**Alderen 3-7 år**

**1. Du bedes redegøre for hvordan jalousi opstår og grundlægges i barndommen.**

**2. Analyser herefter vedlagte case.**

**3. Hvad skal forældrene gøre?**

**Tekst 1:** Barneguiden; http://www.barneguiden.dk/default.asp?thdid=5211; Charlotte Clemmensen

Søskendejalousi

Hej Charlotte Clemmensen, Vi har en følsom og fysisk stærk søn på 3½ år. Han er en sød og dejlig dreng, men har nogle gange en adfærd der bekymrer os. Da han blev storebror for et år siden reagerede han meget voldsomt med jalousi og raserianfald - jeg måtte ikke amme lillesøster, han var ulykkelig og ked af det. Sagde selv til mor i en stille stund: ”Når jeg bliver ked af det, så slår jeg”. Vi gjorde selvfølgelig vores bedste for at give ham positiv opmærksomhed og lave ting med ham alene, men var også nødt til at fortælle ham at han ikke måtte slå og råbe og skrige når han ikke fik sin vilje. Han er selvfølgelig gået hen og blevet meget glad for sin lillesøster, og det er her problemet opstod - han har altid været meget kærlig over for andre, især små børn, men han krammer og aer hende ofte så voldsomt at hun hyler. Altid med sammenbidte tænder. Denne over-kærlige adfærd har han åbenbart også i børnehaven, hvor pædagogerne siger at han overskrider både de voksnes og sin bedste vens grænser ved simpelthen at møve sig ind på dem og blive ved selvom de siger stop. I øvrigt har vi mange daglige konflikter omkring at tage tøj på, børste tænder, fjernsyn osv. - i det hele taget har han meget svært ved at gøre som vi siger. Dette har stået på siden han var to år. Vi voksne har forsøgt forskellige strategier, men mange gange ender det i skæld-ud og råben, fordi vi simpelthen er så trætte af at han hærger lillesøster og aldrig kan gøre som vi siger. Bagefter bliver vi kede af det, for vi ønsker jo ikke at være urimelige, og vi kan også se at det ikke hjælper. Vi har nok bare lidt svært ved at forstå ham.

Han virker som en meget følsom dreng, der reagerer fysisk når han bliver ked af det eller vred. Vi ønsker hjælp til at forstå hans reaktionsmønster - forstå ham - og forslag til hvordan vi kan tackle ham, fx hvordan vi skal lære ham at overholde andres fysiske grænser. På forhånd tak. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Hej Tak for dit spørgsmål. At få en lillesøster, er for de fleste børn meget spændende, men der er også mange forældre der oplever at deres ”store” barn bliver jaloux. Nogle børn viser det mere end andre. At benægte jalousi er faktisk at benægte ”en naturlov”. Jalousi er en blanding af sorg, vrede og angst. Det er følelser der er relevante og skal udtrykkes og bearbejdes. Man kan sige, at jeres dreng befinder sig i et dilemma, og han har brug for at I kan rumme disse sider hos ham. Han giver udtryk for en naturlig og regulær problemstilling. Hvis man som forældre tager følelserne alvorligt, som jeg læser i gør, hører og ser hvad han siger og tør forholde sig til det, så er der en rigtig god mulighed for at skabe et godt forhold mellem søskende. Børn konkurrer om forældrenes kærlighed og opmærksomhed. Man kan sige, at søskendejalousi er det enkelte barns dybe ønske om at få forældrenes kærlighed. En baby tager meget tid og opmærksomhed, og det er næsten uundgåeligt, at det påvirker den store. Når vi er sammen med et spædbarn, kommunikerer vi på en helt særlig måde med dem. Vi voksne ser på vores lille ny og taler et helt særligt sprog i et særligt og kærligt tonefald, dette for at få vores lille barns opmærksomhed. Når vi taler med vores større børn kommunikerer vi helt naturligt anderledes, nærheden er anderledes, man taler mere fornuftigt og med et andet tonefald med et større barn, og det er jo helt naturligt og en ganske naturlig udvikling i vores kontaktform med vores børn, sådan skal det selvfølgelig også være. Vores store barn lægger mærke til den tæthed og nærhed vi giver til den lille ny, samtidig tager en lille ny jo også rent praktisk meget tid og opmærksomhed og det er der ikke noget at sige til kan frembringe en jaloux lillebror. Pludselig ser vores store barns verden helt anderledes ud end den gjorde inden lillesøster kom til. Vores store barn kan blive både vred og ked af det både på sin ny søskende og på mor og far, som har sat ham i denne situation. Men vi må huske på, at det er en gave for barnet, når vi giver det en søskende. Der er så mange gode ting forbundet med at have en søskende. Man kan lege med dem, have det sjovt sammen, være solidariske over for de voksne med dem, man kan drille dem, løse konflikter med dem, holde af dem og nogen at opleve en barndom med og have dem at dele sine barndomsoplevelser med, når man bliver voksne, og nogle at holde sammen med i voksenlivet. At få søskende er at få en livslang relation til et andet menneske på godt og ondt. Vi forældre skal for vores børn være hjælpere, så børnene i familien kan lære at udvikle sig socialt. Der er for de fleste mange rigtig gode ting forbundet med at have søskende. Men som du oplever, er jalousien også en del af det, men en del som måske i virkeligheden ikke fylder så meget hvis vi rigtig kigger på det. Som du skriver, er din dreng blevet rigtig glad for lillesøster. At blive storebror medfører dog også for ham, at han er nødt til at have med de svære følelser at gøre, nemlig at opleve jalousi, som jo også er en del af livet. Faktisk kan man vælge at se positivt på det, på den måde, at det giver jeres dreng mulighed for at finde ud af hvordan man håndtere denne følelse, og hvordan det er at have med denne følelse at gøre. Der er mange ting man kan gøre for sit store barn, for at det ikke føler sig mindre elsket ogtilsidesat. Alle de ting, du skriver I har gjort og været opmærksomme på er rigtig fine og en god og hjælpsom ting til jeres lille søn, som er blevet storebror. At tilgodese hans behov og give ham noget ”alenetid” med mor og far er en god ting for ham. Tal også med ham om hvad du ser der sker, når han bliver vred: ”Jeg kan se du bliver vred nu, og jeg tænker på om det måske er fordi du synes det er irriterende, at mor bruger så meget tid på lillesøster”. Se på ham, om han føler sig forstået, og hvis, så forsæt snakken lidt endnu, med at sige det kan du godt forstå, og at der er mange andre børn der bliver storebror, som også en gang imellem bliver vrede og irriteret over at mor skal bruge så meget tid på at hjælpe lillesøster med at muligt, som at skifte ble, give mad, putte i barnevognen osv. Opgaven består ikke i for dig, at fjerne din søns oplevelser og følelser, men opgaven består i at du rummer dem, tør mærke dem sammen med din dreng, uden at ville lave dem om. Det er så en god ide også at snakke lidt om, hvordan man kan udtrykke sine følelser: Det er ok at være vred, og man kan når man er vred godt komme til at slå eller andet, men man skal lade være med at slå. Det vigtigste er at du formidler til din dreng, at du forstår hvordan han har det, samtidig med at du også anviser og fortæller ham om andre måder han kan udtrykke sin vrede og jalousi på. Det er jo også det du har oplevet at gøre, nemlig at fortælle ham, at han ikke må slå, råbe og skrige, når han ikke får sin vilje. Men husk også at sige det er ok at være vred, og man må gerne skælde ud og være sur. Han skal have hjælp til også at opleve at kunne klare, at lillesøster og han har forskellige behov på forskellige tidspunkter. Det skal vi forældre synliggøre og respektere, samtidig med at vi sørger for at hver barn bliver set, som det individ det er. I oplever også mange andre konflikter i dagligdagen, omkring at tage tøj på, børste tænder osv. Ja, i har også en dreng, som befinder sig i selvstændighedsalderen, hvor han øver sig på at finde ud af hvem der bestemmer og hvad man selv kan bestemme.

Se øvrige svar her i brevkassen, hvor der er andre svar omkring at have børn der befinder sig i denne alder. I et svar med overskriften ”Selvstændighedsalderen”, beskriver jeg nogle af de ting der er kendetegnende for denne periode i barnets udvikling, som du måske kan have glæde af at læse og give dig en forståelse af din drengs reaktionsmønster. Jeg ønsker dig alt mulig held og lykke med jeres videre liv og de udfordringer der ligger forude med at få en familie til at fungere så alle er mest mulig tilgodeset og tilfredse. Din dreng er på et hårdt og udfordrende arbejde i sit lille liv, hvor han er blevet storebror og befinder sig i selvstændigheds alderen. Det er en periode fyldt med udfordringer for ham, men også udfordringer for dig som mor. Man kan føle man er på hårdt arbejde, hvilket man også er. Men husk også at lægge mærke til alle de sjove og skægge ting det medfører at have et barn i denne alder, og alle de forandringer der sker med ham :o) Forsæt med at vise ham den opmærksomhed i gør og forsæt med at tilgodese hans behov, for at lave nogle ting alene med mor eller far. Jeg tror du vil opleve, at dine børn vil kunne udnytte alle de glæder (og besværligheder) det medfører at være søskende, da du er så opmærksom på hvad det er der sker og prøver at tilgodese begge børn, samtidig med at du hjælper ham med at lære at takle også de svære følelser det medfører at blive storebror. Jeg håber du kan bruge mit svar, du er velkommen til at skrive igen.

Venlig hilsen Psykolog Charlotte Clemmensen Konsultation: 22 58 03 99