



LJUBOSUMJE OB PRIHODU BRATCA ALI SESTRICE

Prihod novorojenčka prinaša v družino veliko veselje in hkrati tudi velike spremembe. Prvorojenec, ki je do sedaj bil v središču pozornosti, običajno pričakuje, da mu bo sorojenec prinesel veliko zabave in skupne igre. A ko pride dojenček je situacija drugačna, saj otrok hitro ugotovi, da se z njim še ne more igrati in da je pozornost staršev zdaj razdeljena. Ker sam to težko razume je povsem normalno, da postane ljubosumen.

Kako otroku na primeren način razložiti, da prihaja bratec/sestrica?

Pomembno je, da otroku razložite na njemu primeren način. Nekateri se odločijo za realno razlago, spet drugi uporabijo mit o štorclji. Pri tem je potrebno biti previden, saj to otroka lahko zmede. Bolj primerna kot štorclja je pravljica oz. izmišljena zgodba, kjer bo na primer čarobno bitje prineslo novico o prihodu dojenčka, ki pride čez nekaj mesecev. Med nosečnostjo lahko to čarobno bitje stalno prinaša sporočila o dojenčku - kako se razvija, kaj je potrebno kupiti, kaj bosta delala oče in mama takrat in kako bo sam pomagal pri dnevnih opravilih.

Prvi stik

Otrok spoznava svojega novega družinskega člana že v trebuščku. Lepo je, da ga prvič vidi že v porodnišnici. Dobro bi bilo, da oče, preden pride v porodnišnico z otrokom, pokliče mamo in s tem poskrbi, da mama ravno takrat ne bo imela v naročju dojenčka in bo lahko objela svojega starejšega otroka.





V kolikor vstop v porodnišnico otrokom ni omogočen se prvi stik premakne na domače okolje. Očka lahko skupaj s starejšim doma pospravi sobo in pripravi posteljo za mamico in novorojenčka. Pripravita lahko tudi kakšno presenečenje in tako otrok dobi občutek, da je pomembno vpleten v novo družinsko okolje.

Aktivno vključevanje

Starejšega otroka lahko mirno vključimo v vsakodnevna opravila in mu s tem damo občutek, da je pomemben del družine. Vključimo ga na primer v pripravo hrane za dojenčka, pustimo mu, da drži stekleničko, pobere igračke, namaže ritko, prinese pleničko, itd. Pustimo mu, da ga ob naši skrbni prisotnosti lahko vzame tudi v naročje.

Sprememba vedenja

Kljub vsem pripravam in razlagam pa se lahko zgodi, da otrok doživi stisko, ki se bo odražala skozi spremembo vedenja. Postane lahko občutljiv, razdražljiv in slabše razpoložen. Pojavijo se lahko težave pri hranjenju, močenje postelje, nočne more, otrok lahko začne govoriti otročje ali pa kar naenkrat potrebuje pomoč pri veščinah, ki jih je že obvladal. Ko se bo otrok počutil zapostavljenega, bo na vsak način poskušal pridobiti pozornost ravno z zgoraj opisanimi vzorci vedenja, zato bodite pozorni na to, da mu boste posvetili čim več kvalitetnega časa.

Po rojstvu novorojenčka je možno tudi, da otrok ne bo želel v vrtec. Zaveda se namreč, da je mamica doma z novorojenčkom in zaradi tega se pogosto počuti zapostavljenega. Priporočljivo je, da je otrok v tem začetnem času več doma in v





vrvcu le krajši čas. Pomembno je, da otrok kljub sorojencu dobi priložnost oz. čas, ki ga lahko preživi sam z mamo ali očetom. Lahko je to igranje ali pa zgolj odhod v trgovino. V tem primeru ni pomemben samo čas ampak kvaliteta stika, ki da otroku občutek, da mamico in očeta kljub novorojenčku ni izgubil.

Otroka je torej na prihod sorojenca potrebno pripraviti že v nosečnosti.

- Razložite otroku, kako je tudi on bil v trebuščku; pokažite mu slike in spomine na takrat, ko ste nosili njega.
- Dajte mu dovolj časa, da sprejme in se navadi na to, da bo dobil bratca ali sestrico.
- Otroku lahko pomaga mamici namazati trebušček. Ob tem se veliko pogovarjajte.
- Razložite mu, kako je on sam kot dojenček znal z jokom »povedati«, da je lačen, zaspan, moker oz. da ga kaj boli, vi pa ste takrat morali reagirati, mu pomagati. Pojasnite mu, da bo z novorojenčkom podobno in da mu boste zaradi tega morali izkazati več pozornosti, časa.
- Razložite mu, da bo dojenček postal del družine in bo ostal ves čas z vami.
- Razložite in pokažite otroku, da ga imate neskončno radi!

Pripravila: Tamara Jerič Miholič

