

Что делать, если ребенок кусается: советы психолога.

Наши детки пробуют мир на вкус. И это правда, ведь рот, язык, имеющиеся на нем рецепторы – первые инструменты малыша, с помощью которых он узнает, как устроена жизнь. Именно поэтому крохи так любят тащить в рот все, что плохо лежит – от своих игрушек до взрослых предметов - очков, ключей и даже денег. Эту стадию развития проходят все без исключения. Но у многих ребят в определенном возрасте появляется еще одна неприятная привычка — кусаться или щипать окружающих. **Малыш может покусать других детей на площадке или в детском саду, очень больно ущипнуть родственников или гостей, которые пришли в дом.** Родителям стыдно, уговоры на ребенка не действуют. Что же делать в этой ситуации? Как отучить чадо пускать в ход ногти и зубы?

Почему он это делает?

Для начала нужно понять, почему ребенок поступает именно так.

1. **Эмоциональные проблемы.** Примерно с 1 года чадо кусается вполне преднамеренно. Дело в том, что словарный запас крохи еще крайне мал, а чувств и эмоций хочется выразить не меньше, чем взрослому. Особенно в периоды стресса, ярких впечатлений. Поэтому малыш не находит другого выхода, как прибегнуть к привычному с рождения инструменту контакта с миром – рту.
2. **Поведенческие особенности.** С полутора до 3-х лет малыш может кусаться из-за сильных стрессовых ситуаций. Типичный пример – смена обстановки, когда ребенок начинает посещать детский сад. Он испытывает на прочность границы разумного и допустимого и стремится держать ситуацию под контролем. Нередко он кусается в садике, потому что именно так пытается установить лидерство в коллективе ровесников.
3. **Психическое заболевание.** Говорить о возможном наличии психиатрического диагноза можно только если ребенок продолжает кусаться в 4 года, 5 лет, в 6-7 летнем возрасте. В этом случае необходима консультация врача- психоневролога.

Итак, кто же склонен кусаться?

- **Дети – подражатели.** Ребята, которым нравится копировать поведение окружающих. Кусаясь, они могут повторять действия кого-то из группы в детском саду или даже копировать манеры живущего у вас в доме щенка или котенка.

- **Излишне эмоциональные дети.** Мальчики и девочки, которых переполняют чувства, но из-за недостаточной зрелости эмоциональной сферы они просто не могут выразить их как-то иначе.
- **Дети, которым не хватает внимания и любви.** В попытке обратить на себя внимание, такие ребята нередко начинают кусаться и щипать. Причем, если рядом нет никого пригодного для этих действий, то нередко такой малыш кусает себя за руку сам.
- **Агрессивные дети.** Если к 3 годам привычка кусаться не исчезла, несмотря на все старания родителей и воспитателей, это может говорить об отклонениях в развитии личности ребенка. У него высокий уровень агрессии. Требуется обязательная консультация врача, а затем – неукоснительное соблюдение комплекса корректирующих мер.
- **Дети с дефектами жевательных мышц.** Непреодолимая тяга кусаться наблюдается у ребят со слабостью жевательных мышц. Такие малыши долго не могут расстаться с соской-пустышкой, а к 2 годам переключаются на другие объекты, но уже пускают в ход зубы.
- **Дети из «семей группы риска».** Если в семье крик, брань, ссоры — явление нормальное и привычное, то малыш старается подсознательно «убежать» из такого «райского местечка». Он испытывает обиду, недоумение, страх, а часто и ненависть. Кусаться может начать в качестве защиты, не умея распознать свои чувства и найти им адекватный выход.

Избалованные дети. Они привыкли, что любая выходка сходит с рук, так почему бы не кусаться?

Дети, которым все запрещают. Если дома и то нельзя, и это нельзя, и вообще слово «нельзя» звучит чаще других, дети начинают протестовать. Кусаясь и щипая других, они как бы пытаются вырваться из слишком жестких рамок, установленных им извне.

Дети, которым не хватает физической активности. Если двигаться получается меньше, чем хочется, то потребность кусаться становится частично физиологической.

Дети, которым просто нравится кусаться.

Как бороться?

Эмоциональным детям нужно планомерно каждый день «вкладывать в голову» мысль о том, что чувства можно и нужно проговаривать. Пусть с самого раннего возраста учится выражать свои эмоции словами: «Мне страшно», «Мне обидно», «Мне нравится эта игрушка, потому что она...», «Мне не хочется идти в гости, потому что...».

Если у ребенка слабые жевательные мышцы, и кусается он, как говорится, не со зла, справиться с ситуацией поможет употребление твердой пищи – чаще давайте малышу погрызть яблоко, сырую морковь, капустную кочерыжку.

Отличное упражнение для жевательных мышц — надувание воздушных шариков и мыльных пузырей.

С детьми из так называемых «конфликтных» семей желательно поработать психологу. И, конечно, важно устранить все негативные факторы, которые заставляют малыша переживать стресс и копить агрессию.

Когда обращаться за помощью к специалистам?

На этот вопрос каждый родитель должен найти ответ сам, но вас должно насторожить «кусачее» поведение ребенка, если ему уже более трех лет, если недавно в семье и в садике произошла неприятная ситуация, которая произвела сильное травмирующее впечатление на психику малыша. **К врачу стоит обратиться и в том случае, если кроме повышенной «кусачести» и «щипачести» у ребенка наблюдаются другие странности в поведении.** Например, малыш начал проявлять агрессию и жестокость по отношению к своим игрушкам (кидает, преднамеренно ломает), животным (издевается), малыш почти не может сосредоточиться на чем-либо, плохо спит по ночам. Все эти признаки могут указывать на наличие психического отклонения.

Советы психолога

Часто можно услышать такой совет «А укусите его в ответ. Пусть прочувствует!». Делать этого категорически нельзя. Во-первых, малыш может воспринять это как игру, и начать кусаться с удвоенной силой. А во-вторых, он же берет со взрослых пример, и если маме можно кусаться, то почему же нельзя и крохе?

Задача родителей - как можно быстрее начать пресекать укусы и щипки со стороны ребенка. Для деток более осмысленных, нежели груднички, подойдет метод «Контакт глаза-в-глаза». Присядьте на корточки, чтобы ваши глаза оказались на уровне глаз малыша. Установите зрительный контакт и твердо, но без злобы, скажите чаду: «Так. Делать. Нельзя. Никогда. Ни с кем.» Если малыш попробует кусаться снова, просто лишите его зрительного контакта. Не смотрите на него, как бы он не старался обратить на себя внимание, покажите, что вам неприятно общаться с кусакой.

Если ребенок освоил искусство манипуляции (обычно это происходит в 1,5–2 года) и шантажирует родителей с помощью укусов, пресекайте подобное на корню. С маленьким террористом не стоит вступать в договорные отношения.

Впечатлительным детям будет не очень приятно, если в момент укуса мы громко вскрикнем. Добейтесь, чтобы они потом сами же пожалели вас,

потому что вам больно. Не стесняйтесь описывать малышу свои неприятные ощущения, связанные с укусом или щипком.

Если кроха дома – ангел во плоти, а в детском саду прекращается в забияку и кусается, поговорите с его воспитателями. Донесите до них, что малыша не нужно наказывать публично – ставить в угол перед всей группой, громко ругать. Такие действия обычно имеют обратный результат – малыш начнет кусаться еще сильнее и чаще, и делать это будет, чтобы вернуть себе авторитет в коллективе, а заодно выразить протест.

Ругая малыша дома, помните, что осуждать вы должны только поступок ребенка, а не его самого. Как бы вас ни переполняли негативные эмоции, не допускайте веских и обидных слов, не говорите, что ребенок плохой, вредный, злой. Он у вас — самый лучший, а вот его привычка кусаться — действительно плохая и вредная.

Самая частая причина, по которой ребенок кусается и щиплется,— накопление внутренней агрессии. Научите ребенка давай ей выход.

Для этого поиграйте в ролевые игры. Разыграйте дома сценку на тему «Как я поведу себя, если у меня в садике отобрали игрушку» или «Что я сделаю, если другие дети не берут меня с собой играть?». Пусть ребенок воспроизводит сложные для себя ситуации, и «отыгрывает» другие возможные решения проблемы, которую он уже пробовал «на вкус».