**Детская ревность**

Список советов для родителей:

1. Сделать ОЧЕНЬ большой подарок (необязательно дорогой, главное - размеры внушительные) старшему от имени младшего одновременно с появлением младшего в доме. Потом сделать большой подарок и на первый день рождения младшего.

2. Рассказать старшему историю его появления , каким он родился, подкрепить рассказ показом фото и видео еще до появления младшего.

3. Перед появлением младшего рассказывать сказки, в которых у героя появляется (или есть) брат, сестра (гуси-лебеди, Аленушка и Иванушка и др.)

4. Разыгрывать маленькие сценки, где есть папа, мама, двое детей (с игрушками, зверушками)

5. Если вы решили отдать старшего в дс, переселить в другую комнату, отнять от груди и пр., сделать это заранее (за несколько месяцев до рождения младшего в идеале)

6. Предупредить старшего о том, что младший НЕ БУДЕТ с ним играть сразу (о его беспомощности)

7. Попросить гостей подарить подарки для старшего, если они придут поздравить с появлением маленького.

8. Взять после возвращения из роддома старшего сразу на руки.

9. Если покупаете новую одежду и игрушки для младшего, купите какую-нибудь мелочь для старшего.

10. Давать грудь старшему, если попросит (обычно быстро проходит, бывает в чашку просит налить), заворачивать, обрабатывать пупок и прочее (что попросят)

11. Умышленно "оберегать" старшего и ругать маленького (например, если он случайно задел ручкой старшего)

12. Подчеркивать преимущества взрослости (можно уже есть что-то, что маленькому нельзя, пойти куда-то...)

13. НЕ ОСТАВЛЯТЬ ИХ НАЕДИНЕ В ПЕРВЫЕ МЕСЯЦЫ!!!!!!

14. Не запрещать старшему трогать, гладить, дать игрушку маленькому.

15. Научить старшего навыкам самообслуживания (насколько это возможно) до появления младшего.

16. Разделить игрушки и вещи, учить старшего (а потом и младшего) меняться.

17. Брать в постель обоих.

18. Не отделять старшего (к бабушке, няне) или мужа (в другую комнату, например)

19. Читать и заниматься со старшим во время сна младшего.

20. Говорить о маленьком в такой модальности, как про, например, игрушку или личное достижение старшего, подчеркивая, что сестренка, братишка "у него".

21. Лучше нанять няню младшему для прогулок, чем для старшего.

22. Продолжать те занятия, которые были у вас со старшим до появления младшего.

23. Придумать незыблемые ритуалы (например, купание или чтение на ночь)

24. При любой возможности брать старшего на руки.

25. Играть в совместные и параллельные игры (я лялю качаю, а ты куколку качай)

26. Поддерживать со старшим ребенком контакт глаз задевать или обнимать, когда проходите мимо.

27. Подчеркивать постоянно, что МАЛЕНЬКОМУ ДЛЯ СТАРШЕГО НИЧЕГО НЕ ЖАЛКО.

28. Не сравнивать и не наказывать детей в присутствии других людей.

29. Обзавестись прогулочной коляской-паровозиком (если разница в возрасте небольшая)

30. Договариваться со старшим "сейчас я уложу твоего братика спать, поиграй тихонечко, а потом мы с тобой будем..."

31. Не запрещать старшему залезать в ванную или в постель.