

«Многодетная семья. Секреты психологического баланса».

Когда рождается третий ребенок, перестают работать привычные способы управления. В детской и в голове у родителей временно может наступить хаос, так как ситуация некоторым образом напоминает революционную – «*верхи не могут, низы не хотят*».

И до тех пор, пока возникнут новые способы управления и будут найдены работающие воспитательные приемы, родителям может быть весьма непросто.

Возможные проблемы и рекомендации по их разрешению:

1. *Непринятие старшими родственниками количества детей в семье.*

Есть такой закон в семейной психологии: бабушкам и дедушкам легко принять количество детей в молодых семьях, не превосходящее число детей, которых родили они сами. Исключения, конечно, бывают, но они лишь подтверждают правило. Не удивляйтесь и старайтесь не слишком расстраиваться, если на известие о рождении третьего внука кто-то из ваших родственников не выразил радости. Можно услышать в такой ситуации даже резкие слова осуждения. И родителям может быть совсем не просто бороться с обидой.

Важно! Как показывает опыт, когда проходит время и третий малыш подрастает, родственники, которым трудно было принять известие о его рождении, начинают его любить и участвовать в его воспитании не меньше, чем это было со старшими детьми.

2. *Традиционная иерархическая структура многодетной семьи.*

Многим современным семьям присущ детоцентризм, то есть ориентированность на ребенка – царя природы, и его нужды. Потребности драгоценных чад при такой структуре семьи удовлетворяются по высшему разряду, но взрослые могут восприниматься как обслуживающий персонал, а у детей появляются высокие шансы вырасти эгоистами.

Важно! С того времени, когда детей становится трое, такое устройство семьи перестает быть жизнеспособным. Становится понятно, что родители – главные люди, они главнее детей в семье. Папа и мама становятся «правлящей верхушкой», более или менее демократичной, а дети образуют «народ». И им это совсем не вредно. Они занимают нормальное детское подчиненное положение. Ведь родительская власть не деспотична, она основывается на любви. Дети гораздо лучше развиваются, если они не перегружены возможностями выбора и избытком внимания родителей, а также амбициями и упованиями семьи.

3. *Детская и родительская зоны.*

Главенствующее положение родителей должно подтверждаться наличием у них какой-то, пусть совсем небольшой, личной зоны. И дело тут не в общем количестве квадратных метров на человека в семье, а в ситуации, когда вся квартира или дом превратилась в детскую, по колению заваленную игрушками и деталями от конструкторов. А если не выделить четко детскую и взрослую зоны – это обязательно произойдет, потому что игрушкам свойственно расползаться по квартире, а убирать их почти никто не любит.

Важно! Родителям лучше четко договориться с детьми о том, где «живут» игрушки, а где они не живут. Каждому родителю нужно выделить неприкосновенную зону (кресло, часть дивана и т.п.) В семье может существовать такой закон – если человек находится в своей личной зоне, его стараются не беспокоить. То, что родители – тоже люди, они нуждаются в отдыхе и у них есть свои желания и потребности, дети должны четко понимать.

4. Законы семьи и детско-родительский договор.

- ✓ Первый и самый главный закон – в семье родители главнее, чем дети.
- ✓ Второй – родители тоже люди, а не обслуживающий персонал.
- ✓ Третий – есть время и ситуации, когда взрослые хотят быть без детей.
- ✓ «Маленькие законы» (которые обязательно обосновываются взрослыми спокойно и убедительно):

- Сначала младенец, потом старшие дети (потому что младенец физически не может выжить без взрослых).

- Самый старший ребенок имеет больше обязанностей, но и больше привилегий (лучше, чтобы старший ребенок участвовал в распределении домашних обязанностей, но за это он имеет право на какие-то привилегии, которых нет у других детей. Важно обсудить это с самим ребенком).

- У каждого в семье есть право на одиночество. Никто не должен против своего желания играть с другими.

Важно! В вашей семье могут быть свои законы, отличающиеся от вышеперечисленных, но они должны быть четко сформулированы и записаны). Каждый из детей, начиная с 3-х летнего возраста, должен их знать и стараться соблюдать.

У взрослых не должно быть разногласий по поводу семейных законов.

Иначе детям будет очень сложно их соблюдать.

Противоречивость требований родителей нередко порождает плохое поведение детей.

5. Родители – главные.

Очень часто с рождением третьего ребенка кончается время либерально-демократического, а то и попустительского стиля воспитания в семье. Если родители не сумеют взять власть в свои руки, жизнь семьи рискует превратиться в хаос. Когда детей становится много, в ход идут несколько иные способы воспитания и формы правления. Родители сначала интуитивно

начинают использовать новые воспитательные приемы, и только потом это замечают и начинают по данному поводу рефлексировать.

Важно! Родители должны всячески показывать детям, что они в состоянии справиться с ситуацией любой степени сложности без внутренней истерики и крика.

6. Оправданный авторитаризм и авторитетный стиль воспитания.

Если вы катите коляску и к ней с обеих сторон «прицеплены два вагончика» – у вас будет меньше возможностей поинтересоваться желаниями каждого из детей. Вы скорее просто скажете им, куда именно вы сегодня отправитесь гулять. Пострадают ли от этого дети? Скорее нет – все очень зависит от формы подачи и от настроения мамы.

Важно! Дети легко принимают определенность со стороны родителей, если в этой определенности нет агрессии и недоброжелательности. Детям уютно, когда рядом с ними кто-то спокойный, большой и главный.

7. Нормальное количество родительского внимания.

С тех пор, как детей становится трое, каждому из них достается нормальное, а не чрезмерное количество внимания родителей. Детей становится много, а ведь дети, как известно, существа газообразные. Они занимают весь предоставленный им объем. Один ребенок претендует на полное родительское внимание, двое его делят, трое – подчас берут родителей штурмом.

Важно! Не пытайтесь дать всем троим все внимание одновременно – это технически нереально, кроме того, такое не выдержит ни одно родительское сердце. Наоборот, чем больше детей в семье, тем лучше они друг с другом играют, потому что у них появляется возможность выбора игровых партнеров, а психологическое пространство делается шире.

8. Личное время для каждого.

Дети в больших семьях очень ценят индивидуальное родительское внимание. То небольшое время, когда папу или маму не надо ни с кем делить, могут стать для детей серьезным поощрением, гораздо лучшим, чем конфета.

Важно! Находите возможность провести 15 минут в день отдельно с каждым из детей: это те 15 минут, в которые ребенок сам выбирает, что вы будете вместе делать, а вы «подчиняетесь».

9. Особое положение самого старшего из детей.

Старший ребенок – единственный из всех, кто помнит свое «царское» положение – когда он был единственным, и ему не надо было ни с кем делить родительское внимание.

Старший ребенок, как правило, достаточно рано должен стать взрослым. Родившиеся после него братья и сестры ни на минуту не пускают его обратно

в психологическую нишу младенца. А ему иногда так хочется побыть маленьким.

Важно! Это нормальное желание старшего ребенка иногда побыть малышом, нужно понимать родителям и не осуждать слишком строго.

10. Опасности положения «парентифицированного ребенка».

Если старший ребенок перегружен обязанностями, связанными с заботой о младших – он может начать тяготиться тем, что у него есть братья и сестры. Поэтому его помощь вам, родителям, должна быть дозирована и соответствовать его возрастным возможностям. Дошкольник не может слишком долго качать коляску с младенцем. Школьник не более получаса может весело играть с малышом.

Важно! У старшего ребенка должно быть право на свою жизнь, свое время и увлечения. Тогда он добровольно и свободно станет заниматься с малышами. И вы не привьете ему с детства отвращение к домашней работе и сидению с детьми.

11. Первый и второй – одна команда.

Незадолго, за 2-3 месяца до рождения третьего ребенка стоит объединить старшего и младшего ребенка в одной комнате и постараться сделать режимы их сна и бодрствования синхронными. Второму ребенку, который перестал теперь быть младшим, будет психологически проще принять третьего ребенка, если самый старший возьмет его к себе в компанию. Как это реализовать технически, сильно зависит от возраста детей и разнице в возрасте между ними.

Старайтесь придумывать разные занятия для двоих старших детей. Когда рождается третий малыш, двое старших образуют команду, и дистанция, отделяющая эту команду от родителей, увеличивается.

Важно! Если двум старшим хорошо и интересно вместе, они станут меньше беспокоить родителей и требовать внимания к себе. Чем больше дел ваши двое старших детей способны делать самостоятельно и мирно, тем лучше вы справляетесь со своими родительскими обязанностями.

12. Умение делегировать функции и полномочия.

Мама и папа троих и более детей вовсе не должны все за всех делать сами и все успевать. Напротив, родительская эффективность в большой семье во многом зависит от умения перераспределять обязанности и делиться делами. Даже дети-дошкольники вполне могут существенно помочь маме и по хозяйству и с малышом.

Важно! Помощь была посильна и не выглядела рутинной.

13. Научиться справляться с ситуацией, когда рук не хватает.

Основное, чему придется научиться родителям троих детей – это без паники принимать ситуацию, когда рук не хватает. На некоторые вещи можно научиться смотреть проще.

Мама и папа троих детей примерно через полгода с удивлением могут обнаружить, что их жизненные позиции по многим пунктам изменились. Они сами стали другими и существенным образом изменилось поведение старших детей – они стали более организованными, самостоятельными и вменяемыми.

Важно! Если прошло больше полугодика со времени рождения третьего ребенка, а родители по-прежнему пребывают в состоянии коллапса или протрации, дети стали более плаксивыми, агрессивными или невротичными – это повод обратиться к специалисту.

14. Не поднимайте планку слишком высоко.

Нередко, когда рождается третий ребенок, старшие дети как раз начинают ходить в школу или посещать различные занятия. Если вы станете активно составлять плотный график перемещений от одного детского центра к другому с младенцем – сил на общение с детьми у вас останется немного, а у самого младшего могут быть нарушены ритмы сна и истощена нервная система.

Скажите себе честно, что вы не в состоянии все успеть, ориентируясь на мерки семьи с одним ребенком. Перфекционизму и стремлению к совершенству – нет!

Важно! Быть родителями – это надолго. И вашим главным навыком становится умение «не выгореть»! Смиритесь с тем, что вы не можете успеть все, а дела в доме не кончатся никогда.

Главное, чтобы выжили родители. Оставляйте силы на себя и мужа. Помните, что родители первичны, а дети вторичны. Не будьте слишком жертвенными родителями.