

МАЛЫШ ПЛАЧЕТ, ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ?



Нельзя вообще не обращать внимания на плач сына или дочери. Это может подорвать их доверие к взрослым. Но когда плач перешел в истерику, самое лучшее — не уделять ребенку повышенного внимания, а дать ему возможность выплеснуть нервное напряжение. В остальных случаях следует разобраться в причинах плача, что возможно только при доверительных отношениях между вами и вашим малышом.

Если ребенок плачет, выражая естественные потребности, это легко выяснить, предложив ему поесть или попить. Если он плачем сообщает, что у него мокрая пеленка или одежда, проверьте и смените их. Ребенок постарше плачем может проситься на горшок. Действовать в такой ситуации проще простого: посадите его на горшок и побудьте с ним, отвлеките разговором или покажите игрушку.

Если малыш плачет, потому что ему жарко или, наоборот, холодно, вы можете определить это по состоянию его кожи: кожа будет мокрой, потной, если ему жарко, и прохладной, пупырышками (гусиная кожа) — если малыш замерз. Выяснив причину, постарайтесь ее устранить.

Вообще ребенку нежелательно перегреваться, это для него страшнее холода. Не делайте из него неженку, не закутывайте его, превращая в капусту, это быстрее приведет к заболеваниям.

Если плаксивость и капризы являются следствием того, что у малыша болит животик, для устранения дискомфорта сделайте ему легкий массаж живота. Массаж выполняется по часовой стрелке, поглаживающими движениями. Следите, чтобы ваши руки были теплыми, для лучшего скольжения рук используйте детский крем. Если эффект отсутствует, выведите газы. Для этого положите малыша на левый бочок и сгибайте его ножки, прижимая их к животу. Можно использовать и другие методы — вставить газоотводную трубочку или, положив малыша на левый бок, сделать ему клизмочку теплой кипяченой водой.

При серьезном заболевании ни в коем случае не занимайтесь самолечением, ведь вы не знаете, чем болен ребенок. Вызовите участкового врача на дом. Первыми симптомами болезни, как правило, являются вялость, сонливость, отказ от еды. Обратите внимание на состояние кожных покровов, посмотрите горлышко, проверьте стул. Обязательно измерьте температуру тела.

Когда ребенок болен, у него снижается аппетит, поэтому не кормите его насильно. Еще один важный момент: если малыш не очень серьезно болен, не удерживайте его в постели. В связи с нежеланием лежать малыш может расплакаться, при этом энергии на слезы он затратит не меньше, чем на ходьбу.

Не одевайте его слишком тепло — перегрев очень опасен для детей, особенно когда они больны.

Нередко случается, что и после выздоровления нервное и плаксивое состояние ребенка сохраняется. Наберитесь терпения. Позаботьтесь о строгом соблюдении режима дня в соответствии с состоянием и возрастом ребенка: вовремя укладывайте его спать, правильно кормите и почаще бывайте с ним на свежем воздухе. Окружите ребенка заботой и лаской, ведь даже взрослый человек, когда болен, требует к себе повышенного внимания, постарайтесь отвлечь его от последствий, к которым привела болезнь (слабость, неуравновешенность).

Малыш плачет — он не хочет идти на прием к врачу. Отношения ребенка и врача складываются через родителей (это они приводят малыша на прием, объясняют причину прихода, симптомы заболевания). Именно родители должны подготовить ребенка к общению с врачом, объяснить, почему надо идти в поликлинику и как будет проходить этот визит.

Ни в коем случае нельзя пугать ребенка уколами и больницей. Этим вы можете на всю жизнь вселить в малыша страх и неприязнь к людям в белых халатах.

Ребенок капризничает, потому что не хочет ложиться спать. С первых дней жизни он привык к вашему постоянному присутствию, не хочет расставаться с вами и идти в постель. Ему необходимо, чтобы вы какое-то время побыли рядом. Сядьте на край кровати, расскажите ему какую-нибудь добрую историю, сказку, почитайте книжку или просто посмотрите с ним картинки. Можете тихонько спеть песенку или поговорить о прошедшем дне.

Расспросите его о том, что интересного с ним произошло, в доступной для него форме расскажите о своих делах. Любимая игрушка ребенка должна находиться рядом, чтобы он мог до нее дотянуться, ведь дети очень любят спать с игрушками. Все это позволит малышу спокойно завершить свой день и к тому же будет способствовать укреплению ваших отношений.

Со временем ребенок поймет, что, когда он спит, любящие родители его не покидают, они всегда рядом. Он успокоится, привыкнет и будет засыпать без капризов.

Иногда малыш, наоборот, капризничает потому, что хочет спать, но никак не может уснуть. Побаяуйте его, приласкайте, сделайте расслабляющий массаж. Побудьте с ним, постарайтесь настроить его на сон.

Если ребенок отказывается есть, не кормите его насильно, не кричите на него. Запаситесь терпением. Скажите, что есть надо, чтобы вырасти большим и здоровым, например как папа; посадите на стол игрушку и «кормите» ее вместе с ребенком, чередуя — одну ложку кукле, другую — малышу; попросите ребенка съесть по ложке за каждого из членов семьи: за папу, за маму, за бабушку...

Ваш малыш не любит и не хочет купаться. Что же делать в такой ситуации? Постарайтесь объяснить ему, для чего это делается. Расскажите, как важно соблюдать чистоту тела. Вспомните сказку «Мойдодыр» про мальчика, от которого убежала вся одежда, потому что он был грязнулей.

Во время купания положите в ванну игрушки, которые можно мыть. Особенно интересны для ребенка заводные водоплавающие игрушки.

Попускайте вместе с малышом мыльные пузыри. Самое главное — вы должны находиться рядом, ни в коем случае не оставлять малыша одного в ванной, потому что он не только может испугаться воды, но и захлебнуться.

Иногда нежелание купаться связано с тем, что ребенок как-то раз испытал неприятные ощущения от попадания в глаза мыла или шампуня. У него сохраняется память об этом событии, поэтому он начинает плакать, когда его ведут в ванную. Используйте специальные моющие средства для детей, которые не вызовут раздражения при попадании в глаза.

Малыш упрямится и не хочет одеваться, начинает нервничать, плакать, раскидывать одежду. Выясните, почему он протестует. Может, он хочет надеть свою любимую вещь, позвольте, если это возможно, сделать ему выбор самому. Или, показав вещь, заинтересуйте каким-нибудь узором, скажите, что кофточка или штанишки красивые, теплые и удобные.

Иногда малышу не нравится одежда, потому что ему в ней неудобно, но он не может выразить это словами. Если вы идете гулять, а дитя возражает против теплой курточки, объясните, что на улице холодно, покажите, что вы тоже тепло одеваетесь. Но ни в коем случае не переходите на крик, не одевайте ребенка силой. Это отрицательно отразится на ваших дальнейших отношениях.

Малыш растет, развивается, учится, приобретает какие-то навыки. Когда у него что-то не получается, он может расплакаться, раскидать предметы, игрушки. Плачем в данном случае он призывает вас на помощь, так как сам не может справиться. Выясните, чего он хочет. Не кричите на ребенка, помогите ему, но не молча, а приговаривая: «Давай я тебе помогу. Я покажу тебе, как это сделать, а ты повторить» или «Давай сделаем вместе». Так вы установите более близкий контакт с малышом. Оказывая ребенку помощь, делайте только то, что он не может сделать сам

Ребенок не хочет идти в ясли или детский садик. Объясните ему, почему это необходимо. Постарайтесь внушить, что вы отдаёте его в садик не для того, чтобы избавиться от него, не потому, что он вам надоел, вы устали или у вас есть более важные дела, а чтобы помочь ему интересней и насыщенней провести время.

Чтобы малыш быстрее адаптировался, нужны усилия и терпение. Ни в коем случае нельзя силой тащить ребенка в садик, кричать на него и пугать тем, что вы его не заберете домой, если он не перестанет плакать. Постарайтесь, чтобы пребывание в детском саду не стало для него психологической травмой, а, напротив, оказалось радостным событием. Для этого малыша следует подготовить к детскому саду.

Придя в садик, он уже должен уметь умываться, одеваться, садиться на горшок. Следовательно, заранее прививайте ему необходимые бытовые навыки, чтобы у него не было обидных проблем, связанных с неумением что-то делать самостоятельно.

Подробнее расскажите о детском садике, о том, чем он там будет заниматься. Обязательно скажите, что он уже большой и вы гордитесь им, ведь он может теперь ходить в садик, как вы — на работу. Постарайтесь убедить ребенка, что в садике его не обидят. Пусть он возьмет с собой любимую игрушку, чтобы ему было спокойнее, так как кусочек дома и всего того, к чему он привык, находится с ним. Не уходите сразу же, как приведете малыша. Не спеша разденьте его и за руку проведите в группу, заинтересуйте его чем-нибудь, чтобы он захотел остаться.

Есть дети, которые очень долго не могут привыкнуть к садику, боятся туда ходить, сопротивляются, плачут. В группе они забиваются в угол, ни с кем не играют, избегают воспитателей. Поговорите с ребенком, чтобы установить причину происходящего: может быть, к нему плохо относятся воспитатели или обижают другие дети?

Как известно, дети любят подвижные игры, поэтому часто падают и пачкаются. За это их нельзя наказывать, т. к. физические занятия необходимы для полноценного развития детей. Представьте, что получится из ребенка, если он будет смирно сидеть на стульчике, лишившись привычной подвижности? У него может развиться мышечная слабость, он будет чаще болеть, отстанет от сверстников.

Если малыш упал, сильно стукнулся, содрал коленки, не кричите на него, он и без того напуган. Постарайтесь успокоить его, отвлечь, осторожно обработайте ранки. Объясните, что все это не так страшно и скоро заживет.

Малышу трудно усвоить большой объем информации. Поэтому, когда впечатления переполняют его, он начинает капризничать, плакать. В такой ситуации желательно поговорить с ребенком о том, что он узнал или увидел, выяснить, что ему не понравилось, а что заинтересовало. Если малышу что-то осталось непонятным, объясните ему это в доступной, доходчивой форме.

Ни в коем случае нельзя пугать ребенка. Потрясение, вызванное испугом, может пагубно сказаться на его психике, он может начать заикаться, подергиваться, будет бояться темноты, громких звуков, комнаты, в которой никого нет. Если малыш капризничает,

плачет, ни в коем случае не путайте его волками, ведьмами и другими страшными персонажами, это может привести к развитию психических заболеваний.

Иногда малыш может расплакаться, потому что ему скучно. Попробуйте развеселить его. Предложите ему какое-нибудь занятие, займитесь с ним чем-нибудь, посмотрите книжку с картинками, поиграйте, в конце концов, просто поговорите. Не отмахивайтесь от ребенка, мотивируя это своей усталостью или занятостью, иначе вы рискуете потерять его доверие. Он может замкнуться в себе, затаить обиду.

Как было отмечено выше, есть дети, которые плачут явно больше других и, как кажется на первый взгляд, вообще без причины. Родители испытывают за них постоянную тревогу. Как же помочь таким детям?

Универсального рецепта, конечно, нет. Однако можно с уверенностью сказать, что чувствительность и ранимость являются признаками психического склада ребенка, свойствами его нервной системы. Изменить эти врожденные особенности по своему желанию нельзя. Не помогут, а скорее принесут отрицательный результат и такие средства воспитательного воздействия, как уговоры, упреки, наказания, крики, насмешки. Любые насильственные меры вызовут увеличение напряжения и волнения, еще больше ослабят нервную систему малыша, лишат сил и уверенности в себе.

Даже самые любящие родители не смогут оградить свое чадо от жизненных неприятностей, нельзя же все время держать ребенка под стеклянным колпаком. Поэтому самая простая тактика в общении с таким малышом — не раздражаться, слыша его плач. А лучшее средство для его успокоения — побыть с ним рядом. Дайте почувствовать, что вы всегда готовы прийти ему на помощь.

Чаще говорите ребенку, что он вам дорог, нужен, важен. Вы можете передать это не только словами, но и ласковым взглядом, жестом, прикосновением. Известный психолог Вирджиния Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день. По ее мнению, четыре объятия совершенно необходимы каждому для выживания.

Словом, самое главное, что требуется от родителей, — это терпение. Не забывайте, что высокая эмоциональная чувствительность тесно связана с отзывчивостью, добротой, сердечностью, готовностью прийти на помощь, встать на защиту слабого, а это очень ценные человеческие качества! Поэтому, как ни странно это звучит, прислушайтесь к детскому плачу, вникните в его смысл, а не пытайтесь как можно быстрее прервать его, осушить ребячьи слезы. Плач и слезы — язык детского общения, так не будьте глухи к нему лишь потому, что разучились говорить на нем сами.

Если ребенок боится посторонних людей, он выражает это при помощи слез. Мир ребенка в основном ограничен стенами дома, двориком или детским садом, поэтому появление незнакомого лица вызывает настороженность малыша. Если посторонний человек ведет себя безобидно с его точки зрения, например не трогает его игрушки, не хватается в охапку его родителей, настороженность постепенно проходит. В противном случае это может перерасти в панический страх и даже стойкую фобию. Если малыш боится чужих, он особенно остро нуждается в вашей поддержке, понимании, защите. Спокойная, доброжелательная семейная атмосфера поможет ребенку справиться со своим страхом,

Если ваш малыш плачет, не торопитесь вызывать врача или пичкать его таблетками и микстурами. Просто погладьте его по головке. Теплые мягкие руки матери делают чудеса: вот они погладили спинку, животик, грудку, чуть дольше задержались на лбу, и малыш успокоился. Потрясающий эффект, правда? Но в этом нет ничего необычного. С давних времен известно, что массаж имеет успокаивающий эффект, тем более если его делает мама. Она как бы передает малышу свое тепло, спокойствие, и он перестает плакать и капризничать. Проявив максимум терпения и внимания, в будущем вы будете вознаграждены за это здоровьем и благополучием своего ребенка.