

Консультация для родителей Ребенок спит с родителями



2020г.

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?

Итак, если **ребенок спит с родителями** в вашей семье, вас, наверное, тоже интересует этот вопрос. По поводу того, что ребенок спит с родителями в родительской постели, и сегодня ведутся многочисленные споры: кто-то считает из врачей и психологов, что это вредно. Другие наоборот считают, что это помогает сохранить близкий контакт между ребенком и мамой или папой. Поэтому если ребенок спит с родителями в вашей семье и это никак не напрягает вас, то спите, а если волнуетесь по этому вопросу, читайте далее.

Ребенок провел целых девять месяцев вместе с мамой, так зачем же сразу после рождения изменять его ощущения? Кормящие мамы знают, что если ребенок рядом, это способствует выделению грудного молока, и кроха может когда захочет и сколько захочет покушать рядом с мамой. Есть мнение, что если ребенок спит с родителями, он легче и быстрее засыпает, спокойнее спит, меньше чем другие боится темноты.

Но все же рано или поздно наступает время, когда пора отучать ребенка спать с родителями. По моему мнению, 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.

Помните, что больше в Вашей жизни не будет такого тесного контакта, так что если не получается, может нужно подождать?

Как отучить ребенка спать с родителями

На самом деле это частое явление, когда ребенок спит с родителями. Мало кто из матерей непреклонно оставляет грудного ребенка на все время сна в своей кроватке и ни под каким предлогом не берет его с собой. Но правильно ли это? Ведь давно доказано, что поначалу (по крайней мере, в период грудного вскармливания) ребенку полезно засыпать рядом с матерью, чувствовать ее тепло, сердцебиение. Это успокаивает младенца и дает ему чувство защищенности, в то же время решается проблема кормления в ночное время, так как кроха в любой момент может припасть к груди, и сон матери будет более длительным. 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. Ребенку, несомненно, комфортно спать между ними, но в какой-то момент чаще всего отцы не выдерживают такого положения, поэтому матери приходится принимать решение и каким-то образом отучать ребенка спать с родителями.

Отучение должно быть постепенным, но если уж вы взяли курс на приучение малыша ко сну в своей кроватке, то 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. Но здесь действует чувство грани, благодаря которому люди не падают, спя на диване или на полке в поезде. У матери также всегда включен внутренний «надзиратель», то есть она дает себе установку на то, что рядом малыш, что дает ей возможность даже во сне чувствовать ребенка.

Что касается оптимального возраста отучения ребенка от сна в родительской постели, то этот период приходится на два-три года. Однако в этом возрасте у ребенка сильно развита 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 головушке, 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. Даже если психологи против, но вас несколько не смущает, что ребенок спит рядом, отпустите ситуацию. 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.

Случается, что ребенок спит с родителями и до пяти лет. Конечно, это не есть хорошо для сексуальных отношений между супругами, но если они оба не выражают особого сопротивления, почему бы нет. Дети, которые часто находятся в тактильном контакте с родителями, более спокойны, лучше развиваются в физическом плане, меньше подвержены страхам. Так что здесь уже сами решайте, какой вариант будет приемлем в вашем случае.