

## «Когда малыш кусается в детском саду...»

Детский сад для ребенка – это первое серьезное испытание в жизни, первая ступень к взрослой жизни. Здесь он учится жить в коллективе, знакомится со сверстниками, познает навыки социального поведения. Однако есть дети, которым времяпрепровождение в детском саду дается с трудом. Одним из самых странных и обидных проявлений этого некомфортного поведения является привычка кусаться. «Кусачесть» нередко начинает проявляться еще дома, а в условиях детского садика достигает своего «апогея».

Для начала нужно понять, почему ребенок поступает именно так.

1. **Физиологическая потребность кусаться.** Наблюдается у детей в возрасте от 5 месяцев. Желание кусать и грызть вполне объяснимо – режутся зубки, чешутся и набухают десны, у крохи нет другого выхода, как тащить все в рот и прикусывать как можно сильнее. Это инстинктивное желание. Ребенок не отдает себе отчета в том, что он делает. Обычно «пик» зубных страданий длится до 9–11 месяцев.
2. **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.
3. **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.
4. **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.

### Что делать родителям?

Если ребёнок кусается в детском саду, то прежде всего нужно осознать — проблема есть. Не стоит ждать, пока ребёнок «перерастёт» и все наладится без вашего участия. Чем раньше вы начнёте принимать меры, тем быстрее и легче ребёнок справится с ситуацией. Предлагаем пять простых шагов, которые помогут вам преодолеть «кусачий кризис».

#### Шаг 1. Изучайте

Понаблюдайте, в каких ситуациях ребёнок кусается дома. Кусает ли он членов семьи или других детей во время совместной игры? В какие моменты это происходит? Возможно, ребёнок ведёт себя так не со всеми? Есть ли человек, которого ребёнок не кусает ни при каких обстоятельствах? Как строятся их отношения? Эти наблюдения очень пригодятся вам при определении причин «кусачести».

#### Шаг 2. Ищите причину

В зависимости от ваших наблюдений сформируется одна или несколько причин. Допустим, ребёнок кусается, когда:

- выражает негативные (гнев, обиду, раздражение) или позитивные (радость, нежность) эмоции. Не нужно заставлять ребёнка подавлять столь сильные чувства. Научите его правильно и безобидно их выражать. Покажите допустимые и приемлемые способы выплеснуть энергию. Малыш разозлился? Пусть топает ногами, кричит или бьёт подушку. Ребёнок кусается в приступе нежности? Поцелуйте, обнимите его в ответ;
- не может выразить свои чувства словами. Если ребёнок ещё маленький, научите его выражать свои потребности и эмоции жестами. В возрасте от двух лет на помощь приходят ролевые и сюжетные игры. Моделируйте игру в зависимости от ситуации. Например, у ребёнка забрали игрушку, в ответ он укусил обидчика. Проиграйте этот сюжет и научите ребёнка говорить «Нет!» вместо того, чтобы кусаться. Через некоторое время эта модель поведения закрепится в сознании малыша;
- воспринимает укусы как элемент игры. Возможно, вы сами провоцируете его? Во время качания на качелях, догонялок или игры в «гуси-лебеди» вы делаете вид, что кусаете ручку или ножку? Ребёнок очень быстро перенимает такое поведение и переносит эти элементы в игры со сверстниками. Пересмотрите совместные активные игры с малышом и не кусайте его даже в шутку;
- привлекает внимание взрослых. В этом случае малыш будет рад любому вниманию, даже наказанию за плохое поведение. Ваша задача — подарить ему максимум тепла и нежности. Рассказывайте ему о своей любви. Играйте, читайте книжки, лепите из пластилина, гуляйте. И почаще хвалите! Ребенок должен чувствовать вашу заботу и любовь;
- привыкает к новой обстановке в садике. Если проблема проявилась при адаптации, необходимо снизить градус психологической нагрузки. Попробуйте забирать его пораньше, чтобы сократить контакт ребёнка с раздражающими факторами. Обеспечьте ему спокойное времяпрепровождение в кругу семьи. Организуйте для него дома дополнительное пространство: тихое место, где малыш сможет при желании побыть один;

### Шаг 3. Помогите малышу осознать причину

«Ты расстроился, поэтому укусил меня», «Ты рассердился, что Максим не поделился с тобой игрушками». Когда вы начинаете проговаривать проблему вслух, ребёнок сам начинает её осознавать. Объясните малышу, что именно он чувствует в данный момент. Потом он научится сам говорить о своих переживаниях, и потребность в кусании пропадет.

### Шаг 4. Следите за своей реакцией

Не улыбайтесь, не умиляйтесь и не игнорируйте, если ребёнок кусается. Прикройте его рот рукой, установите контакт глаза-в-глаза и чётко, без агрессии, скажите: «Так делать нельзя никогда и ни с кем». Если малыш не слушает и пробует снова укусить, лишите его зрительного контакта. Не обращайтесь к нему и покажите, что сейчас вам неприятно с ним общаться.

В следующий раз, когда ребёнок попробует вас укусить, нарочно громким и резким голосом вскрикните или скажите: «Мне больно!». На впечатлительных детей это производит хороший эффект.

## Шаг 5. Выступайте единым фронтом и будьте последовательны

При агрессивных действиях со стороны ребёнка защищайте других членов семьи. Например, мальчик укусил сестру. Папа должен сказать: «Нельзя кусать мою дочку!». Вся семья и воспитатели в садике должны придерживаться единой линии поведения. Недопустимо сегодня разрешать топтать ногами и кричать вместо кусания, а завтра за это же наказывать ребёнка.

### Как может помочь воспитатель

Педагог должен понимать, что маленький «кусака» — не агрессор, а скорее заложник ситуации. Если ребёнок в саду кусается, то воспитатель должен знать, что делать.

Поделитесь с воспитателем своими наблюдениями. Посоветуйте, какой способ подходит именно вашему ребёнку, ведь никто не знает его лучше вас. Мудрый педагог обязательно прислушается и пойдёт на встречу. Вот чем может помочь воспитатель, чтобы решить проблему как можно быстрее:

#### ✓ Разнообразить игры

Если ребёнок склонен к проявлению агрессии, педагог может организовать наиболее экологичный способ для ее высвобождения. Например, обеспечить ребёнку больше двигательной активности или разрешить кричать (как вариант — устроить соревнование по пisku, крику или громкому пению).

#### ✓ Контролировать ситуацию

Воспитатель должен следить за поведением ребёнка и предотвращать конфликтные ситуации. Обычно «кусака» выбирает нескольких детей в качестве жертв. Необходимо научить их правильно реагировать и не давать себя укусить.

#### ✓ Хвалить

В ситуации, когда малыш уже собрался по привычке укусить оппонента, но вовремя одумался. Воспитатель обязательно должен подчеркнуть, какой он молодец, и проявить радость, что ребёнок поступил именно так.

#### ✓ Рассказывать сказки

Сказкотерапия — мощный и очень доступный инструмент воздействия. Попросите воспитателя рассказать о мальчике, девочке или животном, с которыми никто не хотел дружить, потому что они кусались. На примере ребёнку будет проще понять, что проявлять свои чувства через агрессию недопустимо.

### Когда нужно обратиться к психологу

**Кусание в возрасте до трёх лет** — довольно частое и обычное явление. Но в 4-5 лет — это уже повод задуматься. Если вы испробовали все средства, но не смогли избавить ребёнка от привычки кусаться, требуется консультация специалиста.

Сходите на приём к психологу, если ваш ребёнок:

- кусается часто и сильно, оставляя ощутимые травмы;
- не реагирует на замечания взрослых;
- использует зубы как средство достижения цели любыми путями;
- проявляет жестокость по отношению к игрушкам или животным;
- не может сосредоточить внимание на чём-то одном;
- плохо спит.

Эти признаки говорят о сильном психологическом дискомфорте ребёнка. Грамотный специалист подскажет, как помочь малышу в этой ситуации.

Если ребёнок кусается в садике, то чтобы избавиться от вредной привычки, требуется некоторое время. Проявите терпение и помните: вы обязательно справитесь с проблемой, если будете действовать мудро и последовательно.