

Почему малыши не спят ночью?

Сейчас мы выявим основные причины, которые можно считать ответом на вопрос родителей: "Почему ребенок плохо засыпает на ночь?" С данной проблемой родители новорожденных, как правило, не сталкиваются вовсе. В первые месяцы своей жизни кроха может плохо спать только в следующих случаях: он голоден; есть внешние раздражители (музыка, телевизор, разговоры, свет и так далее); малыша мучают газики; во время прорезывания зубов. Как справиться с этими проблемами, и объяснять не нужно. Исключить внешние раздражители, покормить малыша, дать средство от газииков, воспользоваться охлаждающим гелем для десен, поменять памперс. Очень важно знать всем родителям, что у крох в три месяца начинает формироваться режим дня. Не стоит упускать этот момент, чтобы в дальнейшем не было массы проблем. Самое главное для сна человека (как взрослого, так и малыша) – комфорт. Очень важно в спальне создать подходящую для крепкого, здорового сна атмосферу: правильный температурный режим (не ниже шестнадцати, но и не выше двадцати градусов по Цельсию); свежий воздух (обязательно проветрите помещение перед сном); спокойная обстановка (никаких активных игр за час-полтора до сна). Кроме того, малыша нужно накормить. Что касается дневного сна, если кроха отказывается засыпать, то можно попробовать прогулку на коляске. Свежий воздух поможет решить данную проблему. Как справиться с проблемой? После того как вы выяснили, почему ребенок плохо засыпает на ночь, стоит задуматься о возможном пути решения проблемы. Сразу обратим внимание на то, что подготовка к ночному сну у детей – это целый ритуал. Очень важно, чтобы кроха полноценно спал, особенно это касается ночного времени суток. Есть масса способов подготовки малыша ко сну. Очень важно и то, чтобы система, которая уже выработалась, не дала сбой. В противном случае кроха может перепутать день с ночью, а вернуться в обычное русло будет крайне сложно. Итак, с вечера мы начинаем подготовку. Создаем атмосферу покоя, как будто все вокруг засыпает: выключаем яркий свет, все разговоры должны быть приглушенными. Также родителям стоит проводить расслабляющие сеансы с ребенком в ванне. Хорошей заменой станет легкий массаж. Перед сном прочитайте ребенку сказку или спойте колыбельную. Многие мамы предпочитают укачивание, но это не самый лучший вариант. Если ребенок привык засыпать в движении, то без укачивания у вас дальше не получится уложить его спать. Кроме того, малыши очень быстро привыкают к рукам и не хотят спать в своей люльке. Попробуйте укачивать кроху до состояния дремоты, а далее переложите в кроватку. Триптофан

Для улучшения качества сна. Помогает легко и быстро заснуть! Выгодная цена Адрес и телефон Не является лекарством Скрыть рекламу: Не интересуюсь этой темой Товар куплен или услуга найдена Нарушает закон или спам Мешает просмотру контента Спасибо, объявление скрыто. Блоки Дьенеша в работе с детьми ОВЗ! niidro.ru Повышение квалификации - блоки Дьенеша! Дистанционно. Московский диплом. Набор 2018! Адрес и телефон Скрыть рекламу: Не интересуюсь этой темой Товар куплен или услуга найдена Нарушает закон или спам Мешает просмотру контента Спасибо, объявление скрыто. Яндекс.Директ Грудные малыши Теперь разберемся с вопросом: "Почему ребенок плохо засыпает на ночь в месяц и до года?" Причины нарушения сна в этом возрасте очень многочисленны - от начинающейся болезни до обилия впечатлений. Довольно распространенным явлением является плохой сон грудных детей как следствие плохого режима дня у крохи. Например, если он очень долго спит в дневное время. Еще раз напоминаем, что перепутать день с ночью довольно просто, а вот возвращение к нормальному режиму вызывает некоторые затруднения. Причиной плохого сна могут служить: холод; жара; голод; перекармливание и так далее. Возможно, до 4 месяцев ребенок плохо засыпает на ночь по причине кишечных колик. А в более старшем возрасте причиной может выступать неприятное ощущение от прорезающихся зубов. Помимо этого, плохой сон может быть одним из симптомов серьезного заболевания - рахита, энцефалопатии и так далее. В любом случае стоит восстанавливать детский сон. Ведь его дефицит очень опасен. Так происходит разбалансировка многих органов и систем, помимо этого, чувствуется нехватка ферментов и гормонов (ведь их выработка происходит именно во сне). Исходя из того, что было сказано, можем сделать небольшой вывод: нормализация сна – это первостепенная задача всех родителей, от этого зависит здоровье вашего крохи. Годовалый малыш На приеме у педиатра мамы часто интересуются: почему ребенок (1 год) плохо засыпает на ночь? Первое, на что обратит внимание опытный специалист – зубы. Если они в данный момент режутся, десна припухшие, это значит, что кроху мучает сильный зуд и другие неприятные ощущения. Помимо этого, есть и другая причина, почему ребенок в год плохо засыпает на ночь. Все дело в том, что годовалые детки уже понимают, как интересен и познавателен мир вокруг них. Сейчас просто некогда спать, ведь столько нужно успеть исследовать! Это неверная позиция, и ребенку следует это объяснить спокойным тоном. Крохи, которые страдают от недостатка сна, очень нервные и капризные. Чтобы избежать ссор, стоит приучить ребенка к правильному режиму дня. Ни в коем случае не стоит кричать и ругаться! Постарайтесь своей лаской и

любовью успокоить ребенка. В этом помогут: интересные книжки со сказками; колыбельная песня; расслабляющий массаж; прогулка на свежем воздухе. Найдите к своему крохе подход, тогда эта проблема навсегда исчезнет из вашей спокойной и размеренной жизни. От двух до трех лет

Теперь более подробно рассмотрим другую возрастную категорию. Ребенок плохо засыпает на ночь в 2 года по множеству причин, которые будут рассматриваться в этом разделе статьи. Когда ребенку исполняется два года, дневной сон становится настоящим испытанием для родителей. Некоторые мамы делают глубочайшую ошибку – вовсе отказываются укладывать кроху. Это неверно, ведь сейчас ребенок все еще сильно нуждается в дневном отдыхе. Послеобеденный сон способствует нормальному развитию и важен для эмоционального состояния. А почему в 2 года ребенок плохо засыпает на ночь? Как уже говорилось ранее, подготовка ко сну – это целый ритуал, не исключение и этот возраст. Никаких активных игр, компьютеров, мультиков, яркого света и громких разговоров. Лучший вариант – ночник, стакан теплого молока, интересная сказка или приглушенная классическая музыка. Причиной плохого сна в этом возрасте могут служить: перемена обстановки; ссора родителей; появление другого ребенка в семье; первый визит в детский сад; ночные страхи; страшные сны и так далее. О том, почему это происходит, мы подробно поговорим в следующем разделе статьи. Причины нарушения сна

Как уже говорилось ранее, ребенок плохо засыпает и плохо спит ночью по множеству причин. И они сильно отличаются у деток до года и трехлетних малышей. Пару слов скажем о последних. С трехлетними детьми справиться гораздо тяжелее. Почему? Ответим и на этот вопрос: ребенок становится более самостоятельным и уже понимает, что мамой и папой можно манипулировать. Очень важно не упустить этот момент и показать, кто в доме главный. С другой стороны, если ребенок уже относительно взрослый, намного легче выявить причины, по которым он просыпается посреди ночи. Их огромное множество, сейчас перечислим только малую часть из них. Активные игры перед сном способны бодрить ребенка. Постарайтесь исключить их, позанимайтесь другими делами: раскраски, чтение книг, собирание пазлов и так далее. Просмотр фильмов и мультфильмов. Все дело в том, что в данный момент происходит выброс большого потока информации, который перед сном совсем не нужен. Помимо этого, могут встречаться страшные сцены (даже в мультфильмах), которые отзовутся ночными кошмарами. Если ребенок поздно ложится спать днем, то следствием является позднее засыпание ночью. Постарайтесь нормализовать режим дня, тогда проблем с засыпанием не возникнет. Переутомление может также являться причиной плохого сна. Все дело в том,

что возникает дополнительный всплеск эмоций (так называемое второе дыхание). Тогда ребенок вместо расслабления хочет прыгать, бегать и веселиться. Возможно, ребенок скопил в себе очень много энергии, которую не смог израсходовать в течение дня. В этом случае единственное решение – больше уделяйте ребенку времени днем, дурачьтесь с ним, бегайте, прыгайте, чаще гуляйте. Очень долгий дневной сон – это одна из самых распространенных причин плохого сна в ночное время суток. Очень важно! Если кроха долго спит днем и не просыпается самостоятельно, его стоит разбудить. Как уже говорилось ранее, это только малое количество причин, по которым малышка может страдать от плохого сна. Обратите внимание и на то, что при плохом сне и днем, и ночью стоит незамедлительно обращаться к невропатологу. Может, причина кроется в каком-либо заболевании.

Укладываемся спать Если ребенок плохо засыпает на ночь, не стоит устраивать скандалов. Во множестве случаев в этом виноваты именно родители. Мама и папа должны усвоить некоторые правила, которые устранят плохой сон крохи. Приступим! Не стоит будоражить кроху перед сном, никаких активных игр. Папы вечером после работы часто балуют своего ребенка новой игрушкой. Малыш отвечает на эти действия морем эмоций, которые наверняка не очень быстро утихнут. Соблюдайте правила подготовки ко сну: небольшая добрая сказка, прием ванны с успокаивающими травками. Если ребенок уже школьник, выяснять, почему он получил плохую оценку, и вести другие неприятные разговоры лучше в другое время. Не стоит вызывать негативных эмоций перед сном. У всех родителей должно быть одно главное правило: никаких мультиков в постели. Можно воспользоваться хорошим народным рецептом для успокоения: стакан теплого молока и немного меда. Попробуйте воспользоваться этими советами, тогда вы не будете ломать голову над вопросом о том, кто виноват и что делать. Ребенок плохо засыпает ночью в большинстве случаев по вине самих родителей. Прежде чем искать проблему в поведении ребенка, проследите за собой. Ошибки родителей Если ваш ребенок стал плохо засыпать на ночь, то посмотрите в этом разделе самые популярные ошибки родителей. Возможно, вы их тоже повторяете? Если это так, то постарайтесь их устранить, и проблем с засыпанием крохи никогда больше не возникнет. Многие родители считают, что если позже уложить ребенка, то он будет лучше спать. Это очень большая ошибка. Оптимальное время для укладывания – девять часов вечера. Как уже говорилось ранее, нельзя допустить переутомления, иначе все обернется совсем иначе. Педиатры даже советуют завести специальный дневник, в котором отмечать ежедневно время сна малыша. Еще одна большая ошибка – сон в движении. Если

ребенок с самого детства привыкнет так засыпать, то будет требовать этого в дальнейшем. Постарайтесь ребенка укачать до состояния дремы, а дальше предоставьте ему возможность заснуть в кроватке самостоятельно. Никогда не укладывайте ребенка спать со светом, музыкой, включенным телевизором. И еще запомните: нет универсального ритуала укладывания малыша. Старайтесь найти свой собственный подход. Полезные советы от доктора Комаровского Этот довольно популярный врач также дает некоторые советы. Что делать, если ребенок плохо засыпает на ночь? Очень важно расставить приоритеты. Здоровый и счастливый карапуз – это, безусловно, очень важно. Но бодрые и выспавшиеся родители – это залог хорошего настроения у карапуза. Не стоит полностью подстраивать свой режим под ребенка, стоит ему показать, что не он главный в семье. Составьте такой режим, который бы устраивал абсолютно любого члена семьи. Еще один полезный совет – никакого сна в общей кровати! У ребенка должна быть своя собственная кровать с ортопедическим матрасом. Стоит исключить всевозможные пуховые перины и громоздкие подушки. Следите за температурным режимом. Во время сна нужно использовать только качественные проверенные подгузники, ребенок не должен быть мокрым

Почему ребенок 2-3 лет плохо ест?

Специалисты считают, что существует восемь причин отсутствия аппетита у детей. Рассмотрим подробно каждую из них.

1. Нежелание есть новые блюда

У каждого малыша свой характер. Уже в этом возрасте некоторые дети отличаются консерватизмом. Введение новых продуктов питания в их рацион проблематично. Как правило, любое нововведение такими детьми воспринимается негативно – непривычный вид пищи, вкус, запах. Родители нервничают, ведь рацион малыша слишком однообразен. Очень часто дети наотрез отказываются от овощных блюд, зато прекрасно едят любые молочные. И это вполне объяснимо, ведь в возрасте двух-трех лет детский организм нуждается в кальции. Некоторые детишки наотрез отказываются от любых салатов, заправленных маслом или сметаной, зато с удовольствием едят сырые овощи без добавок. Очень часто малышей настораживает необычный внешний вид новых блюд.

Если по какой-то причине ваш ребенок отказывается от непривычных для него продуктов, не торопитесь. Ни в коем случае не заставляйте его есть насильно. Вводите новые продукты в его рацион постепенно. Малыш со временем привыкнет к этой пище, и будет «уплетать» ее с удовольствием. Как говорится – любому овощу свой срок. Детишки очень любознательны, увидев в вашей тарелке новое для себя блюдо, они обязательно захотят его попробовать. Позвольте им это сделать. Если, съев кусочек, кроха проявит признаки недовольства, не настаивайте. Через некоторое время повторите эксперимент. Малыш постепенно привыкнет к новому блюду и, не исключено, что вскоре оно станет его любимым.

2. Отсутствие расписания приема пищи

Многие родители жалуются, что их ребенок совсем ничего не ест, однако не уточняют, что он постоянно перекусывает. Если ваш малыш до завтрака «перекусил» шоколадкой, яблоком и сухариками, то ждать, что он набросится на кашу – смешно. Детский организм уже получил необходимое количество калорий.

В этом случае единственный способ накормить малыша полезными продуктами – дать ему проголодаться. Не забывайте, про режим питания, отмените все перекусы и у вас не будет повода жаловаться на аппетит ребенка. Детский организм (впрочем, как и организм взрослого человека) быстро приспосабливается к приему пищи в определенное время. Режим питания способствует лучшему перевариванию и усвоению пищи.

3. Несбалансированное питание

Растущий организм испытывает чувство голода в том момент, когда он нуждается в определенных веществах – белках, жирах, микроэлементах, витаминах, углеводах и т.д. Все эти вещества необходимы ему для здорового

функционирования. Чтобы малыш был здоровым ему необходимо получать с пищей нужное количество каждого компонента. Именно поэтому рацион питания ребенка должен быть строго сбалансированным.

Несбалансированное питание может привести не только к ожирению, падению иммунитета, диатезным проявлениям, но и к полной потере аппетита. Получить консультацию о правильном рационе питания детей двух-трех лет можно на приеме у участкового педиатра.

по отношению к определенным группам продуктов. Например, дети с заболеваниями желчевыводящей системы обычно интуитивно избегают пищи, стимулирующей секрецию желчи и усиливающую боль – жирную, тушеную и жареную пищу. При непереносимости белков коровьего молока ребенок отказывается от молока и продуктов на его основе. И так далее. Скорректировать ситуацию можно правильно подобранной диетой и лечением. Диагностика и лечение происходит под наблюдением врача.

4. Физиологические причины

Ваш малыш с большим аппетитом приступает к еде, но через минуту перестает кушать и начинает капризничать. В этом случае, скорее всего, ему мешают физические помехи: молочница во рту, прорезывающийся зуб, воспаление десен и т.д. Возможно, у малыша возникли проблемы с кишечником, его беспокоят метеоризм, запоры. Очень часто малыши отказываются от еды, когда у них заложен нос и им трудно дышать. Как только физиологическая помеха будет устранена, аппетит восстановится.

5. Отсутствие режима дня

Чуть выше мы уже писали о режиме питания, который очень важен для детей, но не менее важен и распорядок дня. Если ребенок практически не бывает на свежем воздухе, играет исключительно в малоподвижные игры, не спит днем, а ночью спит очень беспокойно – о хорошем аппетите и мечтать не стоит. Родители должны знать, что количество пищи, которую съедает ребенок прямо пропорционально уровню энергозатрат. Чем больше ваш малыш тратит энергии, тем лучше у него будет аппетит.

6. Биоритмы

У любого ребенка есть индивидуальные биоритмы. Аппетит у детей может быть напрямую связан со временем года или с определенным временем суток. У одного ребенка может быть прекрасный аппетит утром и полное его отсутствие вечером. Внимательный родитель знает, что дети быстрее всего растут летом. В это время года у них и аппетит лучше. Дети-жаворонки отличаются отменным аппетитом по утрам, а дети-совы, наоборот, «просят добавки» ближе к вечеру. При составлении рациона питания необходимо

7. Болезнь

А вот внезапное исчезновение аппетита должно насторожить родителей. Если ни одна из вышеперечисленных причин не объясняет отказ ребенка от пищи, скорее всего, ваш малыш заболел. Конечно, как правило, в этом случае отсутствие аппетита сопровождается повышением температуры, головной болью, расстройством желудка и другими ни менее неприятными симптомами.

Снижение или полное отсутствие аппетита у ребенка – один из симптомов большинства инфекционных заболеваний. Ослабленный детский организм начинает активно тратить энергию на борьбу с инфекцией. Во время болезни малыша нельзя кормить насильно! У организма нет сил на переваривание пищи.

Врачи рекомендуют во время болезни давать крохе легкую пищу и увеличить количество потребляемой жидкости. Как только болезнь отступит, малыш сам попросит есть. Аппетит пропадает у малышей при кишечных заболеваниях, таких как: энтеробиоз и дисбактериоз. Плохой аппетит может свидетельствовать и о наличии гельминтов. В любом случае, если отсутствие аппетита не единственный симптом, который настораживает родителей, ребенка срочно необходимо показать врачу.

В большинстве случаев, как вы уже поняли, плохой аппетит объясняется вполне определенными причинами, которые не приносят особого вреда ребенку. Конечно, постоянное его отсутствие может привести к анемии или гиповитаминозу. Но это случается довольно редко, хотя лишний раз проконсультироваться с врачом по поводу отсутствия у малыша аппетита — не помешает.

У ребенка 2-3 лет нет аппетита: нужно ли заставлять ребенка есть?

Кормить ребенка насильно – ни в коем случае нельзя! Как показывает практика, чем больше настойчивости проявляют родители в этом вопросе, тем более упрямо ребенок отказывается от пищи. Шантаж в этом случае также неуместен. Съешь кашку – дам игрушку, конфетку, включу мультики и т.д. Если малыш не хочет есть — настаивать не стоит. Пусть он выйдет из-за стола и займется другими делами. Через час или два малыш сам попросит его покормить. Возможно, раньше он просто не был голоден.

Мы уже говорили, что именно в детстве закладываются основные пищевые привычки. Поэтому не стоит твердить ребенку, что он должен съесть абсолютно все, что лежит на его тарелке. Пройдут годы, малыш вырастет, а привычка «доедать» останется. Лишний вес такому ребенку обеспечен. Конфетка взамен съеденной тарелки супа может привести к тому, что ваше «дитяtko» всю жизнь будет любые проблемы и стрессы «заедать» сладеньким. Эта привычка может привести к диабету и ожирению. Родители должны найти причину плохого аппетита и постараться ее искоренить.

Запихнуть в рот ребенка кашу или пюре можно, но будет ли при таком кормлении Как улучшить аппетит ребенка 2-3 лет: мнения врачей

Аппетит в переводе с латыни означает «желание», «потребность». Поэтому отсутствие аппетита – это отсутствие потребности организма в еде. Педиатры единодушны во мнении, заставлять ребенка кушать, если он не хочет — не нужно. Но есть ли способы улучшить аппетит? Конечно, такие способы существуют. И лежат они, как говорится, на поверхности.

Советы доктора Комаровского о том, как кормить детей.

Доктор Комаровский считает, что желание накормить ребенка – это вполне понятный материнский инстинкт. Поэтому, если малыш отказывается от еды, то мать готова сделать все, чтобы он съел хотя бы ложечку. Комаровский отмечает, что малыш хочет есть лишь тогда, когда его организм готов принять пищу, усвоить ее и переработать. Конечно, любой организм можно обмануть, предложив ему что-то очень вкусное. Но это «вкусное» все равно полностью не переварится, у крохи начнет болеть живот, а маме придется бежать в аптеку. Она начнет усердно лечить ребенка, уверенная в том, что его болезнь напрямую связана с плохим аппетитом. Педагогическая ошибка влечет за собой медицинские проблемы. Комаровский уверен — соблюдая шесть вышеперечисленных правил, мамам не придется беспокоиться по поводу плохого аппетита у их детишек.

Заведующая педиатрическим отделением Куликова Мария Александровна - советует мамочкам в борьбе за аппетит взять на вооружение следующие рецепты:

- Готовить не только вкусные, но и красивые блюда. Даже самый упрямый «нехочушка» захочет съесть красивый грибочек или цветочек, изготовленный из овощей. Но слишком усердствовать в этом направлении не стоит, так как малыш может привыкнуть к ярким блюдам и будет отказываться от обычных.
- Малыша заинтересует картинка на дне тарелки, которую можно увидеть, только съев всю кашу.
- Лучше всего детям приобретать оранжевую или красную посуду. Эти цвета активизируют аппетит.
- Во время еды ребенка ничего не должно отвлекать, поэтому лучше всего убрать со стола все лишнее и выключить телевизор. Обеденный стол – это не игровая площадка.

Детский врач Михайлов В.В. рекомендует родителям обратить внимание на продукты и напитки, вызывающие аппетит. Например, за пол часа до еды малышу можно дать свежесжатый яблочный сок, который стимулирует выделение желудочного сока. Хорошо стимулируют пищеварение ягоды черной смородины и черноплодной рябины. Можно приготовить морс или отвар из шиповника и облепихи.

Народное средство для повышения аппетита у детей

Наши бабушки поднимали аппетит у детей народным способом. В свежий сок алое они добавляли мед. Принимать эту смесь нужно было по 1 ч.л. перед едой. Однако врач напоминает, что мед может вызывать аллергические реакции у детей.

Почему ребенок плохо ест? Что делать?

- При отсутствии строгого режима ребенок может часто отказываться от еды, поскольку его организм не привык вырабатывать чувство голода, особенно если ребенку в любое время позволено устроить небольшой перекус печенькой, яблоком или парой ложек супа из папиной тарелки
- Убедитесь, что у вас верные представления о том, сколько должен съесть ваш ребенок за один прием пищи. Проконсультируйтесь с педиатром по поводу нормы калорий для возраста вашего ребенка
- Причиной длительного снижения аппетита может быть затянувшийся стресс. Если в семье неблагоприятная обстановка или в недавнем прошлом происходили события, которые могли травмировать психику ребенка, обратитесь к специалисту, чтобы установить точные причины
- Часто у детей бывает отложенная реакция: в момент травмирующего события они выглядят спокойными, но через определенный промежуток времени (иногда довольно длительный) начинают хандрить без видимой причины
- Снижение аппетита может быть вызвано наличием скрытого хронического заболевания. Обратитесь к педиатру, чтобы пройти полное обследование и исключить наличие болезни из списка причин

РЕБЕНОК НЕ ДЕЛИТСЯ ИГРУШКАМИ. НАУЧИМ?

На детской площадке ежедневно можно наблюдать ситуацию, когда малыши конфликтуют по поводу игрушек. Споры, слезы, обиды... Что делать, если ребенок не делится игрушками и постоянно отбирает все у других?

ЖАДИНА ИЛИ НЕТ?

В возрасте 2-х лет у малыша просыпается чувство собственного «Я». Ребенок начинает осознавать, что есть он сам, а есть и большой мир вокруг. Все, что принадлежит крохе, воспринимается им как неотъемлемая часть самого себя. Представляете, как в этом ракурсе малыш относится к игрушкам? Правильно, при малейшем покушении на его собственность кроха пытается защитить границы своего «Я».

К сожалению, осознание самого себя и понимание, что есть что-то чужое, – периоды развития малыша, которые не совпадают по времени. Именно поэтому ребенок забирает у детей игрушки на площадке, абсолютно не думая, что такой поступок кому-то не понравится. В сознании крохи есть понятие «мое» и совершенно отсутствует термин «чужое». И вот этому надо научить малыша. Как? Очень просто – показать, как надо делиться с другими.

ТЫ – МНЕ, Я – ТЕБЕ

Вряд ли у вас получится быстро научить ребенка делиться игрушками. Только родительское терпение и выдержка помогут вам в этом.

1. Попробуйте донести до сознания чада, что игрушку у него ***не забирают навсегда***, а берут лишь на время, поиграть.
2. Провоцируйте ситуацию обмена: ваш Дима возьмет у Саши машинку, а взамен даст поиграть пистолетом.
3. Не принуждайте отдавать игрушку, если она кому-то понравилась, только потому, что вам неудобно перед чужими родителями. Если ***ребенок не хочет делиться***, то примите его сторону, ведь ваш малыш имеет право распоряжаться своей игрушкой сам.
4. Объясняйте, что если с любимым мишкой поиграет соседская девочка, он от этого не испортится и вернется к вам в целостности и сохранности.

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Будьте всегда спокойны.
2. В конфликте детей не принимайте какую-то одну сторону.
3. Не берите на прогулку новые игрушки: малыш не захочет ими делиться, потому что еще не наигрался сам.

4. Собирая сумку, выберите *вместе с малышом* какую-нибудь лишнюю игрушку, которая послужит предметом обмена.
5. Проводите дома беседы: рассказывайте, как хорошо играть с друзьями, как интересно делиться чем-то с другими.
6. Если вы заметили, что ребенок не хочет делиться игрушками ни при каких условиях, не заостряйте на этом внимание и не ругайте кроху. Почитайте сказки на тему жадности, посмотрите мультфильмы.
7. Доверяйте ребенку дома поделить все между членами семьи: раздать всем по ягодке, по печенью. Задание будет сложнее, если малыш будет делиться чем-то, что ему самому очень дорого: "Очень вкусно? Папа тоже хочет попробовать".
8. Хвалите чадо за щедрость.
9. Как научить ребенка делиться игрушками? Подавайте личный пример. Например, можно меняться со знакомыми мамочками книгами.

Не расстраивайтесь, если ребенок не делится игрушками, наоборот, порадитесь за малыша. Ваш кроха развивается, а это главное! Немного терпения, и вы научите карапуза проявлять щедрость.

Почему ребенок дерется в 1,5-2 года

Вопрос, почему ребенок дерется, начинает волновать родителей достаточно рано – первые проявления агрессии со стороны малыша могут наблюдаться с полугодовалого возраста. Следующая «волна» агрессии приходится на возраст 1,5-2 лет. Этому есть вполне объективные предпосылки, связанные с особенностями развития психики малыша и его воспитанием.

Агрессивное поведение до года

В первые месяцы жизни ребенок выражает недовольство при помощи криков и мимики. Полугодовалый малыш помимо этого уже способен кусаться и щипаться – это его способ показать миру свои негативные чувства. Злость – это одна из базовых человеческих эмоций, обусловленная особенностями нервной системы человека. Детям важно сразу же начать объяснять (вербально и поступками), что эмоции следует выражать социально приемлемыми способами.

Если малыш в возрасте до года дерется, это означает, что он неосознанно реагирует на негативный эмоциональный фон мамы, с которой пока еще тесно связан. Чтобы исключить агрессию с его стороны, маме важно разобраться со своими проблемами, больше отдыхать и гулять на свежем воздухе с малышом.

Детская агрессия в возрасте около 1,5 лет

Ребенок, научившийся ходить и залезать на мебель, сталкивается с множеством запретов, основная часть из которых связана с заботой о безопасности малыша, который может упасть с подлокотника дивана, удариться об угол мебели, бегая по комнате или уронить на себя тяжелый цветочный горшок.

Другая часть запретов касается поддержания порядка и целостности вещей – годовалые дети нуждаются в активной деятельности, которая может выражаться в том, что они вываливают на пол содержимое одежного шкафа, рвут книги, уронив их с полки, выкидывают в унитаз мелкие предметы (карандаши, монеты и т.д.).

Чтобы ребенок не травмировался сам и не нанес серьезного ущерба имуществу, практически каждый его шаг сопровождается грозным «нельзя» со стороны взрослого. Родитель проявляет заботу, но дети воспринимают

многочисленные запрещения как угрозу своей самостоятельности, потребность в которой растет с каждым днем.

В результате дети испытывают злость, и наружу эта эмоция выливается в виде актов агрессии – ребенок дерется с родителями, бабушкой или няней, т.е., с источником ограничений.

Что может помочь в этом случае? Родителям важно ограничить количество запретов – они должны касаться действий, по-настоящему опасных для детей. И постараться сделать квартиру средой, максимально безопасной для малыша:

- на углы мебели надеваются специальные накладки;
- дверцы шкафов и тумбочек, выдвижные ящики снабжаются фиксаторами, чтобы ребенок их не мог открыть;
- с нижних полок и других мест в зоне досягаемости убираются все предметы, которыми малыш может пораниться или испортить.

Такой подход не означает, что ребенка можно смело предоставить самому себе – присматривать за ним все равно придется. Но это поможет убрать из его жизни массу «лишних» запретов, которые провоцируют недовольство и агрессию, малыш станет заметно меньше драться с близкими.

Истоки детской агрессии в возрасте около 2 лет

Дети в 2 годика ярко проявляют негативные эмоции, это связано с целым комплексом причин. В их список входит:

1. Недостаточное речевое развитие. Если ребенок в 2 года не может вербально выразить свои чувства, он прибегает к простейшему способу – физическому воздействию.
2. Отсутствие самоконтроля и навыка коммуникации с другими детьми. Ярким примером подобного служат драки между малышами из-за игрушек. Это напрямую связано и с недостаточным речевым развитием, так как ударами, укусами и щипками дети заменяют недоступную им вербальную коммуникацию.
3. Потребность в помощи взрослого. Если у малыша не получается то, что он пытается сделать (нарисовать, построить из кубиков и т.д.), он начинает злиться, испытывать разочарование и досаду. Все эти эмоции он срывает на родителях, которые не пришли ему на помощь.
4. Недостаток родительского внимания. Ребенок провоцирует драку с другими детьми, получив практический опыт, что такие его действия не

останутся без внимания. Малыш нуждается в эмоциональном контакте с родителями, чтобы ощутить обратную связь, пусть даже этот контакт будет негативным, обернется наказанием.

5. Агрессивное поведение родителей, других родственников. Психоэмоциональное насилие со стороны (с применением или без применения физических мер) провоцирует ответную агрессию со стороны малыша. Кроме того, такая модель поведения им воспринимается как нормальная, и ребенок начинает вести себя соответствующим образом, общаясь со сверстниками.
6. Просмотр мультфильмов и фильмов, где много агрессивных действий. Дети начинают копировать поведение героев, не различая пока, что есть добро, а что зло, не понимая чужой боли.

Что делать родителям

Если ребенок дерется с родителями, они зачастую не знают, как им следует правильно реагировать. Агрессивные действия малыша младше годика нередко встречаются смехом и умилением. Это неправильно – он должен сразу видеть, что удары, укусы и щипки вызывают у родителей неприятные эмоции. Когда малыш немного подрастет, необходимо постоянно объяснять ему, что такое добро и зло, почему нельзя причинять боль другим людям, животным.

Если малыш в два годика бьет родителей, нельзя отвечать ему тем же – слова «драться нельзя», подкрепленные шлепком или ударом по рукам, закрепляют у малыша в сознании разрешение на насилие со стороны того, кто сильнее. В результате ваш ребенок на площадке или в детском саду будет находить тех, кто слабее и не может дать сдачи, и изливать накопившуюся агрессию на них.

Испытывать злость, разочарование, досаду – это нормально, нельзя учить детей подавлять в себе эмоции. Важно научить выражать эти эмоции социально приемлемым способом.

Родителям, обеспокоенным тем, что их малыш дерется, рекомендуется понаблюдать не только за поведением малыша, но и за собой. Дети копируют взрослых, и нередко родителям стоит начать воспитание с себя, научиться не срывать негативные эмоции на ребенке.

Возраст полутора-двух лет – это период, когда малыш только начинает становиться самостоятельным. Ему трудно без родительской поддержки и психоэмоциональной обратной связи. Вместе с тем, излишняя опека и огромное количество запретов тормозят развитие малыша и вызывают у него внутренний протест.

Важно найти разумный баланс и развивать у малыша навыки коммуникации с другими людьми. Ребенок, который ощущает родительскую поддержку, эмоционально стабилен и более открыт к общению без агрессии и познанию окружающего мира.