

ДЕТСКАЯ РЕВНОСТЬ. СКАЗКОТЕРАПИЯ.

Если ребенок ревнует, это нормально. Он же живой человек!

Но плохо, если ребенок не может сдерживать свою агрессию к малышу.

Что делать?

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ СТАРШИЙ РЕБЕНОК ПРОЯВЛЯЕТ АГРЕССИЮ И РЕВНОСТЬ К МЛАДШЕМУ?

1. **Не сравнивайте детей никогда!** Помогите малышу пережить эту детронизацию (от слова «трон» — он ведь раньше был на троне).
2. **Уважайте первого ребенка.** Вместо «Уступи младшему, отдай ему игрушку» надо сказать: «Если хочешь, можешь уступить», «А может, отдадим?». Всегда радуйтесь всем проявлениям заботы и доброты старшего ребенка к младшему.
3. А когда младший подрастет, **оберегайте старшего от малыша в возрасте разрушителя.** Не давайте маленькому рушить постройки старшего, портить его рисунки и т.д.
4. **Если дети ссорятся – не проходите мимо,** бросайте все и помогайте разрулить конфликт. Пару лет активной работы – и дети научатся сами регулировать отношения.
5. Если первый ребенок ревнует явно и говорит удивительные вещи («давай отнесем его на помойку», «как он надоел», «он все время орет, ты его брось, а меня возьми на руки» и т.д.). Не пугайтесь! **Применяйте технику активного слушания.** Например: «Ты злишься, злишься так, что кажется, что хочешь его выбросить, тебе кажется, что мама тебя не замечает, не любит, ЭТО НЕ ТАК! Сейчас я малыша уложу, а ты со мной рядом, мне так приятно, ты мой помощник, а потом я тебе почитаю, с тобой поиграю, мама тебя любит! Мама всегда тебя будет любить!»
6. Как всегда самым замечательным помощником для нас будет **сказка:**

СКАЗКА ПРО МЕДВЕЖОНКА

В одном сказочном лесу жила-была семья медведей: Папа-медведь, Мама-медведица и маленький Медвежонок. Жили они дружно. Ходили за вкусными ягодами, дружили с лесными пчелами, и те делились с ними лесным медом, загорали на солнышке, купались в речке, — словом, все делали вместе.

И вот однажды Мама-медведица сообщила всем радостную новость — скоро в семействе медведей будет пополнение. Действительно, Медвежонок замечал, как мамин живот рос день ото дня. Ему было очень любопытно, кто же родится?

Вот, наконец, настал счастливый день. Все поздравляли Маму, и Папу, и его. Правда, Сестрѐнка медвежонок оказалась совсем не такой, какой он

её себе представлял. Но самое неприятное было то, что она постоянно требовала к себе внимания. Особенно Мама.

Жизнь в семье медведей изменилась. Теперь уже за ягодами и медом редко ходили все вместе. Уходя, Папа и Мама оставляли Медвежонка присматривать за сестрой. Нельзя сказать, что это ему особенно не нравилось или было трудно. Просто было очень-очень обидно, когда, приходя домой, родители первым делом бежали к сестрёнке, беспокоились о ней, расспрашивали: «Как она?» Когда вся семья была в сборе, играли с малышкой, а не с ним.

«А я, что же, больше им не нужен?» — спрашивал себя Медвежонок. И так ему становилось горько, что хотелось даже уйти из дома.

И однажды так и случилось. Медвежонок шел по лесной дорожке и думал о том, как несправедливы к нему Папа и Мама. От этих мыслей слезы навернулись на глаза, так Медвежонку стало жаль себя.

Шел-шел Медвежонок и пришёл к домику зайцев. В их семье тоже было пополнение. Медвежонок наблюдал, как старшие братья с удовольствием учат маленьких зайчат грызть морковку. «Что с них возьмешь, — зайцы!» — продумал Медвежонок и пошел дальше.

Вскоре тропинка привела его к семейству лис. Старший лисенок с любовью укачивал свою маленькую сестру. Странно, похоже, он совсем не испытывал тех чувств, что Медвежонок. «Где ему меня понять, — подумал Медвежонок. — Что с них взять, — лисы!» И наш герой, махнув рукой, пошел прочь.

Неподалеку стоял дом семейства волков. И Медвежонок видел, как старший волчонок весело кувыркался с младшим, учил его охотиться. «Да он притворяется, что ему нравится играть с младшим братом!» — подумал Медвежонок и пошел дальше.

Стемнело, стал накрапывать дождик. Медвежонок проголодался, чувствовал себя одиноким и усталым, ему очень хотелось домой. Но вернуться он не мог.

Как ты думаешь, почему?

Ноги привели Медвежонка к старому дубу, в ветвях которого находился домик Мудрой Совы.

— Ух, — удивилась Сова, — что ты делаешь здесь в поздний час. Медвежонок?

— Да ничего, просто гуляю и все! Я — самостоятельный.

— Это верно, — согласилась Сова, — слышала я от Сороки, что Мама с Папой разыскивают тебя по всему лесу.

— Да это они просто перед сном с сестрёнкой гуляют! — ответил Медвежонок.

— Э-э-э, видно ты в обиде на родителей? — догадалась Сова.

— Да нет, просто... — Медвежонок не знал что сказать.

— Просто, да непросто... — глубокомысленно изрекла Сова и, помолчав, добавила: — Похоже, мне придется открыть тебе один секрет... правда, я обещала Папе-медведю никому не рассказывать...

— Что это за секрет?

— Дело в том, что вскоре после того, как ты родился, ко мне приходил Папа-медведь. Он был очень расстроен тем, что его жена-медведица больше его не любит. «Теперь у неё есть сын, а я ей совсем не нужен», — так говорил он...

— Не может быть! — воскликнул Медвежонок. — Папа так не мог говорить!

— Ты почему так думаешь?

— Но не мог же он чувствовать то же, что и я! — А разве ты чувствуешь то же самое?! Медвежонок опустил голову. Мудрая Сова слетела на землю и обняла его за плечи. Помолчав некоторое время. Сова сказала:

— Знаешь, когда рождаются маленькие дети, они требуют к себе очень много внимания, а жизнь семьи перестает быть прежней. В маленькое существо нужно вложить много любви, терпения и добра, прежде чем оно вырастет. Поэтому все внимание членов семьи отдается малышу. А некоторые, забыв или не зная об этом, могут чувствовать себя обиженными, ненужными и нелюбимыми...

— Так, значит, я покинул родителей в то время, когда они во мне особенно нуждались?! Мне так стыдно.

— Чувства, которые руководили тобой, может испытать каждый. Иногда непросто увидеть любовь, если тебе уделяют немного внимания. Иди скорей домой, тебя там ждут и очень любят...

Медвежонок побежал по тропинке, ведущей к дому. А Мудрая Сова ещё долго смотрела ему вслед.

Маленький гном — *терапевтическая сказка.*

Возраст: 4-8 лет.

Направленность: Негативные чувства (ревность, обида и пр.), связанные с рождением младшей сестры (брата).

Ключевая фраза: «Вы любите ее (его) больше, чем меня!»

В одной горной долине, где всегда лето, солнце, круглый год радуют глаз своей красотой цветы, а на деревьях растут фрукты, сладкие, как мед, стоял маленький домик, внешне похожий на тыкву. В этом домике жила семья гномов: папа-гном, мама-гном и маленький гномик, которого звали Шарли. Мама и папа никак не могли нарадоваться на своего маленького сына. Они делали все, чтобы ему было хорошо. Папа — покупал яркие красивые игрушки, из листьев пальмы смастерил ему люльку. Мама убаюкивала его, рассказывала интересные сказки и кормила разными лакомствами.

Шарли потихоньку рос и старался никогда не огорчать маму и папу. Он всегда их слушался, убирал за собой игрушки, учил буквы, цифры и собирался идти учиться в школу. Хотя иногда он шалил, как и все другие маленькие гномики. Родители всегда его хвалили и говорили: «Ах, какой у нас молодец Шарли! Самый лучший гномик во всей долине!»

И вот однажды за мамой приехала повозка, запряженная розовыми слонами, и куда-то ее увезла. Он ничего не понимал, а папа говорил: «Не переживай, мама скоро вернется и нас ждет сюрприз». Несмотря на его слова Шарли очень волновался и днями и ночами ждал маму у окна. Как-то раз глазки закрылись сами собой, и гномик уснул прямо там.

Утром его разбудил сильный крик. Долгое время Шарли не мог понять, что происходит, но все-таки набрался смелости и в щелочку заглянул в ту комнату, где раньше никто не жил, кроме его игрушек. Там он увидел маму и, радостно распахнув дверь, с криком «Мама!» побежал к ней. Мама обняла его и попросила не шуметь. Она взяла Шарли за руку и подвела его к люльке — к той самой, в которой когда-то спал он сам. Гномик заглянул в нее, увидел там малыша, вопросительно взглянул на маму и она сказала: «Радуйся, сынок, теперь у тебя есть младшая сестренка. Ее зовут Ляля». С этого момента у Шарли, как он сам считал, началась новая жизнь. Он перестал быть самым лучшим. Мама уже не сидела с ним часами, а говорила, что он уже большой и сам может читать. Папа постоянно бегал куда-то и каждый раз приносил кучу пеленок, сосок и всевозможных бутылочек. А «сюрприз», который так ждал Шарли, постоянно орал.

И однажды на рассвете, после того как он не спал всю ночь, Шарли собрал свои вещи и ушел из дома. Он шел по узкой горной тропинке и думал: «Я вырос и стал не нужен своим родителям, они променяли меня на маленькую орущую ведьму (так он называл свою сестру). Теперь я плохой. Они меня больше не любят. Что же я сделал? Я ведь почти всегда их слушался и помогал». И стало ему так грустно от своей беспомощности и ненужности, что он сел на большое яблоко, валявшееся на дороге, и горько заплакал. Он так сильно плакал, что около него образовалось целое соленое озеро. По этому озеру на лодочке, сделанной из ореховой скорлупы, к Шарли подплыла мышка. Он поведал ей о своем горе и поклялся, что больше никогда не вернется в этот ужасный дом, пока там живет эта злодейка.

В ответ мышка рассмеялась и сказала: «Гномик, твоему горю можно помочь. Вот послушай. У меня есть младшая сестра. Когда она родилась, я во всем помогала маме. Я помогала пеленать сестренку, кормить, играть с ней и даже читала ей сказки. Я знала, что мама любит меня, если доверяет мне ухаживать за сестренкой. Просто настало время, когда я тоже должна ей помочь. Я поняла, что я — старшая, и мне стало от этого очень приятно». После этих слов Шарли вскочил с места и быстро-быстро побежал в направлении к своему дому.

Он оказался у двери, когда было уже совсем темно. А мама сидела у окна и плакала. Увидев сына, она заплакала еще больше, но уже от радости: «Где же ты был так долго? Папа пошел искать тебя в лес. Мы думали, что ты убежал», Шарли только заулыбался и крепко обнял маму. Он понял, что родители его очень любят.

На следующий день он уже помогал во всем маме и папе. Ляля стала его любимой сестренкой. Шарли решил, что раз он старший, то должен быть примером для сестры и всегда будет ей во всем помогать.

Вопросы для обсуждения

Почему Шарли не нравилась жизнь с маленькой сестренкой? Как Шарли рассказал бы о своих чувствах (связанных с сестрой) своим родителям? Что самое важное сказала мышка? Почему Шарли изменил свое отношение к сестре?

Сказка о песике по имени Тобик — терапевтическая сказка.

Возраст: 5—8 лет.

Направленность: Негативные чувства (ревность, обида и пр.), связанные с рождением младшей сестры (брата). Переживания, связанные с трудностью принятия роли старшего.

Ключевая фраза: «У меня родился братик и теперь родители меня совсем не любят!»

В одной семье жил песик по имени Тобик. Хозяева очень его любили, ласкали и часто с ним играли. Как и все собаки, Тобик мог наделать глупостей, но хозяева прощали ему его недостатки. Жизнь Тобика была очень счастливой.

Но вот однажды в доме появился маленький котенок. Он был совсем крохотным и беспомощным, и хозяева уделяли ему гораздо больше времени, чем Тобику. Котенка кормили из рук, ласкали и разрешали ему все то, что Тобику теперь запрещалось. «Ты уже большой,— говорили ему хозяева.— Веди себя как следует». А любимая хозяйка почти забыла о бедном песике и все время возилась с этим котенком,

Тобику стало казаться, что его совсем не любят, у него пропал аппетит и он стал плохо спать по ночам, а однажды завыл от тоски, но его за это наказали. Тобик считал котенка виновником всех своих несчастий, но чем больше он на него злился, тем чаще хозяева наказывали бедного Тобика. И от этого он еще больше ненавидел противного котенка.

Однажды его терпенье лопнуло: котенок посмел утащить его любимый мячик и стал гонять его по всему дому. Тобик не удержался и укусил котенка за хвост. Котенок завопил от боли, а хозяева отшлепали Тобика. От этого он еще больше возненавидел котенка и вечером уснул, мечтая о том, что завтра он его как следует отделает.

Тобику приснился странный сон... Он оказался в незнакомом городе, вокруг никого не было. Он бежал по пустынным улицам и никак не мог найти свой дом. Наконец, уставший и голодный, он решил попроситься на ночлег и постучал в ближайшую дверь. Дверь открылась и из дома вышел... огромный кот! «Убирайся отсюда!— закричал кот.— Это город кошек и тебе здесь не место». Тобик оглянулся и увидел, что его окружает целая толпа кошек: они злобно шипели и грозили ему острыми когтями. Испуганный Тобик бросился бежать.

Он был в отчаянии: один в чужом городе, все гонят его прочь... и неоткуда ждать помощи. И тут навстречу ему вышел маленький котенок, как две капли

воды похожий на любимца хозяев. «Почему у тебя такой несчастный вид?— спросил котенок.— Может, я смогу помочь?» Тобик рассказал ему о своих несчастьях, и котенок пожалел его. Он привел Тобика в свой дом, накормил и даже уступил ему свою постель, а сам устроился рядом. Они оба сладко заснули.

Проснулся Тобик в своем доме, но рядом с ним лежало что-то теплое и пушистое. Оказалось, это маленький котенок, который забыл про свой искалеченный хвост и пришел помириться со своим обидчиком. Тобик уже не злился на котенка, ему стало стыдно за то, что он обижал слабого малыша. Он нежно лизнул котенка в лоб, и с тех пор они жили очень дружно. Хозяева были просто счастливы, потому что на самом деле любили обоих одинаково.

Вопросы для обсуждения

Из-за чего Тобик думал, что хозяйева его больше не любят? Что было самое главное во сне, увиденном Тобиком? Почему Тобик помирился с котенком? Правильно ли он сделал?

Мальчик Сережа — *терапевтическая сказка*. Возраст: 5-9 лет.

Направленность: Конфликты с младшей сестрой (братом). Ревность и обида, вызванные рождением второго (младшего) ребенка.

Ключевая фраза: «Мама и папа больше меня не любят»

Далеко-далеко, за горами, за лесами, в одном очень красивом маленьком городке жил-был мальчик Сережа. Он был таким же, как другие мальчишки, и чем-то похож на тебя. Жил он с мамой, папой и маленькой сестренкой Ксюшей.

Раньше, когда Ксюши еще не было на свете, все игрушки в доме принадлежали только ему, ему одному улыбалась мама, с ним одним папа ходил кататься на велосипеде и только с ним папа и мама смотрели по телевизору футбол и мультики.

А теперь мама чаще возилась с Ксюшей и улыбалась Сереже уже не так часто, как раньше, и у нее совсем не оставалось времени, что бы с ним поиграть. Но хуже всего было, когда она просила Сережу погулять с Ксюшей. Гулять с Ксюшей было очень скучно, потому что тогда он уже не мог ни поиграть в футбол, ни побегать с друзьями, ни залезть на дерево. Но мама просила защищать Ксюшу и быть настоящим мужчиной, таким же сильным, как папа.

Сереже казалось, что мама и папа больше не любят его так, как раньше, что ругают его незаслуженно, а хвалят редко. Тогда он мечтал, чтобы Ксюша исчезла и все было как раньше. А иногда Сереже очень хотелось заболеть какой-нибудь страшной болезнью, чтобы мама и папа наконец обратили на него внимание, но было бы уже поздно и он бы все равно умер. И вот тогда они бы поняли, как мало его любили.

Но вот однажды Сережа пришел из школы домой. Уже в дверях он услышал незнакомый голос. Мама тихо разговаривала с какой-то тетей в белом халате.

По маминому лицу Сережа сразу догадался, что случилось что-то плохое. Когда доктор ушла, Сережа подошел к маме, прижался к ней и тихо спросил: «Что-то случилось с Ксюшей?». Мама обняла его нежно, поцеловала и сказала, что Ксюша заболела, у нее очень высокая температура и, может быть, ее заберут в больницу.

Вечером, когда Сережа лег спать, он долго не мог уснуть, а когда заснул, ему приснился сон: он куда-то идет по красивой извилистой дороге, и вдруг перед ним появляется гора, а там — источник с целебной водой. Набрал он этой воды, чистой как слеза, и побежал, чтобы напоить ею свою маленькую сестренку. Он совсем не хотел, чтобы ее забирали в больницу...

Утром за окном ярко светило солнце, был теплый весенний день. Сережа, проснувшись, сразу побежал в комнату, где была Ксюша, и увидел, что она уже не спит, а всем улыбается: и маме, и папе, и ему.

«Значит, помогло и все страшное позади», — подумал Сережа. Он поцеловал сестренку в макушку. Мама улыбнулась ему и сказала: «Я только что поняла, какой ты уже взрослый. Настоящий мужчина».

Вопросы, для обсуждения

Почему Сережа думал, что мама и папа его больше не любят? Почему мальчик расстроился, когда узнал про то, что его сестра заболела? Почему Сереже приснился такой сон? Почему мама сказала Сереже о том, что он уже взрослый?

Тип и Топ — *терапевтическая сказка*. Возраст: 5-8 лет.

Направленность: Негативные чувства (ревность, обида и пр.), связанные с младшим братом (сестрой). Конфликты между братьями (сестрами).

Переживания, связанные с трудностью принятия роли «старшего».

Ключевая фраза: «Моего братика родители любят больше, чем меня»

В одном лесу жила беличья семья: мама, папа и двое бельчат. Старшего звали Тип, младшего Топ.

Это была очень дружная семья — родители каждое утро уходили на работу, добывать пищу, а бельчата оставались вдвоем. Перед уходом мама говорила Топу:

— Присматривай за Топом. Он еще маленький, не все умет делать, его легко обидеть.

«Опять все говорят только о Топе! — думал Тип. — Мама любит брата и не любит меня. Мне тоже хочется, чтобы обо мне так же заботились, любили меня, играли со мной. А мама больше времени проводит с Топом. Мне хочется поиграть с друзьями, а я должен постоянно следить за младшим братом. Вот если бы не было Топы, мама гуляла и играла бы только со мной, приносила бы только мне вкусные орешки и рассказывала бы только мне сказку перед сном».

В один из дней родители собрались на поиски еды, и мама наказала Топу:

— Будь умницей, приглядывай за младшим братом, ведь он еще маленький.

Типу так хотелось пойти поиграть с друзьями, а вместо этого его заставляют сидеть с Топом. «Хватит,— подумал Тип,— ведь я не виноват, что я старший». И решил Тип избавиться от своего младшего брата. Он предложил ему пойти погулять; долго они шли, с каждым шагом углубляясь в чащу. «Я найду отсюда дорогу домой,— думал старший брат,— а вот Топ ее не найдет. Это значит, что мы опять будем жить счастливо — мама, папа и я». Тип завел Топу в самую глубь леса, в такую чащобу, что сам начал бояться, а потом, когда малыш отвлекся, Тип быстро побежал к дому.

Вдруг он слышал где-то над головой писк, который ему показался очень знакомым. Тип поднял голову и увидел высоко в небе Топу в клюве страшной птицы, которая уносила бельчонка все дальше и дальше от родного дома, а он был такой маленький и незащищенный.

И тут Типа будто осенило. Он подумал, что мама была права: Топ так мал, что не сможет защитить себя, кроме него, Типа, никто не сможет помочь малышу. Он быстро побежал вслед за птицей, ему уже не страшен был этот лес. Ветки больно хлестали его, но он ни перед чем не останавливался, он понимал, что должен спасти брата. Вдруг он опять услышал писк и снова увидел птицу, в когтях которой был Топ: она села передохнуть. Храбро кинулся Тип в бой, спас братика из когтей ужасной птицы, и они побежали домой.

Придя домой, Тип покормил младшего брата и сел с ним играть.

Пришедшие родители застали их счастливыми и веселыми.

— Спасибо, сынок,— сказала мама Типу,— я благодарна тебе за то, что ты присмотрел за братом.

Тут Тип не выдержал и рассказал маме всю историю, которая приключилась в этот день с братьями. И мама сказала:

— Я очень рада, что ты не подвел меня. Не зря надеялась на тебя. Думаю, что ты понимаешь, что я люблю вас одинаково, но должна больше заботиться о Топе, потому что он еще маленький. Так же я заботилась о тебе, когда ты был в его возрасте, но теперь ты уже совсем взрослый и можешь сам защитить себя и брата. Я горжусь тобой. Я очень люблю тебя и хочу устроить праздник, на который мы пригласим всех наших друзей. Мы накроем большой стол твоей любимой скатертью и будем угощать всех вкусным ужином. А после ужина мы будем играть в веселые игры и танцевать.

Тип чувствовал себя очень счастливым в тот вечер. Собрались все его друзья, им было очень весело: они играли, шутили, смеялись, пели и танцевали.

Тип еще долго вспоминал события того дня и чувствовал себя самым счастливым бельчонком на свете.

Вопросы для обсуждения

Что чувствовал Тип по отношению к брату? Из-за чего? Почему Тип бросился спасать брата? Почему Тип чувствовал теперь самым счастливым бельчонком на свете?