

### Советы для гостей

- Не говорите с малышом громким голосом, не приближайтесь к нему резко.-Не пытайтесь взять на руки, пока он к вам не привыкнет.

**«Я УСТАЛ!»**Некоторые малыши могут плакать вечером в одно и то же время и без видимого повода. В таких случаях возможная причина крика – накопившееся за весь день нервное напряжение. Ведь плач ребёнка – это не только сигнал о неблагополучии, но ещё и эмоциональная разрядка, помогающая противостоять стрессам.

*Что делать.* – Возьмите ребёнка на руки, прижмите к себе покрепче, походите с ним по комнате. На ваших руках малыш почувствует себя и успокоится.- яркий свет и громкая музыка – не для детской комнаты. Не включайте при крохе телевизор и компьютер. Дольше гуляйте на свежем воздухе.-Спойте ребёнку песенку и включите мелодичную музыку. Можно приложить кроху к груди или дать ему пустышку.

**ВАШЕ ПЛОХОЕ НАСТРОЕНИЕ** Ребёнок очень восприимчив к настроению взрослых. Создайте в семье благоприятную психологическую атмосферу, и вы увидите, что малыш станет меньше капризничать. Раздражительность, тревожность, неудовольствие – не для вашего крохи. Прежде чем подойти к плачущему ребёнку, успокойтесь сами, если вы раздражены.

*Не волнуйтесь: вы сами не заметите, как станете опытной мамой, и на слова «Как ловко у тебя всё получается!» С улыбкой ответите: «Это же так просто!»*



## Памятка для родителей

### Почему малыш плачет и как ему помочь



Составитель: Педагог-психолог Полухина Е.А.

г. Катайск, 2020 год

*Как понять, почему плачет недавно родившийся ребенок? Срочно вызывать врача или удастся справиться своими силами? Давайте разберёмся вместе: Почему малыши плачат и как ему помочь.*

#### **«Я ЕСТЬ ХОЧУ!»**

Малыш кричит громко, требовательно, настойчиво. «Голодный» крик обычно сопровождается поисковым рефлексом. *Что делать.* Накормить кроху, даже если время кормления ещё не подошло.

**«МНЕ ХОЛОДНО!»** При переохлаждении крик пронзительный, малыш активно двигает ручками и ножками (они прохладные на ощупь), может начать икать.

*Что делать.* Надеть шапочку или чепчик, рукавички. Можно накрыть одеяльцем или запеленать с ручками.

**«У МЕНЯ ЖИВОТ БОЛИТ!»** В первые три месяца нередкая причина плача – кишечные колики. Иногда они беспокоят во время кормления. Крик громкий, пронзительный, малыш стучит ножками и отказывается от груди. *Что делать.* 1.Прервите кормление, подержите ребёнка «столбиком», чтобы он срыгнул воздух. 2.Можно положить на животик тёплую грелку или тёплую пелёнку.3.Сделайте лёгкий массаж живота, поглаживая его рукой почасовой стрелки.4.Если все эти способы не помогают, воспользуйтесь газоотводной трубкой. Смажьте её кончик детским маслом и вставьте малышу в задний проход.5.Посоветуйтесь с врачом: он пропишет препарат, который облегчит колики.

**«Я МОКРЫЙ!»** Ребёнку совсем не нравится быть неопрятным!

Помните: даже одноразовый подгузник может протекать, а увеличившись в объёме, он становится весь неудобным. *Что делать.* Разденьте и подмойте кроху.. поменяйте пелёнки и подгузник и накройте малыша одеялом.

**ТУГОЕ ПЕЛЕНАНИЕ ИЛИ НЕУДОБНАЯ ОДЕЖДА** Малыш похныкивает, плачет, пытается поменять положение. *Что делать.* – Распеленайте малыша. -Переоденьте ребёнка, чтобы он свободно мог двигать ручками и ножками.

**«Я ХОЧУ ОБЩАТЬСЯ, МНЕ СКУЧНО!»** Малыш хочет привлечь ваше внимание и пообщаться с вами. Такой плач называется «плачем от скуки». *Что делать.* – Возьмите кроху на руки, прижмите его к себе. Скажите о том, что он для вас самый любимый и хороший. - Разговаривайте с ребёнком во время бодрствования, пеленания, купания, занятия массажем и гимнастикой. Комментируйте свои действия. Разговаривая с крохой, слегка растягивайте гласные, делайте паузы, меняйте интонацию.

- Отвлеките внимание малыша. Покажите ему любимую игрушку.- Берите малыша на руки, ласкайте и целуйте его, разговаривайте с ним. Поглаживайте ребёнка по головке: такая ласка успокаивает младенцев.

**«МНЕ ЖАРКО!»** При перегревании ребёнок лежит с раскинутыми ручками и ножками, кожа его краснеет, волосы на голове мокрые, тельце горячее на ощупь, может появиться потница. *Что делать.* Снимите с малыша лишнюю одежду, включая одноразовые подгузники. Переодев малыша, возьмите его на руки и покачайте.

**«Я ТЕБЯ НЕ ЗНАЮ, Я ТЕБЯ БОЮСЬ!»** Со временем ребёнок начинает различать близких ему людей, но может заплакать, испугавшись незнакомого человека.