NE MARAM BRATCA

dr. Mateja Hudoklin, univ. dipl. psih., spec. klin. psih.

Čas, ko v družino pride nov družinski član, lahko prinese veliko pozitivnih, hkrati pa tudi mešanih občutkov. Čeprav predstavlja nekaj zelo lepega, veselega, po drugi strani prinese spremembe družinskega življenja. Za mlajše člane družine se običajno veselemu pričakovanju bratca ali sestrice pridruži tudi nezadovoljstvo, da starši večino časa zdaj namenjajo nekomu drugemu, da sam ni več v središču pozornosti, celo babica in dedek imata novega dojenčka raje od njega – vsaj tako se mu zdi.

PRIHOD NOVEGA DRUŽINSKEGA ČLANA

Običajno se v času nosečnosti starša s starejšim otrokom veliko ukvarjata, pričakovanje vpletata v vsakdanje življenje, spremljajo ga veselje in pogovor o vseh lepih stvareh, ki čakajo družino ob povečanju. Starejši otrok je do poroda v središču pozornosti ne samo staršev, ampak tudi širše družine. Otrok si prihod bratca ali sestrice predstavlja skladno s svojim razvojnim obdobjem, običajno pa je ta predstava drugačna, kot jo razumemo odrasli. Med nosečnostjo pogovor s trebuščkom postane del družinskega življenja, otrok pa je vključen v priprave na njegov prihod. Vendar zanj odhod mame v porodnišnico, njena nekajdnevna odsotnost in vrnitev domov prinesejo veliko spremembo.

SPREJEMANJE SPREMEMB OB PRIHODU NOVEGA DRUŽINSKEGA ČLANA

Prihod novega družinskega člana za starejšega sorojenca predstavlja izgubo. To pomeni, da mora odžalovati, preden lahko sprejme novega člana in spremembe, ki jih v družino prinaša. Žalovanje je odziv na izgubo mesta, ki ga je prej imel v družini, zdaj pa ga mora deliti še z nekom. Deliti si mora pozornost staršev in starih staršev, prijateljev, sosedov, deliti si mora prostor v stanovanju in čas, deliti si mora ljubezen in naklonjenost. Povsem zdrav in normalen odziv na to spremembo so lahko jeza, žalost, strah, ljubosumje. Odrasli se dojenčka veselijo, so do njega ljubeči, prijazni, nežni, otrok pa tega ne občuti. Tako je razdvojen med tem, kar bi moral občutiti (pa ne), in tem, kar dejansko občuti. V ozadju so lahko strahovi, da ga zdaj nimate več radi, da je nekdo zavzel njegovo mesto v družini, hkrati pa se bori tudi s tem, da občuti nekaj, česar ne občuti nihče drug. In glede na njegovo starost to izraža na različne načine. Mlajši otroci so lahko do novega člana tudi fizično nasilni, nezadovoljstvo pa velikokrat izrazijo tudi z besedami. Postanejo lahko razdražljivi, pojavijo se vedenjski izbruhi, nekateri ponovno močijo posteljo. Ne pomaga, če jim skušamo razlagati in pojasnjevati, jih celo opozarjati in grajati. Otrok potrebuje podporo in pomoč, da bo lahko svojo izgubo odžaloval. To lahko traja od nekaj tednov do nekaj mesecev, vendar pri večini otrok mine in novega družinskega člana sprejmejo.

KAKO LAHKO OTROKU POMAGAMO SKOZI TO TEŽAVNO OBDOBJE?

Pomembno je, da starša otroku zavestno namenjata več pozornosti – sploh takoj po prihodu dojenčka domov. Pri tem lahko pomembno vlogo igra oče, ki v času, ko je mama zaposlena s skrbjo za dojenčka, prevzame več skrbi za starejšega otroka in mu tudi namenja več pozornosti. Prav tako je pomembno, da si tudi mama rezervira čas, ko bo lahko na razpolago samo starejšemu otroku in bo njena pozornost usmerjena samo nanj. Hkrati se je pomembno pogovarjati o občutkih starejšega sorojenca – damo mu vedeti, da ni nič narobe z njim, če se tako počuti. Opazujemo, kaj se dogaja s starejšim otrokom, in ga v primeru, ko se pojavijo določena odstopanja v vedenju, vzamemo v naročje in mu namenimo pozornost, se z njim pogovorimo. Tako bo vedel, da je pomemben, da šteje, hkrati pa mu nudimo model za reševanje stisk.