**Як подолати суперництво між дітьми**

**У суперництві між дітьми батьки не повинні ставати ні на чий бік, виділяючи чи підтримуючи когось**

Чи можуть двоє дітей жити під одним дахом і ніколи не змагатися один з одним? Більшість батьків підтвердять, що конфлікти - звичайне явище у сім'ях, де є двоє і більше дітей.

Спробуємо розібратися, чому виникає конкуренція між дітьми і як поводитися батькам, коли вони бачать, що діти сваряться між собою. Як правило, у братів і сестер є окремі потреби, які батьки повинні визнавати.

**Чому діти змагаються між собою?**

Те, як батьки поводяться з дітьми, створює у них внутрішні установки, які залишаються з ними і в дорослому житті. Кожна дитина хоче, щоб її бачили, чули і зважали на неї окремо від братів і сестер. Вона хоче, щоб батьки сприймали її як окрему особистість і цінували її особливості. Наприклад, дитина може відчувати себе неповноцінною через те, що вона не така спортивна, як її брат. Якщо батьки при цьому виявляють до брата, який займається спортом, більший інтерес, ніж до неї самої, почуття її неповноцінності ще більше посилюється.

Між братами і сестрами дуже швидко виникає конкуренція. Оскільки дітям необхідні увага і любов батьків, вони починають конкурувати за їх схвалення. Якщо один з дітей постійно отримує увагу і визнання батьків, другий при цьому буде відчувати себе обділеним. Часто саме це і стає причиною для суперництва.

**Як подолати суперництво між дітьми**

* Враховуйте порядок народження дітей. Деякі батьки по-різному ставляться до своїх старших і молодших дітей. Прийнято вважати, що старша дитина більш відповідальна, і тому батьки дають їй більше свободи дій і менше лають за погану поведінку. Якщо молодша дитина відчуває, що її обмежують через те, що вона - молодша, у неї з'явиться почуття образи. Швидше за все, між братами або сестрами з'явиться суперництво.
* Слідкуйте за тим, щоб не навішувати на дітей ярлики. Якщо ви назвете одну дитину розумною, а іншу клоуном, це призведе до того, що друга дитина буде відчувати себе неповноцінною. Від цього зросте конкуренція між дітьми.
* Постарайтеся, щоб кожна дитина в родині відчула себе важливою. Нехай у вас ніколи не буде улюбленців. Дозвольте кожній дитині відчути, що її люблять. Цінуйте всі унікальні якості кожної дитини і говоріть їм про це. Обов'язково говоріть дітям, що у вас вистачить любові для кожного з них.
* Не втручайтесь у суперечки між дітьми. Не ставайте в них ні на чий бік і заохочуйте позитивні взаємини між дітьми. Перш за все визнайте, що у ваших дітей різні темпераменти, і допоможіть їм побачити кращі якості один одного. Поговоріть з дітьми про те, що їхні взаємини триватимуть все життя, тому їм варто навчитися поважати один одного.
* За необхідності станьте посередником у сварці між дітьми. Підкажіть їм, як можна вирішити проблему. Скажіть, що, якщо вони не знайдуть вирішення проблеми, їх обох чекає покарання. Така позиція позбавить вас від необхідності прийняти чиюсь сторону в суперечці, що могло б тільки посилити проблему.
* Поясніть дітям, що життя не завжди справедливе, а речі не завжди однозначні. Це допоможе дітям стати більш гнучкими.
* Дайте кожній дитині особистий простір. Добре, якщо у кожної дитини є свої іграшки і місце, де вона може самостійно пограти або відпочити. Приділяйте кожній дитині окремий час. Іноді дітям потрібен час, щоб побути наодинці, що сприяє розвитку індивідуальних якостей. Коли діти знову гратимуться разом, вони більше стануть цінувати особливості один одного.
* Спонукайте дітей піклуватися один про одного. Коли діти будуть відчувати прихильність один до одного, вони перестануть конфліктувати. Поясніть дітям, що кожен член сім'ї - це частина команди, і тому всі повинні діяти спільно.
* Знаходьте собі час для відпочинку. Спроби залагодити конфлікти між дітьми вимотують морально та емоційно. Якщо ви ніяк не можете впоратися з цією проблемою, проконсультуйтеся з сімейним психологом.
* Якщо суперництво між дітьми виходить з-під контролю, якщо діти завдають один одному фізичної шкоди або принижують один одного, варто звернутися до психолога.