

Здоровья вам и вашим детям!

МАМА

и МАЛЫШ

№9(49) ноябрь 2012 г.

Николаевский местный благотворительный фонд «Юнитус»



В НОМЕРЕ:



Как отучить ребенка спать с родителями? Перед многими супружескими парами рано или поздно встает этот вопрос.

Читайте на 2-й стр.



Кандидоз во время беременности, как и любая другая инфекция, представляет собой потенциальную опасность. Он осложняет протекание самой беременности и повышает риск инфицирования плода и новорожденного.

Читайте на 3-й стр.



Заканчивается одно из самых тонких, глубоких и удивительно красивых времен года – осень. Пожелтели и опали листья, отморосили дожди, солнце стало редким гостем на небе... А еще за этот период родились тысячи детей.

Читайте на 4-й стр.

ЗДРАВСТВУЙ, НОВЫЙ МИР!

Девять месяцев малыш находился в утробе матери, его жизнь была для нее тайной. Но вот кроха появился на свет и уже можно с нежностью и удивлением наблюдать, как он растет.

Адаптационный период в жизни новорожденного длится около шести недель. От того, как прошли первые часы после родов, зависят дальнейшие отношения между мамой и малышом. Вовремя и правильно установленный контакт пробуждает у женщины материнский инстинкт, а у новорожденного в этот критический период закладывается привязанность к матери. В течение первых суток жизни малыш узнает и запоминает свою маму, благодаря чему у него возникает любовь к ней. Первый час жизни новорожденного – очень короткий период, но новорожденный проявляет себя за это время по-разному. Первые 20 минут после родов кроха расслабляется, это

необходимо для восстановления сил после недавнего напряжения. Сообщив криком о приходе в этот мир, малыш тихо лежит и отдыхает. В это время он обычно откашливается, чихает и сопит, освобождая дыхательные пути от слизи и привыкая к новому способу дыхания.

Спустя 20 минут после рождения ребенок начинает поворачивать голову, двигает руками и ногами. Хорошо, когда в этот момент мама берет его на руки. Первым телесным контактом матери и ребенка, который называют «кожа к коже», становится прикосновение их тел. В первый день жизни ребенок ведет себя как пришелец с другой планеты: осматривается, издает

ухажющие звуки, практически не закрывает глаз и не мигает, при этом темнота воспринимается как родная стихия.

Первые три дня мимика малыша выражает его впечатления от родов. Во сне малыш может беспричинно плакать, при этом на его лице видна печать безысходного страдания. В периоды бодрствования ребенок недоуменно осматривается.

К концу первой недели у ребенка может появиться сознательная улыбка во время бодрствования – как реакция на голос мамы или на какое-либо другое доброе проявление со стороны внешнего мира. Кроме этого, при пробуждении малыш сладко похрапывает и попискивает. Мама должна успеть насладиться этими милыми звуками, поскольку скоро они бесследно исчезнут.

На десятый день малыш может проявлять сознательную радость при появлении мамы, звуках ее голоса. Чуть позже актив-

ные эмоции, требующие непрямого внимания со стороны, малыш выражает частым сопением.

С четырнадцатого дня уже может происходить осознанное общение малыша с мамой, и она должна использовать этот важный момент. Кроху хорошо поглаживать, ласкать, приветливо с ним разговаривать, целовать. В это время у него формируется то или иное отношение к внешнему миру.

В начале второго месяца кроха уже хорошо держит голову, высоко поднимает ее из положения лежа на животе, а также делает попытки передвигаться ползком – но пока безрезультатно. Переворачивается с живота на бок, и кажется, что для переворота на спину не хватает совсем немного. На руках сидит «столбиком», но

Окончание на 3-й стр.

Отучить ребенка спать рядом с родителями надо постепенно. Предпочтительнее этот процесс начинать в два-три года. Как раз в этом возрасте наблюдается кризис самостоятельности, когда ваш ребенок хочет быть самостоятельным, и все чаще повторяет: «Я сам».

Родителям нужно заранее подумать о том, чтоб малыш умел засыпать самостоятельно, и это было для него нормально. Предположим, можно укладывать ребенка одного для начала только днем. Во время этого процесса в жизни малыша не должно происходить существенных перемен.

Итак, как отучить ребенка спать с родителями? Существует несколько способов проведения этого процесса наиболее безболезненно. Но, конечно, выбрать, что подходит для вас и вашего малыша, и как вы будете это делать, решать только вам.

Один из методов, как отучить ребенка спать вместе с вами: положите с собой в кровать большую мягкую игрушку так, чтобы она лежала между ребенком и вами, и так каждый раз, тем самым приучая его к какой-то преграде между родителями. Можно использовать мягкую игрушку в виде рюкзачка и вовнутрь положить грелку, тогда малыш будет чувствовать тепло, что будет способствовать скорейшему привыканию.

Ночью уже вы рядом, но не вместе. Можно поставить рядом с родительской кроватью диванчик или детскую кроватку, предварительно отрегулировав высоту и сняв одну из стенок. Понемногу передвигайте малыша на его зону отдыха вместе с мягкой игрушкой. Всякий раз, когда малыш кричит или просыпается, скажите ему несколько нежных слов, позволяя успокоиться. Прижмите к спине игрушку с грелкой. Через некоторое время потихоньку отодвигайте детскую кроватку: вначале поставьте между кроватью малыша и вашей небольшой предмет мебели, к примеру, тумбочку или стул, затем поставьте детскую кроватку у противоположной стены, ну а затем переместите ее вообще в соседнюю комнату.

Запаситесь терпением, потому что отучить ребенка спать с родителями не так просто, и это может занять от пары недель до нескольких месяцев.

Переселяя ребенка на отдельную кровать или вообще в отдельную комнату, задумайтесь о том, какие у него будут там ощущения. Постарайтесь совместно с малышом установить нарядный ночник, приобрести яркое постельное белье, а если позволяют финансовые возможности можно



СНЫ СЛАДКИ В ОТДЕЛЬНОЙ КРОВАТКЕ

Многим родителям приходится сталкиваться с тем, что малыш, привыкший спать в постели родителей, не хочет уходить из нее даже тогда, когда достигает вполне сознательного возраста.

купить кровать по вкусу ребенка. На сегодняшний день имеется большой выбор детской мебели. Постель в виде автомобиля, к примеру, станет для мальчишки излюбленным местом не только ночью, но и днем, а кроватка с периной и пологом, схожая с ложем принцессы, понравится каждой девочке. Сделайте переселение в собственную кровать праздничным.

Отучить ребенка спать с родителями, конечно, сложно, но значительно сложнее помочь ребенку привыкнуть засыпать в соседней комнате. Как правило, в период, когда родители пытаются приучить детей спать отдельно, у них возникают детские страхи. Возможно, маме стоит какое-то время поспать с малышом в одной комнате, пока он свыкнется с новой обстановкой и удостоверится, что все будет хорошо. Очень большое значение для каждого ребенка имеет соблюдение какого-то ритуала отхода ко сну. Ритуал – это несколько нетрудных действий в определенной последовательности. Малыш может бояться засыпать, у большинства в подсознании заложена боязнь,

что мир может поменяться, пока он спит, и родители исчезнут, когда он проснется. Именно поэтому дети хотят спать с родителями, потому что убеждены в том, что они находятся рядом и никуда не исчезнут. Нередко можно заметить, что, как только малыш просыпается, ему, в первую очередь, хочется удостовериться, что родители никуда не исчезли.

Кое-кто практикует следующий метод, как отучить ребенка спать вместе:

Если повзрослевший малыш не намеревается идти в свою кровать, они засыпают в кровати родителей – читают сказки, выполняют другие ритуалы перед сном, которые заведены в семье, а затем уснувшего ребенка переносят в его кровать. Это можно считать хорошим методом, если у него не очень бурная реакция утром на отсутствие родителей, а следовательно, не стрессовая.

Есть еще один из методов: мама укладывает малыша спать в его кровати, а после совершения всех ритуалов просто некоторое время сидит рядом. Каждый ребенок весьма чутко воспринимает запах мамы. Чувствуя его, он ощу-

щает себя защищенным. Поэтому, если малыш беспокойно реагирует на необходимость спать в своей постели, – положите туда какую-либо вещь, обладающую запахом мамы. Можно также попробовать применять «метод замещения» – укладывая малыша спать в своей постели, мама на какой-то промежуток времени уходит (вначале всего на пару минут), объясняя свой временный уход каким-либо срочным делом, а взамен оставляет с малышом его любимую игрушку, «поручая» ей заботиться о ребенке. Вернувшись, мама должна «выразить благодарность» игрушке за ее опеку. Потихоньку малыш привыкнет засыпать с игрушкой, которая будет ассоциироваться у него с чем-то, на что можно положиться, что охраняет его во сне. Еще можно попробовать применять ночник, который проецирует перемещающиеся картинки на стены и потолок. Еще одно неперемное условие: игры перед сном должны быть спокойными.

Какая бы ситуация ни была, всегда необходимо прислушиваться к своему малышу и своим ощущениям. Именно так вы выберете наиболее оптимальную тактику, как отучить ребенка спать вместе с вами.

Татьяна Рогожинская,
психолог

ПУПОК без проблем

В роддоме на 2-5 сутки после родов у малыша отпадет пуповинный остаток (та часть, что находится за зажимом) и останется пупочная ранка, в которую не должна попасть никакая инфекция.

За пупочной ранкой малыша следует тщательно следить. Пупок нужно обрабатывать каждый день 2 раза в день пока он не заживет.

Для ухода вам понадобятся 3%-й раствор перекиси водорода, зеленка (бриллиантовая зеленка), ватные палочки.

Подготовьте все необходимое для обработки, вымойте руки мылом. На пупочную ранку по центру приложите ватную палочку, смоченную 3%-ным раствором перекиси водорода, несколько секунд подождите, пока образуется пена, потом осторожно уберите ватной палочкой засохшие частички. Не бойтесь свободной рукой немного раздвинуть края ранки. Если образуется пена, это значит, что в ранке еще есть остатки крови. Если скопилось много корочек, возьмите чистую ватную палочку и уберите все лишнее из пупочной ранки. Протрите чистую ранку сухой ватной палочкой или ватным диском.

Возьмите другую чистую ватную палочку, смочите в 1%-ный спиртовой раствор зеленки и обработайте пупок ребенка. Мажьте пупочное кольцо и дно ранки, не нужно выходить за края пупочного кольца. После этого дайте пупку немного проветриться и подсушиться и можете смело одевать малыша в бодик или другую одежду. На пупочную ранку не нужно накладывать никаких повязок, лепить пластырь, так как может возникнуть раздражение нежной кожи ребенка.

Имейте в виду, что пятна от зеленки очень плохо отстирываются, поэтому не одевайте после обработки самые красивые вещи.

Не бойтесь, ребенку не больно, разве что может немножко пощипать.

Пупочная ранка заживает, в среднем, до трех недель. Если она не заживает дольше трех недель, пупок воспалился, покраснел или опух, из ранки сочится кровь, тогда следует обязательно обратиться к врачу.

Если вам страшно ухаживать за пупочком малыша, попросите вашего участкового педиатра показать, как это правильно делать.

Какая будет форма пупка вашего ребенка – это индивидуальная особенность каждого организма. Повлиять на формирование пупочного кольца никак нельзя.

Пока пупочек крохи не заживет, купайте его в кипяченой воде с травами (череда, ромашка). Также следите, чтобы подгузник не натирал область пуповины.

Нина Эйрих,
детская медсестра



Истории жизни с ВИЧ ГЛАВНОЕ – ВЕРИТЬ!

Я столкнулась с проблемой ВИЧ 13 лет назад, когда узнала, что мой муж инфицирован. Подумала, что жизнь закончилась, в один миг показалось, что рухнули все планы и мечты. Ведь на тот момент у нас еще не было детей, а какая семья может быть полноценной, если в ней нет продолжения?

Но прошло время, и я стала думать по-другому. Бросать мужа я не собиралась, он – самый дорогой человек в моей жизни, и его бо-

лезнь не могла изменить этого. У нас было всякое: было очень тяжело, пять лет назад мой любимый чуть не умер. Он заболел менингитом, а здоровых клеток CD-4 у него было всего 14. Но я его вымолила у Бога и поставила на ноги. Тогда он и начал принимать терапию. Сейчас его показатель CD-4 клеток – 1050, это очень хорошо, и вирусная нагрузка уже больше 3-х лет не определяется. Он прекрасно себя чувствует и живет полноценной жизнью.

У нас сейчас все прекрасно, несмотря на то, что муж имеет статус ВИЧ+, а я ВИЧ-. Растет прекрасная доченька, ей уже 4,5 годика, она

абсолютно здорова. Я хочу сказать всем, кто столкнулся с этой проблемой, не отчаивайтесь, не стоит опускать руки и ждать смерти. Моя семья ее уже один раз обманула. Я знаю, что будем жить вместе долго, потому что главное – любить друг друга и поддерживать в любую трудную минуту.

Самое главное – не опускать руки, верить и иметь желание жить.

Лера, 38 лет

Национальная линия телефона доверия по проблеме ВИЧ/СПИД:

0-800-500-451

ON-LINE консультации Национальной линии телефона доверия по проблемам ВИЧ/СПИД:

ICQ 271-324-528 <http://helpme.com.ua>



Несмотря на относительно высокую частоту встречаемости у беременных, «молочница» не является нормальным, обычным, закономерным и безобидным спутником этого состояния, как считают некоторые женщины по рассказам мам и подруг. Ее надо лечить.

Диагностика

Первое исследование, которое необходимо провести при наличии жалоб на выделения, это бактериоскопия – рассматривание окрашенного мазка на флору под микроскопом. При обнаружении в мазке спор или мицелия (тела) грибов ставится диагноз «кандидоз» – истинная молочница. Однако эти грибки и в норме могут жить во влагалище здоровой женщины, и иногда появляться в мазке в виде единичных спор, не требуя лечения.

Лечения требует ситуация, когда появляются жалобы: выделения белого цвета, чаще творожистые, комочками, с кисловатым запахом; зуд, усиливающийся после полового акта, водных процедур, ночью.

Эти жалобы возникают периодически, вне беременности провоцируются нарушением диеты, голоданием, переохлаждением, стрессом, болезнью, определенным периодом менструального цикла, приемом гормональных препаратов (противозачаточные таблетки).

Во время беременности, как правило, кандидозный кольпит обостряется. Это связано с повышенным уровнем женских половых гормонов, который приводит к изменению микрофлоры влагалища и созданию благоприятных условий для размножения грибов. Иногда симптомы проходят самостоятельно или на фоне самолечения (различные свечи), но через некоторое время возобновляются.

При наличии характерных жалоб, соответствующем виде выделений и отсутствии грибов в мазке используют более чувствительные методы диагностики – бактериологический и ПЦР.

Бактериологический (культуральный) метод – посев на специальную питательную среду где



МОЛОЧНИЦА ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ

Врачи-гинекологи под молочницей понимают определенное заболевание, вызванное известным возбудителем – грибом рода Кандида. Но выделения, зуд и жжение вызываются не только грибами. Такие же симптомы воспаления влагалища (кольпита) возможны при гонорее, трихомониазе, бактериальном вагинозе (гарднереллезе), генитальном герпесе, хламидиозе, микоплазмозе, уреаплазмозе и др. инфекциях. Поэтому, когда беспокоят описанные жалобы, нужно идти к врачу на обследование и выяснять возбудителя, а не заниматься самолечением, т.к. препарат выбора зависит от точного диагноза.

клетки грибов, даже в небольшом количестве, недостаточном для диагностики в мазке, размножаются, образуя колонии, – и таким образом подтверждают свое присутствие и жизнеспособность в материале.

Метод полимеразной цепной реакции (ПЦР) основан на обнаружении в исследуемом материале единичных молекул ДНК возбудителей. Это самый чувствительный метод диагностики инфекций, полезен для поиска возбудителей, не видимых в обычном мазке и плох

растущих на питательных средах.

Кандидоз не относится к числу классических заболеваний, передающихся половым путем, это внутреннее состояние, причиной которого является снижение иммунитета.

Причины стойкого кандидоза

1. Наличие хронической инфекции половой системы или любой другой системы организма. Имунная система истощается в

борьбе с хроническим воспалением, и это проявляется в том числе и кандидозом.

2. Хронические заболевания, например, почек, печени, по той же причине.

3. Гормональные нарушения: сниженная функция щитовидной железы, сахарный диабет, ожирение.

4. Прием гормональных препаратов: преднизолон, дексаметазон, метипреда (для лечения им-

мунных нарушений, гиперандрогении).

5. Генитальный герпес.

6. Прием антибиотиков, вызывающих иммунодефицит и дисбактериоз кишечника. Резервуар кандидоза в организме – кишечник, оттуда грибки попадают в другие места обитания.

7. Неправильное питание, в частности, избыток сладкого, тоже может приводить к развитию дисбактериоза и размножению грибов.

8. Хронические заболевания кишечника – колит, дисбактериоз.

Таким образом, кандидоз – это маркер неблагополучия в организме, и кроме специфического лечения противогрибковыми препаратами требует полноценного обследования и устранения первопричины иммунодефицита.

Лечение

Возникая как внутреннее состояние, кандидоз может передаваться половым путем. Поэтому лечение проходят одновременно оба партнера, и во время лечения используется презерватив.

Препараты для лечения кандидоза делятся на системные и местные. Системные – это таблетки, принимаемые внутрь, действующие, в первую очередь, в кишечнике, а потом всасывающиеся в кровь и проникающие во все органы и ткани организма.

Местное лечение – это свечи, влагалищные таблетки и кремы. Оно сочетается с системным, а во время беременности является предпочтительным.

Все препараты должен назначать лечащий врач, исходя из индивидуальных особенностей женщины, склонности к аллергии, состояния печени и почек, особенностей течения беременности. Самолечение неблагоприятно всегда, а при беременности может быть просто опасным.

**Людмила Островская,
врач-гинеколог**

ЗДРАВСТВУЙ, НОВЫЙ МИР!



Начало на 1-й стр.

нуждается в поддержке, поскольку мышцы еще слабые и не способны самостоятельно держать спину. К концу первого месяца практически все дети начинают гулить. Ребенок активно включается в общение и иногда, страстно желая ответить на обращенные к нему слова, начинает покашливать, что имеет следующий смысл: «Очень хочется что-нибудь сказать тебе на вашем языке, но я не могу, поэтому хотя бы покашляю». Разговорный кашель отличается от болезненного, поэтому если в возрасте 25-40 дней малыш начал покашливать, то это еще не означает, что он заболел. Учащенное дыхание и сопение малыша тоже становится одним из средств для выражения эмоций. Когда взрослый попадает в поле зрения младенца, и он хочет привлечь к себе внимание взрослого, то начинает часто сопеть, как бы сообщая: «Я тебя вижу!».

Помимо этого, ребенок проявляет огромный интерес к окружающей обстановке и просит, чтобы его но-

силы на руках для обзора места, где он находится. Малыш внимательно рассматривает окружающие его предметы. К этому времени он хорошо фокусирует взгляд, следит глазами за движущимся предметом. Причем, малыш может выражать их доступными средствами. Когда мама наклоняется над ребенком, он начинает улыбаться, как бы говоря: «Я так рад тебя видеть!». Если мама угадывает его желания и чувства, малыш начинает смеяться и всем своим видом показывает: «Как хорошо, что мы друг друга понимаем!». Но если мама задержалась с правильным решением, то ребенок начинает нервничать и раздраженно покрикивать, а следующей реакцией на ее недогадливость бывает отчаянный плач. Способность крохи выражать обиду особенно ярко выражается, когда мама подходит к нему и вместо того, чтобы взять на руки, снова уходит. Начиная с двухнедельного возраста малыш довольно выразительно зовет маму, и особенно ясно он это делает, когда долго лежит один и теперь ему необходимо общение.

Ребенок умеет выражать просьбы, например, когда ему пора спать или когда он хочет на руки. Причем, малыш может просить как о том, чтобы его взяли на руки, так и о том, чтобы его положили. На втором месяце малыш уже способен ждать, если мама подходит не сразу, – лежит, терпит, при этом напряженно сопит. Если его заставить ждать долго, то сопение перейдет в плач. Если мама не угадывает, что нужно малышу, он начинает «ругаться»: раздраженно или назидательно покрикивает и при этом ждет, когда же маму осенит верная догадка. Когда младенец полностью доверяет своей маме, он начинает важничать. Это выражается в том, что на ее обращение он отворачивается и делает вид, что не замечает, поскольку занят совершенно другими делами. В эти моменты маме необходимо поддерживать игру ребенка, продолжая доказывать ему свою надежность.

**Ирина Вивчар,
социальный работник-
воспитатель**

ОСЕННИЕ ДЕТИ

Рождение ребенка – чудо, и мы, родители, чувствуем себя немного творцами.... И, ах, как же часто нам хочется заранее знать, кого же мы «сотворили»! Великого ученого? Актера? Писателя? В кого вырастет дитя? Как будет жить, чем болеть и как предотвратить возможные беды, подстерегающие его на жизненном пути? Какими же будут осенние дети?

Осенним детям повезло родиться в чудесную пору, когда время течет неспешно, когда завершается год, когда собирается урожай и подводятся итоги, когда мудрость раздается при рождении без счета.

Осень, которая ассоциируется в нашем сознании с опытом и зрелостью, одарила людей, появившихся на свет в это время, соответствующими чертами. Осенние дети обдумывают каждый шаг своих действий, расчетливы, старательны и усердны в работе. Имеют уравновешенный и ясный ум, легкий и устойчивый характер. Отношения в их семьях, как правило, прочные, преданность способствует крепким бра-



кам. Люди, рожденные осенью, неконфликтны в семье, любят животных и детей.

«Осенние» люди универсальны. Они серьезные, рассудительны, всесторонне одарены, учатся на своих ошибках, ценят накопленный опыт. Делают все не спеша, обдуманно, хорошие дипломаты. Детям, рожденным осенью, можно давать всяческие имена, потому что ничего не сможет повлиять на их характер, заложенный природой.

Осенние дети обычно больше весят и в дальнейшем испытывают меньше проблем с уровнем холестерина в крови, давлением. У осенних детей меньше вероят-

ность развития тяжелых легочных заболеваний и избыточной массы тела.

Ученые Британии пришли к выводу, что дети, которые родились осенью более активны, чем их сверстники, родившиеся в другое время года. В ходе исследований ученые изучали образ жизни четырнадцати тысяч детей и подростков, и оказалось, что «осенние» дети на 9 процентов активнее своих сверстников, которые родились весной.

Осенью рождаются рациональные и практичные Девы, обаятельные и добродушные Весы, сильные и властолюбивые Скорпионы, даже вечный скиталец и

правдолюб Стрелец может родиться в конце ноября.

В результате напрашивается вывод: все времена года хороши! Пусть ученые исследуют, пусть помогают нам лучше понять своих детей и уберечь их от разных возможных неприятностей, но «творить» мы будем без оглядки на научные рекомендации, а тогда, когда подскажут душа и сердце.

Осень, зима, весна, лето – лишь бы продолжали рождаться наши дети, и тогда не исчезнет и такая наука, как статистика.

По материалам
best-mother.ru

Медитативная сказка

Я НА ОБЛАЧКЕ ЛЕЖУ...

Давай мы с тобой вместе немного пофантазируем. Для этого нужно закрыть глазки.

Закрывает? А теперь представим, что лежим мы не в постели, а на белом облачке. Оно очень мягкое, нежное и слегка нас покачивает. На небе много звездочек. Они напевают нам свои любимые мелодии и своим сиянием освещают голубую прозрачную речку. Весь день в ней плескались и играли рыбки, а сейчас устали и плывут отдыхать. У них закрываются глазки. Они засыпают прямо на ракушках.

Над речкой пролетает птичка. Она смотрит в воду и видит на дне сонное царство. Птичка тоже зевает и летит спать в свое теплое уютное гнездышко.



Стихает шум ветра, перестает журчать ручеек. На речке уже нет волн. Она стала тихой и спокойной.

Вместе с речкой уснул и лес. Все его зверюшки попрыгали в свои норки, потому что им, как птичкам и рыбкам, до утра нужно набраться свежих сил, а эти силы дает сон. Рыбки и зверюшки очень любят смотреть сны. Поэтому засыпают раньше всех.

Когда засыпают люди, им снится что-нибудь интересное и волшебное. Во сне раскрываются многие секреты и тайны. И чем быстрее ты заснешь, тем больше интересного увидишь во сне.

Облачко медленно опускает тебя в постельку, желает спокойной ночи и тоже засыпает. Спит и солнышко. Проснется оно только утром и разбудит тебя своими теплыми лучиками. Не спит одна луна. Она рассказывает сказки всем спящим. Когда ты уснешь, луна расскажет сказку и тебе. Я тоже пойду спать и видеть сны, а завтра расскажу, что мне приснилось.

По материалам студии
развития «Лучик»
(luchik.marimama.ru)

Обсуждаем на занятиях

МАЛЕНЬКИЕ РЕВНИВЦЫ

Занятие проводит психолог проекта «Родина та дитина» Наталья Ополинская

Сегодня мы рассматриваем такие понятия, как детская ревность и проблемы переходного возраста у детей.

Для родителей не секрет, что существует понятие «детская ревность», с проявлением такого чувства они сталкиваются не раз, и проявляется это в разных ситуациях и состояниях.

Детская ревность – это чувство, которое возникает у ребенка при нехватке внимания и теплых чувств со стороны человека, который является очень близким ему (мать или отец), в то время как все это мнимо или реально получает от него кто-то другой (брат или сестра).

В отличие от чувства ревности у взрослых, которое может перерасти в хроническую ревность, детская ревность является чувст-

вом проходящим. Достаточно лишь уделить ребенку достаточное количество внимания и показать ему насколько важное место он занимает в вашей жизни.

Наиболее часто в детской психологии встречаются следующие варианты детской ревности:

Старший ребенок ревнует к младшему

Это наиболее типичная ситуация, которая вполне объяснима. Когда в семье появляется второй ребенок, то первый начинает замечать, что ему достается меньше внимания и, как ему кажется, меньше любви от его родителей. Однако то, что очевидно для взрослых – маленькие дети требуют особого ухода и заботы, поскольку они не самостоятельны – далеко не всегда ясно детям. В результате стар-

ший ребенок становится капризным, необщительным, старается привлечь к себе внимание нестандартным поведением и поступками.

Заметив, что ваш старший ребенок ревнует к младшему, постарайтесь поговорить с ним. Объясните ему, что его маленький брат или сестра еще слишком мал и поэтому вы проводите с ним больше времени, чем с ним. Предложите старшему вместе ухаживать за малышом, убедите его в том, что вам необходима его помощь.

Как только старший ребенок получит ту порцию любви и внимания, которой ему не хватало, детская ревность отступит.

Ребенок ревнует маму к папе

Такая ситуация встречается у детей в возрасте от полутора до

трех лет. Дети в таком возрасте все время привыкли находиться рядом с мамой (при условии, что ребенок не ходит в сад).

В этот период у них возникает чувство, что их мама принадлежит только им, поэтому вполне естественно, если ребенок ревнует к мужчине.

Как правило, вспышки ревности возникают у детей, когда они видят, как папа с мамой обнимаются сидя на диване. Ребенок начинает отталкивать папу и звать куда-то маму без видимой на то причины. Психологи в таких случаях советуют не дать ребенку закатить истерику, подхватить его на диван и вместе поиграть с ним, пошутить.

Если вы чувствуете, что вы не справляетесь с детской ревностью и не знаете, что делать, если ребенок ревнует к другим детям или одному из родителей, рекомендуем вам обратиться за помощью к детскому психологу. Он поможет разобраться вам в проблемах детской ревности и подскажет, как поступать в различных ситуациях.

**МАМА
и МАЛЫШ**

УЧРЕДИТЕЛЬ –
Николаевский местный
благотворительный фонд «Юнитус».
ИЗДАТЕЛЬ – НМБФ «Юнитус».

Координатор проекта
и редактор – Н. ОПОЛИНСКАЯ.

Свидетельство о регистрации МК № 490
Управления по делам прессы и информации
Николаевской облгосадминистрации
от 1 декабря 2005 года.

Адрес редакции:
г. Николаев, ул. Потемкинская, 138.
Тел. (0512) 72-02-27, e-mail: unitus@mail.ru.

Газета отпечатана офсетным
способом в Николаевской
областной типографии
(ул. Парижской Коммуны, 3).

Объем 1 условный печатный лист.

Тираж 10000.

Заказ №



ЮНИТУС

Данное издание подготовлено к печати Николаевским местным благотворительным фондом «Юнитус» в рамках проекта «Профилактика ВИЧ-инфекции, ИПП, вирусных гепатитов среди групп риска Николаевщины».

Продукция издана при финансовой под-



Міжнародний Альянс з ВІЛ/СНІД в Україні

держке МБФ «Міжнародний Альянс з ВІЧ/СПІД в Україні» в рамках реалізації програми «Побудова стійкої системи надання комплексних послуг по профілактиці ВІЧ, ліченню, уходу і підтримці для груп ризику і ЛЖВ в Україні».

Изложенные здесь мнения и точки зрения являются мнениями и точками зрения организации, издавшей данную продукцию, и не могут рассматриваться как мнения или точки зрения МБФ «Міжнародний Альянс з ВІЧ/СПІД в Україні».