



Адель Фабер и Элейн Мазлиш. Отрывок из книги «Братья и сестры. Как помочь вашим детям жить дружно»:

Представьте, что муж обнимает вас и говорит: «Дорогая, я так тебя люблю! Ты такая замечательная, что я решил завести себе другую точно такую же жену!» Когда новая жена появляется, вы видите, что она очень молодая и красивая. Если вы отправляетесь куда-то втроем, люди вежливо здороваются с вами, а потом восхищенно восклицают, глядя на новую жену: «Ах, разве она не прелесть? Здравствуй, солнышко... Ты такая красивая!» А потом поворачиваются к вам и спрашивают: «Ну, как тебе нравится новая жена?» Новой жене нужна одежда. Муж роется в вашем шкафу, перебирает ваши свитера и брюки и отдает их ей. Когда вы начинаете протестовать, он говорит, что вы заметно поправились и одежда все равно уже вам мала, а ей прекрасно. Новая жена быстро взрослеет. Каждый день она становится умнее и хитрее. Одним прекрасным днем вы изо всех сил пытаетесь разобраться с новым компьютером, который вам только что купил

муж. Но тут появляется новая жена и говорит: «Давай я тебе покажу! Я уже все знаю!» Когда вы говорите, что разберетесь сами, новая жена начинает плакать и бежит к мужу. Через несколько минут она возвращается с ним. Ее лицо заплакано, муж нежно ее обнимает. Он говорит вам: «Ну почему ты не пустила ее за компьютер? Неужели так сложно поделить?» Однажды вы видите новую жену в постели с вашим мужем. Он ласкает ее, а она хихикает. Неожиданно звонит телефон. Муж поднимает трубку. Потом он говорит вам, что произошло нечто важное и ему нужно срочно уходить. Он просит вас остаться дома с новой женой и проследить, чтобы с ней все было в порядке.



ется, мы сами своим неправильным поведением устроили эту домашнюю войну.

Психологи шутят, что родителям нужно подготовить к появлению малыша не только кроватку, но и старшего ребенка. Историческую встречу двух детей лучше спланировать заранее. Есть несколько моментов, которые помогут с самого начала выстроить позитивные отношения. Для начала не обещайте, что с младшим можно будет бегать и играть: старший разочаруется, увидев «ни на что не способного» младенца. Возвращайтесь из роддома с подарком от малышки для старшего. Заходите и первым делом обнимайте скучавшего ребенка (новорожденного пусть вносит папа или кто-то еще). А самое-самое важ-

ное — это, конечно, не делать из все еще маленького, нуждающегося в любви и заботе человека, взрослого, который должен помогать, понимать и уступать. Звучит банально, но постарайтесь понять чувства старшего ребенка: его вселенная рушится! Тот мир, где он был главным и обожаемым, под угрозой. Некий всеми любимый младенец появляется в доме. SOS!

Ревность — чувство мучительное, разрушительное и изматывающее. Мы помогаем ей пустить корни, удобряя привычными способами. Мы сравниваем детей — и вот один уже загордился, а второй затаил обиду. Мы требуем помощи старших, а получаем протест и нелюбовь к малышам. Мы заставляем всегда всем делиться,

РЕВНОСТЬ — ЧУВСТВО МУЧИТЕЛЬНОЕ, разрушительное и изматывающее.

Мы помогаем ей пустить корни,
удобряя привычными способами.

Мы сравниваем детей — и вот один
уже загордился, а второй затаил обиду

не оставляя маленьким детям личного пространства. Плачет младший — достается старшему без выяснения причин.

Как вырваться из этого противостояния? Что делать, если отношения между детьми уже сложные? Вот что говорит по этому поводу Антон Сорин, кандидат психологических наук, генеральный директор психологического центра «Квартет», практикующий детский психолог: «Во-первых, постарайтесь уделять внимание всем детям, пусть с каждым будет какое-то только его время и интересное занятие. Во-вторых, у каждого должны быть свои личные игрушки и вещи, которыми он может распоряжаться так, как

хочет. В-третьих, старайтесь не делать во всем виноватым одного из детей: вы все равно не поймете, кто был прав в их споре или драке. А главное, доверяйте своим детям, что они могут справиться со своими чувствами и разобраться друг с другом самостоятельно, ваша задача — только установить правила и границы, в рамках которых они могут это делать (например, вы не бьете друг друга)».

...Мне 31. Я лежу в другой стране на другом диване. Та, с кем мы воевали в детстве, давно, как и я, повзрослела. А вместе с тем рассыпалась и наша детская ревность. Живется теперь гораздо легче. Люблю тебя. На мою половину можно.