

Если ребенок спит с родителями



Во многих семьях после рождения долгожданного первенца весь привычный семейный уклад меняется. Появился новый член семьи, а вместе с ним и новшества. Часто ребенок спит с родителями в одной кровати. Бывает, что спит с мамой или папой, а другой родитель – отдельно. Как же быть? Правильно ли это?

По поводу того, что ребенок спит с родителями в родительской постели, и сегодня ведутся многочисленные споры: кто-то считает, что это вредно. Другие наоборот считают, что это помогает сохранить близкий контакт между ребенком и мамой или папой.

Ребенок провел целых девять месяцев вместе с мамой, так зачем же сразу после рождения изменять его ощущения?

Но все же рано или поздно наступает время, когда пора отучать ребенка спать с родителями. Это должно проходить между вторым и третьим годами крохи. В это время у детей начинается кризис самостоятельности и можно без особых усилий разъехаться по разным кроватям.

- Купите вместе с ребенком его новую кроватку, а также постельное белье, удобные и мягкие подушку и одеяло.
- Укладывайте ребенка спать с любимой мягкой игрушкой.
- Используйте дневной сон – укладывайте спать днем отдельно в свою новую красивую кроватку.
- Можно подставить детскую кровать вплотную к родительской и каждый день немного отодвигать, так будет разлука с мамой постепенной и менее болезненной.

Как отучить ребенка спать с родителями...

Давно доказано, что поначалу ребенку полезно засыпать рядом с матерью, чувствовать ее тепло, сердцебиение. Это успокаивает младенца и дает ему чувство защищенности. К тому же постоянный тактильный контакт с матерью способствует скорейшему развитию малыша, в том числе и в интеллектуальном плане.

Однако постоянное нахождение ребенка в родительской постели может создавать проблемы интимного плана между супругами, поэтому матери приходится принимать решение и каким-то образом отучать ребенка спать с родителями.

Отучение должно быть постепенным, поэтому будьте тверды в своем решении. Многие поступают таким образом: ставят кроватку крохи рядом со своей. Если ночью он проснется, станет возиться или плакать, то у матери будет возможность погладить его, поговорить с ним ласково, так, чтобы ребенок почувствовал, что мама рядом и снова заснул. С каждым разом ставьте детскую кроватку чуть подальше от вашей.

Другой вариант дистанцироваться во время сна – положить большую мягкую игрушку между вами и ребенком, если он спит в вашей кровати. Пусть привыкает к тому, что вы находитесь где-то поблизости, но не обязательно под боком. Некоторые родители боятся придавить ребенка ночью. У матери всегда включен внутренний «надзиратель», то есть она дает себе установку на то, что рядом малыш, что дает ей возможность даже во сне чувствовать ребенка.

В период приучения ребенка к своей кроватке, может разыгаться сильная фантазия, благодаря которой крохе видятся различные страшные звери или чудовища в бликах на стене. Поэтому будьте готовы к тому, что ребенок не раз за ночь может прибежать к вам.

Следует отвести его обратно, успокоив словами, погладив по головке, укрыв одеялом. Запаситесь терпением, возможно, вам придется в течение нескольких ночей вставать. Но постепенно ребенок привыкнет к тому, что ему нужно спать в своей кроватке и перестанет пробуждаться ночью.

На сегодняшний день нет единого рецепта для всех родителей и детей, так как каждый случай индивидуален. Рано или поздно дети начинают стремиться к самостоятельности и сами решают спать отдельно. Как правило, в этот период малыш по любому поводу говорит "я сам". Поэтому теперь он вполне может блаженно засыпать со своей любимой игрушкой.



