

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**РОЖДЕНИЕ ВТОРОГО РЕБЕНКА**

**КАК ПОМОЧЬ СТАРШЕМУ РЕБЕНКУ**

* Показывайте детям, что вы одинаково любите обоих. Не выделяйте одного из них, не пытайтесь сделать старшего примером для младшего. Каждый ребенок индивидуален, и это прекрасно.
* Первый ребенок должен быть уверен в том, что он так же любим, как и раньше. Постарайтесь находить время, чтобы побыть с ним наедине. Не забывайте его обнимать и целовать — тактильные контакты успокаивают. Если у вас были ритуалы до появления второго малыша, например, сказки перед сном, постарайтесь их сохранить. Стабильность — как раз то, чего сейчас так не хватает старшему.
* Не огорчайтесь, если ваши дети поссорятся. Это совсем не означает, что они плохо относятся друг к другу. Если разница в возрасте менее 5 лет, детской ревности избежать сложно.
* Не ругайте первого ребенка сильнее, чем раньше, если он провинился. Помните, что с появлением второго ребёнка он не стал старше, он тоже остаётся ребёнком.
* Поощряйте любую заботу старшего о младшем, но не перекладывайте на него слишком много обязанностей и тем более не заставляйте ничего делать против его желания.
* Постарайтесь слово «старший» всегда связывать с положительными эмоциями. Старший — значит молодец, помощник, гордость родителей.
* Если старший вредничает и даже проявляет агрессию в отношении второго, не раздражайтесь, не кричите. Лучше сядьте и спокойно поговорите на отвлеченные темы. На первых порах старшему нужно больше внимания. «Меня очень огорчило то, что случилось, но я тебя понимаю и по-прежнему люблю», — так вы должны рассуждать вслух с первым ребенком.
* Поймите и примите ребенка таким, какой он есть. Не требуйте от него стать совсем другим только потому, что он внезапно стал старшим или вам не хватает на него сил и времени. Постарайтесь сохранять спокойствие и терпение. Ваше сердце стало больше, теперь оно способно вместить в два раза больше любви. Помните об этом.