

ТО, ЧТО НАС ВОЛНУЕТ, И О ЧЕМ СТЕСНЯЕМСЯ СКАЗАТЬ

Сладкие пальчики...

Когда мы видим маленьких детей с мамами, иногда можно наблюдать за ребенком и мамой, которая взволнованно и недовольно ругает своего малыша за то, что он снова сосет пальчики, грызет ногти или их ковыряет, а может даже накручивает на палец свои волосики с довольным выражением лица.... Эти навязчивые движения и действия похожи на ритуалы. Давайте разберемся, о чем они нам говорят?

Сначала нам нужно проанализировать одну важную особенность в поведении ребенка: после каких событий или пережитых эмоций ребенок начинает заниматься своим любимым делом? И мы заметим закономерность: ребенок начинает себя так вести после пережитых неприятных ситуаций, когда мама ругается (а ругается и бывает в плохом настроении мама слишком часто). Именно у часто раздраженных, негативно настроенных к окружающему миру мам дети имеют навязчивые привычки. Статистика в этом случае говорит о том, что ребенок, имеющий вредные привычки в младшем возрасте был незапланированным, нежеланным и нелюбимым. Любой малыш чувствует свою мать, а, значит, и ее интуитивно завуалированную нелюбовь. А если имеется явное неприятие? Детские страдания, боль, страх находят способ разрешения - это сосание пальца. Ведь в утробе матери ребенок часто сосет пальчик или трогает свои волосики, а если течение беременности протекает неблагоприятно для ребенка, то малыш это делает чаще. Именно инстинктивное поведение дает возможность ребенку успокоиться, почувствовать себя более любимым, это дает возможность почувствовать себя как бы отключенным и защищенным от внешнего мира. Если понаблюдать за ребенком со стороны, то мы заметим еще одну особенность: дети с вредными привычками более неторопливы - копуша, у него тоскливое выражение лица, он печален и очень серьезен, даже не улыбнется, над ним подшучивают люди со стороны. И вдруг такая метаморфоза. Притворщик что ли? Нет, не притворщик, просто он выбрал такой способ самозащиты и утверждения своего «Я».

Неудовлетворенный инстинкт сосания, привычка сосания пальца уже проявляется с трех месяцев. Обычно к году все проходит. Когда же привычка не исчезает и остается до школьного возраста - это сигнал о состоянии дискомфорта ребенка. Значит, есть психологический дискомфорт, который ребенок старается решить с помощью сосания пальца, ведь он так похож на мамину грудь, рядом с которой было спокойно и хорошо. Если ребенок начинает еще и говорить, как малыш, сюсюкая, это свидетельствует о том, что что-то жестко травмирует психику ребенка. Что же может травмировать ребенка, если он как бы желанный? Прежде всего, отсутствие ласки, душевной теплоты в общении с мамой или близкими, ссоры родителей, когда они слишком заняты своими переживаниями, а ребенок предоставлен самому себе.

Такая привычка компенсирует недостаток внимания, уменьшает их одиночество и неразделенность чувств.

В основном сосут пальцы ослабленные болезнями дети. При алкоголизме родителей предпосылкой этой привычки может быть минимальная мозговая недостаточность. Эти привычки вредны тем, что они закрепляются по типу образования условных рефлексов, и присоединяют другие вредные привычки. Например: сосать уголок одеяла, шмыгать носом, ковырять в носу, кусать и облизывать губы. И эти поведенческие установки проявляются в навязчивых движениях. Чем старше ребенок, тем явственнее и момент подражания в происхождении подобных привычек, особенно если малыш увидел нечто похожее у другого ребенка или взрослого. Именно таким странным для родителей способом ребенок находит возможность привлечь внимание близких. Пусть не совсем красивым способом, но очень действенным.

Привычка грызть ногти - признак нервности и беспокойства. Именно волнение приводит к беспокойству. Чаще всего страдают этой привычкой честолюбивые дети, а мама с папой хотят видеть свое дитя вундеркиндом, перегружая интеллект без меры. Именно эта причина усиливает и без того тревожное состояние ребенка, ребенок боится несоответствия ожиданиям родителей, испытывает чувство вины. Этот реальный страх приводит к мысли, что мама с папой от него откажутся, потому что он плохой, глупый, никчемный - сильнейший стресс. Родители в создавшейся ситуации даже не задумываются над тем, что завышенные требования к ребенку - это всего лишь свои неудовлетворенные амбиции, именно свои неосуществленные мечты. Не высока ли плата за такое странное удовольствие? Может своего ребенка стоит любить уже за то, что он есть, и за то, что он хочет чему - то научиться?

Как желательно и важно вести себя с ребенком, у которого есть вредные привычки:

1. Попытаться понять, что его беспокоит, проанализировать свои действия и высказывания в отношении ребенка.
2. Нельзя сердиться, ругать, кричать на него, предъявлять требования, брать обещания, наказывать.
3. Поддержать веру в себя. Успокоить, обнять, объяснить, что в скором времени все пройдет.
4. Лишний раз похвалить и отвлечь любым способом от его мрачных мыслей.
5. Не превращать слово «нельзя» в главное слово при общении с ребенком. Не заострять внимание на том, что он делает, лучше не замечать навязчивых движений.
6. Баловать ребенка в разумных пределах. В данном случае важна не гиперопека, а внимание и поддержка в его полезных действиях, увлечениях и т.д.

7. Нельзя оценивать и сравнивать ребенка с другими детьми. Хвалить за малейшие достижения и успехи ребенка.
8. Снизить планку родительских требований, реально оценивая возможности ребенка и его предпочтения.
9. Поиграть в парикмахерскую, где делают маникюр, красят ногти лаком и т.д.
10. Играть в сказку, где есть персонаж с такими же проблемами, как и у ребенка. Вместе найти способы решения этих проблем.
11. Если ребенок подражает кому то из детей, на время прекратить эти контакты. Наладить новые приятные контакты.
12. Если ребенок грызет ногти, уменьшить все его интеллектуальные нагрузки.
13. Временно исключить возбуждающие мероприятия, вплоть до захватывающих фильмов, чтения страшных сказок.
14. Наладить доверительные отношения с ребенком.
15. Научить проговаривать свои ощущения, переживания, желания.
16. И самое главное - не показывать, что эта проблема сильно Вас волнует, старайтесь не акцентировать на ней свое внимание, не охайте и не обсуждайте ее вместе с близкими или подругами, особенно при ребенке. Иначе вы закрепите эту привычку на более длительный срок.
17. Когда самим Вам не под силу, на помощь должен придти специалист.

Как нельзя вести себя с ребенком, имеющим вредные привычки:

1. Раздражаться и злиться на него. Требовать обещания, что он больше не будет сосать палец, грызть ногти и т.д.
2. Пытаться запретить или переломить эту вредную привычку.
3. Культивировать чувство вины в нем за невыполненное им обещание.
4. Постоянно контролировать и угрожать.
5. Быть жестоким с ребенком, часто наказывать за эту привычку.
6. Не ласкать.
7. Забинтовывать пальчики или мазать их неприятными веществами.
8. Если грызет ногти - разжигать честолюбивые мотивы.
9. Всегда и во всем подчеркивать свою нелюбовь.

Как бы банально это не звучало, но ребенка не обманешь. Он словно чувствительный датчик может определить любое настроение людей, ему или нравится человек, или нет. Доброе отношение ребенок чувствует телепатически, поэтому так часто не каждого человека он подпускает к себе пообщаться.

Ребенок - есть отражение материнских эмоций и переживаний, поэтому так важно перевоспитание начать с себя, решить свои проблемы со специалистом, а, значит, и решить проблему своего ребенка.

Еще английская детская писательница Элинон Фарджон сказала: «События детства не проходят, но повторяются, как времена года». Пусть они повторяются, но уже с чувством радостных переживаний, без тех, которые ребенок смог забыть.

Онанизм

Довольно щепетильная тема, с которой родители редко приходят на индивидуальную консультацию, но в консультативном процессе on-line часто задают вопросы, волнующие взрослые умы. Как это поведение расценить, насколько эта привычка опасна и вредна? Давайте разберемся по порядку. В самом начале проявлений данного поведения мама не замечает за ребенком ничего особенного. Рано утром хочется подольше полежать, пожалеть свое чадо, в 3 года малыш ласкается телом, и матери приятно ощущать его маленькое, дорогое тельце, ребенок обнимается и целуется. В этот момент хочется его приласкать, чтобы он почувствовал защиту, материнскую любовь. Но днем мама застаёт ребенка за игрой с половыми органами. При этом малыш не только не испугался, но поинтересовался, кто он - мальчик или девочка, хотя прекрасно знает, кто он на самом деле. В этот момент родители пугаются, часто бывают растерянными, не знают, как реагировать на такое поведение ребенка. Поэтому, долго не думая, взрослые начинают ругать, стыдить и наказывать малыша, а зря. Дело в том, что ребенок в этом возрасте свое тело воспринимает как целостную систему, малышу неведомо какое - то сексуальное удовлетворение, у ребенка еще нет морально - нравственных понятий. Им движет только любознательность и любопытство. Он всего лишь изучает свое тело, как оно работает, сравнивает эти органы с другими частями тела. И если мама фиксирует на этом органе свое внимание, любопытство усиливается. Тем более эта игра приносит ребенку не малое удовольствие, с помощью этой игры он может успокаиваться, чувствовать себя защищенным. Помимо этого трехлетний ребенок часто испытывает романтическое чувство любви к родителям, а иногда чувство, напоминающее половое влечение. Но это не патология, это - норма. Физическое влечение ребенка в 3 года не таит в себе опасности, ребенку важно почувствовать связь с матерью через телесный контакт. Это наши взрослые развращенные познания в сексуальной сфере рисуют страшные картинки. Важно понимать чистоту и невинность детских проявлений и помыслов. Но если в три года ребенок еще не понимает, что так делать некрасиво, то в шесть лет ребенок уже многое понимает, стыдится этого и искренне не желает отвыкнуть от плохой привычки. Не запугивайте своего ребенка. Угрозы чаще страшнее, чем сам онанизм, так как сильнее могут искалечить будущее ребенка.

Главная из предпосылок онанизма ребенка уже в более взрослом возрасте - это ощущение ненужности, недостаток внимания со стороны близких. Когда ребенок чувствует себя одиноко, он считает, что никому не нужен. И именно игра с органами дает ему быструю разрядку, снятие напряжения, он отвлекается, заглушая беспокойство. Сознательно ему уже заниматься мастурбацией более приятно и эффективно. Важно помнить, что именно ранимые, чувствительные дети склонны к онанизму. Часто в эту категорию попадают дети, которые посещают круглосуточную группу в садике. Разлука с матерью приводит к страданиям, ощущению оторванности, это усугубляет и без

того обостренное восприятие, ребенок замыкается в себе и ищет способ разрядиться. Он ищет.....и находит. Довольно часто детям приходится приспособливаться к меняющемуся настроению мамы или папы. Резкая смена настроений бьет рикошетом по ребенку, и малыш справляется с этой ситуацией так, как умеет. Вообще, как правило, онанизмом занимаются активные дети, копуши просто сосут пальцы.

Еще одна проблема для ребенка, который любит играть с своими половыми органами - это рождение брата или сестры. Особенно когда родители во время кормления воюют с малышом, торопясь впихнуть или влить в ребенка что нужно и ненужно, лишь вызывая у него отвращение к еде. Запомните, когда ребенок не испытывает удовольствия от пищи, то включается одна из самых чувствительных зон организма. Это зона слизистых губ, рта, которая связана с другой чувствительной зоной - генитальной. И если зона рта «молчит», то зона гениталий возбуждена, и это беспокоит ребенка. Поэтому он вспоминает о половых органах, и ищет разрядки.

Так же зуд в генитальной области возможен, когда у ребенка экссудативный диатез, опрелости, глисты, вульвовагинит, воспалительный процесс мочеполовой системы или когда вы слишком сильно укутываете его, надеваете тугую одежду. Памперсы играют в этой проблеме немаловажную роль. Любая причина: не соблюдение гигиенических требований или наоборот тщательное мытье мылом половых органов приводит ребенка к появлению специфических ощущений в области гениталий и желанию вызвать их.

Важно помнить, что шлепки и порка способствуют приливу крови к генитальной области малыша, непроизвольно сексуально возбуждая.

В данной ситуации, пища играет так же важную роль. Чрезмерно сладкая и очень наваристая мясная пища при небольшом количестве выпитой воды, вызывает зуд в области половых органов, а значит возбуждение.

Еще одной причиной может быть подражание ребенка другим детям. Довольно часто бывают ситуации, когда в одной группе занимаются онанизмом несколько детей сразу. Дети любят подражать старшим ребятам по группе, имеющим повышенный половой интерес.

Как помочь ребенку:

1. Найти причину, проанализировать свои действия. Найти, свои ошибки в воспитании и ликвидировать их.
2. Не ругать и не запугивать ребенка, особенно при посторонних лицах.
3. Уделить ребенку максимум внимания.
4. Ласкать ребенка, избегая чувствительных зон малыша (ухо, губы, низ живота).
5. Не укладывать рано спать, если ребенок еще бодр и активен. То же самое касается и пробуждения детей. Проснувшись, ребенку нельзя лежать долго в кровати.
6. Отучить как можно раньше от памперсов.

7. Проверить у врача ребенка на выявление воспалительных процессов мочеполовой системы, на яйца аскарид.
8. Следить за мочеиспусканием и стулом, чтобы нерегулярное опорожнение кишечника и мочевого пузыря не вызывало у ребенка дискомфорт и связанный с ним онанизм. Помимо этого долгое сидение на горшке ведет к напряжению в половых органах, вызывая в них приятные ощущения.
9. Питание должно быть без соленой, острой, копченой и жирной пищи.
10. Чаще проводить водные процедуры, прогулки на свежем воздухе. Одевать ребенку свободную одежду, особенно трусики и колготки.
11. Любить и понимать.

Помните, что детский онанизм кардинально отличается от взрослого. Это физиологический процесс, способ разрядки нервного напряжения.

Противопоказано родителям:

1. Стыдить, подчеркивать его неполноценность.
2. Упрекать, что он плохой, и теперь его не любят.
3. Запугивать, предсказывать ужасы.
4. Ругать и выслеживать этот процесс.
5. Лишать общения со сверстниками.
6. Ограничивать двигательную активность.
7. Насильственно кормить.
8. Соблюдать гигиенические мероприятия в меру, с умом.

Если зайдет речь о специалисте, Вам необходимо обратиться к урологу, гинекологу, иногда к невропатологу и даже психиатру.

Энурез

Работая долгие годы в детской клинике, я заметила, как резко возросло количество детей с диагнозом «энурез» и какие трудности испытывают родители, пытаясь приучить ребенка к горшку. Вот один случай из консультативного процесса on-lain: «Здравствуйте, моему ребенку 3,5 года, у нас проблема в том, что когда он хочет в туалет по маленькому просто прыгает, плачет, топает ножками, но не идет на горшочек сам. Просто описывается в трусы. Бывает так, что терпит до последнего и уже когда не вмоготу с мокрыми трусами подходит к горшку. Уж что только не делали: и ругали, и по-хорошему. То ничего вроде, то вот такие наскоки. Проблема с горшком у нас с рождения, хотя по большому счету все в порядке: сам садится. Ходили два месяца в садик, тоже терпел и писался в трусы, скоро пойдем в другой садик - боюсь, будут те же самые проблемы.

Такое поведение в данном возрасте имеет как минимум 2 причины

1. причина - это проблемы с мочеполовой системой. Я бы показала ребенка нефрологу, сдала анализы мочи, сделала УЗИ МВС. В данной ситуации важно исключить какие - либо отклонения со стороны здоровья.

2. в более раннем возрасте у ребенка был неудачный опыт приучения его к горшку, где он был напуган или у него были неприятные ощущения, возможно, его сильно наказывали. То, что ребенок раньше терпел и писался в трусы, является подтверждением моих слов.

У здорового ребенка недержание мочи - всего лишь эпизод. К пяти годам почти все дети освобождаются от этого "недуга" и лишь у 1-2% детей эта проблема встречается позже 5 лет.

Основная причина кроется в родителях, их отношении к ребенку, к его воспитанию. Довольно часто мамы даже не задумываются о том, что слишком рано высаживают ребенка на горшок. Не обращая внимания на возрастную психологическую особенность, невзирая на беспокойство, мамы продолжают насилие над ребенком, унижая достоинство малыша. Родителям безразлично мнение ребенка на этот счет, они не считаются с желанием ребенка, а оно у него уже есть, ведь он уже может чувствовать, переживать, но не умеет говорить. В такой ситуации у ребенка появляется ощущение ненужности, чувство одиночества и протеста. Именно таким поведением ребенок обратил на себя внимание. Подсознательно ребенок говорит, что он плачет, пусть мама поймет, что он маленький, тогда и простит. Посещение детского сада лишь усугубляет ситуацию, травмирующая разлука с матерью усиливает энурез, или является первичным его источником.

Конфликтная ситуация в семье так же является причиной энуреза. Это всегда сильнейший стресс для ребенка.

Как важно вести себя в этом случае

1. С врачом разобраться в причине: медицинская она или психологическая.
2. Ребенок должен осознавать свою значимость в семье. С ним нужно быть более ласковым.
3. Не вовлекать ребенка в семейные конфликты.
4. Запрещено наказывать и ругать за мокрые штаны, простыни.
5. Нельзя упрекать ребенка в этой ситуации, так как он и без этого испытывает чувство тревоги, возможно страха.
6. Делать вид, что ничего не произошло, все поправимо.
7. Вселять веру в то, что в следующий раз он успеет сходить на горшок..
8. Не давать замыкаться ребенку на своей проблеме.
9. Развивать чувство уверенности в себе. Чаще напоминать ребенку и спрашивать: " Совсем забыла, может ты хочешь писать? Как будем решать эту проблему" Стараться проговаривать эту фразу ласково, как друг, любящая мама.
10. Поощрять игры со сверстниками.
11. Успокаивать и ободрять.
12. Придумывать истории, где ребенок сможет сам пофантазировать, как справиться с этой ситуацией.

13. Рассказывать про мальчика, который больше не боится ходить на горшок, и как он справился с этим страхом.
14. Лишний раз не демонстрировать свою чистоплотность и опрятность, делать это незаметно для ребенка.
15. Не забывать о методе поощрения (когда он проснется сухим, что-то ему сделают приятное или подарят).
16. При ночном недержании мочи - приучайте ребенка спать на спине, при этом, постель должна быть жесткой, никаких перин.
17. Чем чаще ночью Вы будете высаживать ребенка на горшок, тем уязвимее он будет себя чувствовать. Решайте этот вопрос сугубо индивидуально.
18. Не давать пить ребенку на ночь много жидкости и вообще ограничить прием ее после полдника.
19. Не перекармливать овощами и фруктами, в которых содержится большое количество воды.
20. При бурной реакции протеста - использовать метод игнорирования (например, тебе нравится быть мокрым -пожалуйста -будь!)
21. Резко в питании ограничить прием острых и экстрактивных веществ.
22. Ограждать ребенка от посторонних звуков и шумов во время сна - это важно.

Как запрещено родителям вести себя с ребенком, страдающим проблемами мочеиспускания:

1. Постоянно ему напоминать, что он хуже других детей, что он позорит своих родителей.
2. Вселять чувство неполноценности.
3. Заставлять стирать свои штанишки, самому вывешивать их (многие родители так, к сожалению, делают).
4. Стыдить и наказывать ребенка при посторонних.
5. Каждым жестом своим подчеркивать свою нелюбовь к нему.
6. Демонстративно напоминать о своей чистоплотности и опрятности.
7. При рождении второго ребенка -дать понять, что он все также любим, как и раньше.
8. Запрещено постоянно будить по ночам и наказывать, если ребенок снова будет мокрым.

Всегда помните, что наши дети - лишь дети, которые имеют несформированный организм, они только начинают познавать мир, учатся ровно настолько, насколько сформировалась их нервная система. И главная для них необходимость - расти в любви, ласке, чувствовать себя в безопасности, чтобы доверять этому большому и непонятному миру.

Стеснительность

Письмо из переписки on-lain: «Здравствуйте. Моему сыну 4,5 года. С 3 лет ходит в садик, долго привыкал. В садике хорошо проявляет себя на занятиях по рисованию, лепке, но танцевать, заниматься музыкой, физической культурой отказывается. Говорит: "Стесняюсь". На детских праздниках, днях рождениях

не участвует в играх, а держится особняком и не отходит от меня. Как помочь ребенку преодолеть стеснительность, быть более раскрепощенным и общительным. Как морально подготовить его к походу в спортивные секции, чтобы он не боялся?»

Довольно часто мне пишут письма с подобными вопросами. Давайте разберемся в таком поведении ребенка. И постараемся понять, почему так происходит. Действительно не все дети проявляют себя активно в обществе. В данной ситуации важно бороться не столько с застенчивостью, сколько определить, какая деятельность для вашего ребенка наиболее успешна, что у него получается лучше, чем у других и дать ему возможность раскрыть свои способности. Поверив в свои силы, ребенок почувствует себя лидером, и перестанет дичиться окружающих.

Бывает, застенчивость маскирует повышенную ранимость ребенка, обидчивость, поэтому ребенок избегает контактов. Есть еще одна причина такому поведению, когда ребенок не знает, что сказать и как поступить? В данной ситуации вы, родители, задайте себе вопрос: "Как часто Вы даете ребенку сделать самостоятельный выбор, считаетесь с его желаниями, контролируете любой процесс, даже игровой, ребенка?" Так же не забывайте, что примером для подражания ребенок всегда выбирает родителей или людей, с которыми чаще всего общается. Не прибавляет уверенности ребенку и родительская тревожность. До семи лет между ребенком и матерью существует сильная телепатическая связь (пуповинная связь). Иногда за застенчивостью ребенок скрывает в будущем сильную личность, властный контроль. С помощью такого манипулирования ребенок владеет не только ситуацией, но и властью.

Что делать?

1. Начать с себя. Дорогие родители, позаботьтесь о своем душевном состоянии, разберитесь, какая причина скрывается за чувством тревоги, страха или др. ощущениями у Вас. Психологи консультанты рядом...
2. Повышать самооценку ребенка. Поддерживать в его начинаниях, увлечениях. ХВАЛИТЬ НИ ЗА ЧТО. Больше хвалить, но не перехваливать. Во всем должна быть норма.
3. Стараться не критиковать ребенка, а указывать на его сильные стороны.
4. Помнить, что застенчивые дети по большей части бывают послушными, и приступы агрессивности с их стороны есть лишь реакция на постоянную зажатость и подавленность.
5. Гордиться своим ребенком, ставить его в пример.
6. При любой возможности предлагать выступить на каком-нибудь празднике, лучше начинать выступать сначала дома, не настаивать, а продемонстрировать именно свое желание услышать его замечательное выступление. Хорошо выступать кому - то из членов семьи вместе с ребенком.
7. Очень полезно отдать ребенка вместе с одноклассником или другом в кружок танцев, спорт. клуб, хоровое пение, туда, где есть групповые выступления.

8. Дать ребенку больше самостоятельности в выборе, желаниях, спрашивать его мнение, спрашивать совет - доверять ребенку.

9. Не критиковать ребенка, переходя на личность. Нельзя бросаться фразами: "У тебя не получится, у С.....лучше получается чем у тебя, ты ничего не можешь, ты такой же, как и твой папа (мама) - дурак и т.д." Важно повышать его самооценку, а не наоборот.

У специалистов существует множество способов работы с детьми, имеющими проблему застенчивости. Важно вовремя обратить на это внимание, чтобы ребенок смог быть более успешным и уверенным в будущем.

Удачи Вам.....