**Hvordan forbereder du dit barn på den nye baby?**

Søskenderivalisering er almindelig, og det er derfor, du må sikre dig, at hvert barn ved, at uanset hvor megen kærlighed, deres bror eller søster får, er der altid mere end nok kærlighed til dem.

Så hvis du er gravid, og du har et andet barn (eller to), er der her nogle tips til at reducere søskenderivaliseringen og fostre et tæt bånd lige fra starten.

**1. Lad dit barn udtrykke hans fulde rækkevidde af følelser under graviditeten, fødslen og bagefter, og reagér med empati.**

Han vil naturligvis føle en vis jalousi over al den tid og opmærksomhed, du og alle andre giver den nye baby. Forsikr ham derfor med dine ord og handlinger om, at du elsker ham, og vær sikker på at du bruger ”specialtid” kun med ham hver dag. Og selvom det er fint at lægge vægt på fordelene ved at være ældre, er det også godt at forsikre ham om, at han altid vil være din baby, og at babypusle med ham en smule. Nogle ældre søskende ønsker at “lege” baby, og det er fint. Han vil ikke gå tilbage for evigt.

**2. Kultivér forholdet mellem det ældre barn og din partner under hele graviditeten.** Når du ammer den nye baby nonstop, ønsker du, at dit ældre barn er begejstret for at bruge tid sammen med den anden forælder.

**3. Opmuntr dit barns forbindelse til babyen:**

* Referér til "Vores baby" eller "Din søster" eller endog "Din baby." Jo mere ejerskab han føler – jo mindre jalousi vil han have. (Det er klart, at ingen “ejer” babyen, der er sin egen person. Men vi bruger alle ord som “min søster” eller “min søn” for at betegne forhold.)
* Læs bøger om fødsler sammen med ham.
* Tag ham med dig til lægen, så han kan høre babyens hjerteslag.
* Lad ham vælge møbler, legesager og tøj.
* Lad ham hjælpe dig med at male babyens værelse.
* Tal om mulige babynavne sammen (hvis du kan lade ham finde et navn, du også holder er, er det virkelig fint.)
* Pak en taske sammen til hospitalet, der inkluderer et foto af ham.

**4. Vær sikker på, at dit barn ved, at han stadigvæk har en vigtig rolle i familien.**

Han har altid været babyen, og nu kommer der en ny baby. Nu er han storebror. Men han er også et individ, der bidrager til familien simpelthen ved at være, hvem han er. Vær sikker på du forstærker alle de vidunderlige ting om, hvem han er: ”Kim, jeg elsker den måde, du får mig til at grine på,” eller ”Jonas, jeg elsker, at du hjælper mig med at sætte varerne på plads!” Det hjælper ham med at føle sig som et værdifuldt medlem af familien. Tal ofte om det faktum, at hvert medlem af familien er betydningsfuld og bidrager på deres egen måde.

**5. Få alle store forandringer af vejen et godt stykke tid før fødslen, såsom værelsesskift, afvænning og toilettræning.**

Han har behov for at gøre disse nye rutiner til vaner uden at associere dem med babyen.

**6. Hold forholdet til dit ældre barn så glat og kærligt som muligt,**

... undgå magtkampe og minimér konflikter. Han har brug for at være tryg i din kærlighed, for at kunne håndtere ankomsten af en ny baby med ligevægt. Han vil naturligvis teste dig for at sikre sig, at du stadigvæk elsker ham.

**7. Læg vægt på hvor speciel det ældre barn er**

ved at kigge på babybilleder og ved at tale om, hvor vidunderlig en baby han var, og hvor vidunderlige en dreng han er nu.

**8. Du må beslutte og tale med dit ældre barn om, hvem der vil passe ham under selve fødslen.**

Dette kan være en vanskelig tid for den ældre bror eller søster. Vær sikker på, at han eller hun har muligheden for at tilbringe kvalitetstid før fødslen med personen, der vil passe ham.

**9. Få dit barn til at besøge dig så hurtigt som muligt, efter at babyen er født, før der kommer andre besøgende.**

Læg vægt på din glæde ved at se ham i stedet for at være overbeskæftiget med den nye baby. Lad ham derefter sidde og holde babyen og hjælp ham med at understøtte hendes hoved. Jo mere dit barn pusler om den nye baby, jo bedre vil deres forhold sandsynligvis blive.

**10. Bed privat besøgende og familie om at give “storebror eller storesøster” gaver i stedet for “ny baby” gaver.**

Det vil hjælpe dit ældre barn med at føle, at der virkelig er noget at fejre. Og vær sikker på, at der er en speciel gave fra den nye baby til den ældre storebror eller storesøster.

Kilde: Dr. Laura Markham – grundlægger af [www.ahaparenting.com](http://www.ahaparenting.com) og forfatter til [Peaceful Parent, Happy Kids](http://www.amazon.com/Peaceful-Parent-Happy-Kids-Connecting/dp/0399160280/ref=sr_1_1?s=books&ie=UTF8&qid=1348066694&sr=1-1), [Peaceful Parent, Happy Siblings](http://www.amazon.com/gp/product/0399168451/ref=as_li_tl?ie=UTF8&camp=1789&creative=390957&creativeASIN=0399168451&linkCode=as2&tag=yourparesolu-20&linkId=OLTMGEA6E7S2E45I) og [Peaceful Parent, Happy Kids Workbook](https://amzn.to/2DXVBWo)

[www.ahaparenting.com](http://www.ahaparenting.com)

Se sektion: Toddlers.

Uddrag af artiklen: How to Prepare Your Child for the New Baby.