и внимания, часто мама объясняет почему (он сам не умеет кушать, одеваться, умываться и т.д.). И тогда старший думает; значит, если я стану таким же, то мама и со мной будет проводить столько времени. И строгая реакция родителей на такое поведение ребенка может только усугубить ситуацию.

- Активизация хронических заболеваний (без видимых на то причин), частые простудные заболевания, травмы. Любые нарушения здоровья, при которых мама обязательно обратит все свое внимание на первенца.

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ И УЧИТЫВАТЬ РОДИТЕЛЯМ

- Убрать ссоры не получится, надо учить взаимодействовать в конфликтах.
- Полезно спросить у детей в нейтральное время: Как они оценивают их отношения (как ты считаешь, какие у тебя отношения с братом?).

ЧЕГО СТОИТ ИЗБЕГАТЬ?

- Перегружать ответственностью старших, навязывать им заботу о младшем.
- Думать, что виновник старший.
- Заставлять детей делиться своими вещами – все общее.
- Сравнить детей. Избегайте позитивных (Почему ты не можешь быть таким аккуратным, как твой брат?) и негативных сравнений (Ты намного послушнее своего брата).

ДЕТИ-ПОГОДКИ (ДО 3-Х ЛЕТ РАЗНИЦА)

- Друзья-соперники.
- Больше конфликтов.
- Младший пытается догнать старшего, старший - подтвердить свое первенство.
- Интересны друг другу, фокус внимания перенаправлять на приятные моменты (когда обнимаются, заступаются друг за друга, спят рядом и т.п.).
- Может тормозиться развитие старшего – **необходимо подчеркнуть привилегии позиции!** – а не минусы! (Почему старшим быть хорошо, какие

у него есть положительные преимущества – об этом говорить старшему вслух).

- Не ставить в близнецовую позицию – они старший и младший.

ОДНОПОЛЫЕ ДЕТИ

- «Ты у нас самый...» - уникальность каждого подчеркивать.
- Каждому свои игрушки (они должны быть, и ребенок может ими не делиться с другими).
- Подаренные вещи – твои.
- Свои друзья для каждого.

ПОВЕДЕНИЕ РОДИТЕЛЯ В КОНФЛИКТАХ

- Вмешиваться только в крайних случаях.
- Не вставать ни на чью сторону.
- Дать внимание тому, кому сделали больно (обычно мы даем внимание обидчику, и это может быть способом привлечения вашего внимания).
- Делать так, чтобы им было не выгодно ссориться – хуже должно стать всем (например, убрать игрушку, из-за которой поссорились; выключить телевизор, если спорят, что смотреть).
- При сильных эмоциях - разводить по разным комнатам, чтобы успокоились, потом возможен разговор.

СПОСОБЫ УЛУЧШЕНИЯ ОТНОШЕНИЙ МЕЖДУ БРАТЬЯМИ И СЕСТРАМИ

- Каждый ребенок должен несколько раз в неделю оставаться с вами наедине.
- Общаясь с одним ребенком, не говорите о другом.
- Не лишайте внимания и заботы «любимчика», чтобы сосредоточиться на том, кому достается меньше внимания.
- Каждый ребенок должен знать, что обладает качествами, которые восхищают его братьев и сестер.