مساعدة الأشقاء على التعامل مع الغيرة

◄من المهم معرفة أن المنافسة حقيقة بالنسبة إلى طفلك، قد لا تظهر علامات الغيرة حتى يصبح طفلك أكبر سناً أو يصبح قادراً على التحرك ولكن يجب أن تتحضروا لذلك. إليكم النصائح التالية:

- لا تتوقعوا أن يحب طفلك الأكبر سناً المولود الجديد فوراً، ليكن واضحاً أنه ممنوع أذية الطفل وممنوع معاملته بشغف كثير. دعوا طفلكم يحضر هدية من المستشفى لطفلكم الأكبر سناً (ربما قميصاً طُبع عليه الشقيقة الكبرى أو الشقيق الأكبر).

- احتفظوا ببعض الهدايا في المتناول لطفلكم الأكبر سناً، عندما يُحضر الزوار هدايا للمولود الجديد فقط أو عندما يقدم المساعدة في رعاية المولود الجديد.

- ضعوا برنامجاً لقضاء وقت خاص مع طفلكم الأكبر سناً يومياً.

- عبروا عن انزعاجكم الحيني لمتطلبات طفلكم وليس غالباً كي لا يعتقد ولدكم أن الطفل مصدر إزعاج

دائم. عبروا عن فرحكم ايضاً.

- ضعوا كرسياً بالقرب من طاولة التغيير حتى يستطيع طفلكم الأكبر سناً مشاهدتك (أيتها الأم) فيما تغيرين حفاضات الطفل وتلبسينه.

- ضعوا صورة للشقيق الأكبر أو الشقيقة الكبرى بالقرب من مهد طفلكم حتى يرى الطفل الأكبر سناً مدى أهميته بالنسبة إلى طفلكم.

- اصنعوا سلة خاصة للألعاب التي لا تظهر إلا عندما ترضعين طفلك، أو شاهدي شريط فيديو مع ولدك فيما ترضعين طفلك.

- دعوا طفلكم الأكبر سناً يساعدكم قدر الإمكان في رعاية "طفلنا" عبر إحضار أغراض لك ومن خلال الغناء، التكلم وتسلية الطفل بطرق أخرى.

- ضعوا فراش السرير على المستوى الأدنى حتى لا يرغب طفلكم الأكبر سناً في حمل الطفل.

- أخروا الزوار الذين يأتون لرؤية الطفل حتى يلفت طفلكم الأكبر سناً الأنظار لفترة معينة. أروهم صوراً لولدكم أيضاً. دعوا طفلكم الأكبر سناً يساعدكم على التباهي بالطفل.

- توقعوا بعض الارتداد إلى أنماط السلوك الطفلي من طفلكم الأكبر سناً، حاولوا ألا تولوا انتباهاً شديداً لذلك، قد يطلب طفلكم الأكبر سناً فجأة طعاماً مقدماً في مرطبان لطعام الأطفال مثلاً.

- أثنوا على ولدكم لقيامه بأي سلوك إيجابي مثل الانتظار بفارغ الصبر أو تقاسم الألعاب أو المساعدة في رعاية الطفل، أو قدموا امتيازات جديدة لولدكم مثل الخلود إلى النوم في وقت متأخر، زيادة الحصة أو القيام بأمور مميزة مع الوالد أو الوالدة الخ...

- علموا طفلكم الأكبر سناً أن الإبتسام في غالب الأحيان سوف يعلم الطفل أن يبتسم.►