**Братья и сестры**

Братья и сестры в одной семье - это особое сообщество со своими закономерностями развития. И закономерности эти примерно одинаковы для всех времен и народов. Например, переживания старшего ребенка с появлением в семье нового младенца. Или соперничество братьев, с новой остротой вспыхи- вающее в подростковом возрасте. Или тайная ревность младшей сестры к старшей, когда та уже вовсю пользуется вниманием у противоположного пола. Какие-то из этих процессов протекают на глазах у родителей (ссоры и драки). Другие обнаруживают себя не так явно. Что об этом нужно знать и что можно сделать родителям?

*Играем в младенца*

Очень остро дети переживают появление младшего брата или сестры. Особенно если разница в возрасте между ними меньше трех лет. Они нередко испытывают сильную тревогу, проявляют агрессивность. Это связано с естественным уменьшением внимания матери к ним. Но не менее естественна и такая реакция старшего ребенка: чтобы вернуть внимание мамы, надо снова стать маленьким, вести себя как младенец.   
Родителям стоит попробовать конструктивно отнестись к такому повороту событий. То есть не осуждать и, тем более, не наказывать за такое поведение. Просто дать ребенку возможность вновь побыть младенцем, но в игре с определенными правилами.

Игре можно отвести 15-30 минут в день. И это должно быть время исключительно для общения мамы и старшего ребенка. Она не будет отвлекаться на телефонные звонки, за младшим присмотрит кто-нибудь из домашних. В эти полчаса старшему сыну или дочери разрешается вести себя как младенцу: пить из бутылочки, есть, сидя на высоком стульчике, попросить маму покормить тебя с ложечки или укачать на руках и т. д. Можно предложить ребенку вместе посмотреть фотографии или видеофильм, где он в таком же возрасте, как сейчас его братик или сестричка. Поиграть с ним в младенческие игры. Можно достать одежку, из которой он вырос, его прежние игрушки. Рассказать, как все были рады в свое время его появлению, его первой улыбке, первым шагам и т. д. Вспомнить смешные и милые случаи, связанные с его младенчеством. Приемы могут быть самыми разнообразными. Главное, чтобы ребенок понял: его любили тогда и продолжают любить сейчас.

Играть так со старшим ребенком может не только мать, но и другие члены семьи. Но лучше, если при этом не будет зрителей. Играйте регулярно, пока ваш маленький ревнивец не потеряет интерес к этому занятию. Он может попытаться изображать младенца постоянно, а не только во время, отведенное для игры. Давайте ему понять: во внеигровое время вы ждете от него более зрелого поведения.   
Подчеркивайте: вы гордитесь тем, что у вас есть взрослый, самостоятельный и умелый ребенок, к которому можно обратиться за помощью. Но это не значит, что у него появились только новые обязанности. Дайте старшему сыну или дочери почувствовать преимущества их нового положения. Например, можно разрешить ему ложиться позже спать или предоставить другие привилегии.  
 *Можно ли любить всех одинаково?*

Современные специалисты по вопросам воспитания утверждают - это иллюзия. Невозможно всех детей в семье любить одинаково. Уже потому хотя бы, что они - разного возраста (воспитание близнецов - особый разговор). Так что не стоит упрекать себя, если не получается уделить внимание всем детям поровну. Да и как это можно измерить? Тем более что к детям разного возраста и внимание, и любовь нужно проявлять по-разному. Главное, чтобы не было явного предпочтения одного ребенка другому. Стоит понаблюдать за своими реакциями на одни и те же поступки и проявления старших и младших детей. Беспокойство и плач малыша воспринимаются как естественная реакция на какое-то неудобство или как проявление потребности. А такое же поведение старшего ребенка хочется назвать непослушанием и распущенностью. Между тем у него есть и свои потребности, и свои причины для недовольства.  
 *Ревность братьев и сестер*

Ревность может испытывать любой человек независимо от его возраста и статуса. Чаще всего это чувство возникает как проявление низкой самооценки, неуверенности в себе, страха лишиться чьей-то привязанности. Понятно, что ребенок не должен испытывать недостатка в любви и заботе близких.

С другой стороны, не следует формировать у него чувство исключительности. Постепенно он поймет, что забота требуется не только ему одному. Например, еще дедушке и бабушке, другим близким людям. Тогда появление другого ребенка в семье не станет для него источником нескончаемых переживаний.

Нередко взрослые более явно и оперативно реагируют на неодобряемое поведение ребенка. А положительное поведение воспринимают как нечто само собой разумеющееся. Некоторые дети понимают это так: легче получить негативное внимание, чем трудиться и делать что-то хорошее. Постарайтесь, чтобы ваш ребенок понял: он получит от вас больший отклик и интерес, если будет вести себя одобряемыми способами. Не исключено, что через какое-то время он поменяется ролями с младшим ребенком - скорее того будут воспринимать как капризулю и озорника.

*Ссоры и драки*

Нет такой семьи, в которой отношения между братьями и сестрами складывались бы исключительно гладко, безо всяких проблем. Это возможно разве что когда разница в возрасте детей очень велика - пятнадцать лет или больше. Чувства беспомощности и бессильной ярости при виде ссорящихся детей знакомы большинству родителей. Американские мамы и практические психологи Адель Фабер и Элен Мазлиш предлагают **несколько правил в помощь родителям**.

* Не осуждайте ребенка и не запрещайте ему выказывать негативные чувства по отношению к младшему брату или сестре. Лучше помогите ему осознать эти чувства и покажите, что вы их понимаете, сочувствуете ему. Например: "Я понимаю, ты боишься, что мы будем меньше любить тебя?" Ребенок поймет, что именно его огорчает и тревожит. Вовсе не появление нового малыша, а страх потерять чувство защищенности, которое ему давала уверенность в вашей нераздельной любви к нему.
* Не требуйте сразу проявления позитивных чувств, это лишь усиливает негативные эмоции. Когда ребенок успокоится, хорошие чувства придут сами собой. Все зависит от вашей собственной манеры общения, от вашей способности любить и выражать позитивные чувства.
* Учите детей выражать свой гнев, протест, дурное настроение безопасным и безвредным для окружающих способом. Например, в символической форме: через рисунок, лепку, неотправленное письмо, стихи и т. д. Но не в ругани и не в драках. Рисунок можно смять, порвать на мелкие кусочки, выбросить и т. п.
* Драки между детьми прекращайте немедленно, но старайтесь не заниматься выяснением, кто прав, а кто виноват. Просто уделите больше внимания пострадавшему. Постарайтесь, чтобы за детьми не закреплялись постоянные роли обидчика или жертвы. Не приучайте к тому, что любую ссору разбирают родители. Выберите момент, когда дети спокойны, не конфликтуют между собой. Тогда и обсудите с ними, как можно конструктивно разрешать конфликты или споры.