Консультация для родителей.

Сиблинги. Кто это в психологии.

СИБЛИНГИ - в психологии это родные братья -сестры в одной семье, а  сиблинговой позицией считают стратегию поведения человека по отношению к его сестрам, братьям.Вот такие позиции : старший ребенок, средний , младший, близнец, сводные братья-сестры .

       Многие блестящие ученые, такие как З.[Фрейд](http://www.koob.ru/freud_zigmind),  М.Боуен, А. Адлер, У. Тоумен считают то, каким был порядковый номер рождения ребенка, какие функции в родительской семье он нес - очень важным для формирования личности.

     Ни для кого не секрет, что разным детям в одной семье часто  "достаются" разные родители. По уровню взрослости, достатка, опыта. Часто от сестер или братьев я слышу рассказы о родителях - и это как будто разные люди. Отчасти так и есть. Родители по-разному реагируют на появление первого и последующих детей.

    Например, старший ребенок: с его рождением меняется статус семьи, все ,что происходит ново. Много надежд и страхов, мало опыта и осознанности. Как правило старшим детям достается много любви, но и спрашивают с них больше и требования к ним зачастую выше. Первенцы часто рассматриваются родителями как особенные. Во многих культурах их  статус узаконен , у них больше привилегий, престижа особенно в том, что касается их статуса, получения наследства.. Как правило на него возлагают надежды, ответственность, высокие требования.

       Есть понятие "развенчание первенца" - то есть вся любовь расширенной семьи (бабушки и дедушки, тети и дяди) достается одному ребенку , но до тех пор, пока не появляется еще кто-то, с кем он вынужден делить внимание и любовь близких причем далеко не всегда поровну. Слышали выражение" Детство старшего ребенка заканчивается,  когда появляется младший" Мама бессознательно записывает старшего во взрослые, ждет от него помощи и понимания.  Влияние "развенчания" не стоит недооценивать. Это может оказать серьезное влияние на жизнь человека, он может всю жизнь бояться отвержения, переживать несправедливость. Может уходить в изоляцию, чтоб избежать боли Исследования показывают, что наиболее травмированы дети, чьи родители по разному относились к своим детям.

   А вот младшим часто отдается предпочтение родителей, к их рождению относятся спокойнее, он - общий малыш. Младшим больше позволяется, прощается, с них меньше спрашивают. Однако, частенько младшему ставят в пример старшего и он вынужден конкурировать с ним ( бессознательно всю жизнь с теми, кого он воспринимает как старшего).

     Положение единственного ребенка - особая история! Ему достается вся любовь расширенной семьи, но и неприязнь тоже вся, надежды родителей, их нереализованные мечты и планы и требования - все достается единственному.

      Интересно, как влияет сиблинговая позиция на супружеские отношения выросших детей. Отношения между братьями- сестрами это первичный опыт человека построения длительных горизонтальных отношений и, вступая в брак, он их реализует. И то, каким был этот опыт, имеет решающее значение для построения стабильного супружества.

    Достаточно прочными бывают браки ,когда один старший, другой младший ( комплементарный брак) . Один привык заботиться и уступает, другой принимать и требовать этого. Оба приспосабливаются, имея такой опыт в родительской семье. Пазл сложился.

   А вот брак, где оба, старшие или младшие - всегда борьба за власть. Оба старшие : конкуренция за главного, сильного, доминирующего. Оба младшие - борьба за избегание ответственности, переваливание решения проблем друг на друга. Каждому хочется быть маленьким. Такой брак называют не комплементарным.

   Наиболее сложными отношения могут быть, когда в брак вступают единственные. Им трудно понять другого, им проще разорвать отношения , чем отступиться от своих жизненных установок и принципов. Часто базовые установки у супругов не совпадают, а опыта принятия  инаковости другого нет.

   При создании новых связей в жизни человек невольно вносит в них незавершенные эмоциональные проблемы прошлого. Особенно это касается супружеских отношений  "Женятся не люди, женятся семьи" - слышали такое выражение? Ответы и поиск проблем, часто возможен при исследовании собственной семейной истории, своей позиции и поведения в родительской семье построения генограммы.

Сиблинги — это дети, у которых общими являются и мать, и отец. Воспитываясь в одной семье, братья и сёстры формируют особые отношения.

Что влияет на становление личности каждого ребёнка, и какие трудности в их взаимодействии могут наблюдаться? Рассмотрим в данном материале.

**Как ведут себя дети при рождении брата или сестры?**

Ещё один ребёнок — это всегда стресс для старшего. Особенно остро реагируют сиблинги возрастом 3-5 лет.

Нередко появление младшего члена семьи сопровождается агрессивным поведением, умственным регрессом, заметным, но обратимым. К примеру, ребёнок, давно отвыкший от соски, требует её снова, не хочет воспроизводить слова или фразы, которые уже знает.

Такие проявления вызваны стремлением старшего обратить на себя внимание родителей, показать, что он тоже нуждается в ласке, заботе и любви. В желании избавить сына или дочь от негативных последствий стресса не следует говорить ребёнку, что он старший, большой, не настаивать на соответствующем возрасту поведении. Психоэмоциональное состояние малыша нормализуется, когда он привыкнет к младшему сиблингу.

Если по истечении 2-3 месяцев «симптомы» не исчезают, желательно обратиться к педиатру или детскому психологу. Это критически необходимо, если старший ребёнок пробует навредить новорожденному.

**Отношения детей**

Во взаимодействии сиблингов есть несколько «Ахиллесовых пят». Родителям следует внимательно отнестись к каждой из них.

**Разница в возрасте**

Характер отношений сиблингов во многом зависит от того, сколько лет их разделяет.

При разнице до 3-4 лет наблюдается тенденция к соперничеству. Поскольку старший ребёнок всё ещё остро нуждается во внимании взрослого, дети активно конкурируют за любовь и заботу родителей. Также на старшего оказывает большое влияние страх, связанный с потерей статуса единственного ребёнка, к которому он привык. По утверждению Альфреда Адлера, изучавшего поведение сиблингов, это особенно актуально для семей с однополыми детьми.

Современные родители довольно часто задумываются, как решить эту проблему. Они стараются запланировать появление младшего таким образом, чтобы разница между детьми составила 4-5 лет. Такой подход обеспечивает золотую середину между кризисами 3 и 7 лет. В обозначенный период старший сиблинг становится более самостоятельным и в большинстве случаев с готовностью идёт на диалог с родителями.

**Вмешательство взрослых в конфликтные ситуации**

Вовлечение родителей в детские конфликты — деликатный вопрос, ответ на который индивидуален в каждом конкретном случае.

Нередко участие взрослых в спорной ситуации приводит к её усугублению. Некоторые родители хотят, чтобы дети разрешили конфликт по-взрослому, не принимая во внимание особенности возрастной психологии. В случае с малышами такой подход может оказаться неэффективным, ведь даже подростки далеко не всегда приходят к решению проблемы путём, очевидным для мамы и папы.

**Подробнее о конфликтах и их причинах**

Часто между сиблингами складываются непростые отношения. Дети могут ссориться из-за самых незначительных мелочей. Чтобы своевременно разряжать обстановку, родителям следует научиться аккуратно сглаживать острые углы. В этом им поможет знание причин, провоцирующих конфликты. Среди факторов, обуславливающих конфликтные ситуации:

* Ревность. Ребёнок чувствует, что получает меньше любви и заботы от родителей, чем его сестра или брат. Пытаясь различными способами добиться внимания родителей, сиблинг натыкается на их осуждение.
* Зависть. Её провоцирует несправедливость, которую ребёнок наблюдает по отношению к себе. Брат или сестра получает больше подарков, сладостей, одобрения, что надолго отпечатывается в памяти.
* Враждебность. Её источник — систематически подпитываемые зависть и ревность.
* Усталость. Она провоцирует конфликты, если обязанности по уходу за младшим сиблингом активно перекладываются на старшего.

**Сиблинговый конфликт: возможные действия родителей**

Существует несколько моделей, вовлечение или невмешательство взрослых в которые провоцирует усугубление конфликта.

Родителям категорически не рекомендуется принимать сторону кого-либо из детей. Также не следует во всеуслышание оценивать поведение ребёнка: «Ты поступаешь плохо».

Мелкие ссоры неизбежны, а потому лучше не реагировать на них слишком.

Ни в коем случае нельзя игнорировать проявления физического или психологического насилия между детьми.

Одна из грубейших ошибок — не позволять каждому из сиблингов высказать свою точку зрения. Также не поспособствует нивелированию конфликта регулярно проговариваемое «Вот вы вырастете и обязательно подружитесь».

Чтобы не провоцировать ещё большей враждебности между сиблингами, не следует обсуждать их конфликты с посторонними, тем более в присутствии детей.

**Советы по воспитанию сиблингов**

Отношения сиблингов формируются и под влиянием позиции, которую занимают родители. Психологи рекомендуют:

1. учить сиблингов самостоятельно разрешать ссоры, чётко объяснять друг другу свои мотивы: «Я злюсь, потому что ты без спроса взял мою машинку».
2. Устанавливать при появлении конфликтов определённые рамки. Например, если одному члену семьи что-то не нравится, он произносит «Стоп!» Так оппонент понимает, что возникла проблема.
3. Давать высказаться всем сторонам, участвующим в конфликте. Причём задача родителя — способствовать тому, чтобы сиблинги не просто обвиняли друг друга, но и предлагали решения, которые подойдут каждому.
4. Предусмотреть личное пространство для каждого ребёнка.
5. Объединять семью, например, обедать вместе, проводить досуг, заниматься домашними делами.

Сколь бы сложными ни были отношения между братьями и сёстрами, дети активно влияют друг на друга. От того, как они научатся справляться с конфликтами, зависит не только микроклимат в семье, но и характер взаимодействия с людьми вне её.

Поэтому родителям следует подойти к воспитанию сиблингов максимально ответственно. Не принуждать их к дружбе, но поощрять хорошие отношения разумной позицией. И в воспитании детей большое значение имеет умение родителей управлять своими эмоциями.