

# Консультация для родителей

## «Если ребёнок кусается...»

Подготовила педагог-психолог Маркова Г.Н.  
06.03.2024г.

Ребенок кусается: почему это происходит и что с этим делать? Причины того, что ребенок кусается, могут быть разнообразны. Для того чтобы ребенка отучить кусаться, необходимо понаблюдать, в каких именно случаях ребёнок кусается, по возможности предвидеть и предотвращать болезненные и конфликтные ситуации. 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. Подавляющее большинство случаев агрессии в этот период приписывают стремлению ребенка выразить таким способом свои эмоции, психика ребёнка достаточно сложна, чтобы чувствовать самое разное, поэтому он и ищет средства донести свои чувства до родителей...

**Поведенческие особенности.** 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.

- находится в состоянии чрезмерного перевозбуждения, усталости или дискомфорта (например, ему жарко или он голоден);
- защищает свою игрушку или оберегает свою (по его разумению) территорию;
- хочет что-то получить и не знает, как это сделать по-другому;
- еще не умеет сочувствовать другим людям;
- пытается привлечь к себе внимание, которого ему не хватает;
- слишком строго (физически) наказывается родителями.

Обычно дети отвыкают от привычки кусаться в возрасте трех-четырёх лет, когда улучшается их речь, и они могут нормально словами общаться с окружающими.

**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 так называемых «семей группы риска».** Если в семье крик, брань, ссоры — явление нормальное и привычное, то малыш старается подсознательно «убежать». 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 всё запрещают.** Если дома и то нельзя, и это нельзя, и вообще слово «нельзя» звучит чаще других, дети начинают протестовать. Кусая 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? Способ борьбы с вредной и травмоопасной привычкой напрямую зависит от причин, по которым ребенок начал кусаться.

Для ребят постарше неплохо будет увеличить физическую активность. Займитесь зарядкой, гимнастикой. Эмоциональным детям нужно каждый день напоминать о том, что чувства можно и нужно проговаривать. Пусть ребёнок 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. Отличное упражнение для жевательных мышц — надувание воздушных шариков и мыльных пузырей.

И, конечно, важно устранить все негативные факторы, которые заставляют малыша переживать стресс и копить агрессию. Родителей должно насторожить «кусачее» поведение ребенка, если ему уже более трех лет, если недавно с ним (в семье, в садике, на площадке, в кружке и т.д.) произошла неприятная ситуация, которая произвела сильное травмирующее впечатление на психику малыша. К врачу стоит обратиться и в том случае, если кроме повышенной «кусачести» у ребенка наблюдаются другие проблемы в поведении. Например, малыш начал проявлять агрессию и жестокость по отношению к своим игрушкам (кидает, преднамеренно ломает), животным (издевается), к себе. Поведение взрослого-подойдите к ребенку, присядьте так, чтобы ваши лица оказались на одном уровне и посмотрите ему прямо в глаза. Скажите ему примерно следующее: «Это неправильно. Пожалуйста, не делай так больше». Каждый раз, когда взрослый видит, что ребенок приближается к другому ребёнку или ко взрослому с определённой и ясно видимой целью укусить, как можно быстрее приложить ладонь ко рту ребёнка, создавая физическую преграду и предотвращая укус. При

этом нужно сказать, решительно и строго "кусаться нельзя!". На 10-й или 20-й раз эта реакция взрослого обязательно будет воспринята ребёнком, особенно, если все окружающие будут реагировать таким образом. Не следует кусать ребенка в ответ, иначе у него закрепится понимание того, что именно так и следует защищаться, отстаивать свое мнение. Нельзя кричать или бить ребенка. Кого-либо, кусая, ребенка переполняет чувство злости. Он не способен осознавать то, что он делает. Наказывая, Вы продемонстрируете ему отрицательные образцы поведения. Приказывая ребенку, не дав ему успокоиться, вы спровоцируете у него еще большую вспышку ярости. Помните, остановленные агрессивные действия ребенка, могут привести к тому, что не выплеснувшиеся негативные эмоции, останутся в ребенке и рано ли поздно проявят себя, найдут выход. Помогите ребенку научиться выражать свои чувства словами. *Б*

Рекомендуется, отыграть с ребенком ролевую игру. Изготовьте вместе с ребенком из старой варежки перчаточную куклу-кусаку. Сочините сказку про то, как вел себя кусака и к чему это привело. Озвучивайте и персонажей, которые являются наблюдателями «Наверное, не стоит с ним общаться». А теперь пусть ребенок станет «жертвой», испробует разные способы защиты от кусания (уход, обида, ответная агрессия). Правильная тактика: научить проговаривать те чувства, которые испытывают персонажи, перевести конфликт в конструктивный диалог.

Для детей старше 3 лет, которые все еще продолжают кусаться, можно применить технику тайм-аутов. Тайм-ауты лучше всего срабатывают с детьми, которые знают, зачем используют эту технику. Ребенку полагается побыть пять минут и подумать: «Ты еще маленький и иногда не можешь остановиться. Но очень скоро ты поймешь, как плохо быть одному». Цель изоляции, наказания ребенка заключается в следующем: он должен постепенно учиться понимать, что любой поступок, а тем более, плохой, имеет свои последствия. Тайм-аут не только продемонстрирует ребенку то, что он переполнил чашу вашего терпения или нарушил важное правило, он продемонстрирует, собственно, где лежит граница дозволенного.

**Техника Тайм-аута** не обязательно подразумевает под собой перемещение в другую комнату, иногда достаточно вывести ребенка из игровой зоны в комнате. Если вы все-таки увели ребенка в другую комнату, убедитесь, что в ней находится минимальное количество раздражителей, которые будут его отвлекать от обдумывания своего поведения. Попад в комнату полную игрушек или в комнату с включенным телевизором, ребенок будет отвлекаться и это сведет на нет все ваши воспитательные действия. Ребенку должно быть скучно, первостепенная цель — обдумывание своих поступков и проступков. Приучайте ребенка к ласковым действиям во время игр. Хвалите, если ребенок играет мирно. Детям с пониженной тактильной чувствительностью в ротовой полости обязательно нужно вводить в ежедневный рацион питания твердые виды пищи (морковь, яблоко), то есть пищу, которую необходимо прожёвывать. Рекомендуется учить ребёнка пускать мыльные пузыри, надувать воздушные шары, играть на губной гармошке или на дудочке и, насколько хватит у взрослых фантазии, выполнять упражнения для укрепления мышц ротовой полости. Благоприятное влияние оказывают игры с водой, песком, глиной;

включите в режим дня релаксацию под приятную музыку, а также достаточную физическую нагрузку.

У детей двух-трехлетнего возраста пристрастие к укусам может проявиться уже как один из социальных навыков. Таким образом, ребенок старается ответить на обиды ровесникам - он не просто дерется, он царапается и кусается; или же привлечь к себе внимание взрослых. Во время активной игры со сверстниками укус может быть следствием перевозбуждения или стресса (у малыша забрали игрушку, помешали в игре, или игнорируют в кругу других детей). Если ваш ребенок начал кусаться, постарайтесь уделить ему больше внимания, и спокойно расскажите ему, как вам больно, неприятно и обидно от его укусов.

Более сложная ситуация может возникнуть, если ребенок кусается в детском коллективе. Зачастую воспитатель в группе не успевает уследить за маленькими «грызунами». Если на вашего ребенка часто поступают жалобы от воспитателей и других родителей - начните с беседы с ребенком. Постарайтесь выяснить причины такого его поведения. Постарайтесь на какое-то время сократить срок пребывания ребенка в садике, забирайте его с полудня, хотя бы несколько дней. Возможно, это резко сократит количество споров и ссор с другими детками, и стресс малыша развеется за счет большего по времени спокойного пребывания дома, с близкими. Бывает, что объектом укусов становится не застенчивый, а напротив слишком активный или агрессивный ребенок - в таком случае опять же постарайтесь выяснить, по какой причине малыш так провоцирует других деток. Что касается "ключевых слов", которыми может воспользоваться взрослый, чтобы прекратить нежелательное поведение ребенка, то вряд ли они существуют. Однако, если целенаправленно обучать детей владению словом, то кусание и правда пойдет на убыль. При систематическом обучении дети обычно неплохо осваивают умение называть свои чувства и причины недовольства. Пока же дети не умеют хорошо говорить, взрослым придется догадываться о возникновении дискомфорта и вовремя помогать малышам снижать напряжение, не доводя ситуацию до того, что они будут пытаться решать ее самостоятельно с помощью кусания.

### **Как отучить кусаться**

Никогда не смейтесь, если кто-то кусается или укушен.

Не кусайте своего ребенка в шутку. Он не поймет разницы между вашими нежными укусами и своими.

Учите своего ребенка другим способом получить то, что он хочет, например, вежливо попросить словами ли рукой.

Учите ребенка, как надо делиться. Например, делитесь с ним печеньем. Хвалите, если ребенок делиться с кем-то.

Учите ребенка играть с игрушкой по очереди с другими детьми или вместе. Хвалите, если он это делает на ваших глазах.

Приучайте его к ласковым действиям и во время игры. Например, покажите ему, как обнимать мишку, гладить котенка, любить куклу. Хвалите, если ребенок играет мирно. Если укус произошел. Помогите ребёнку понять и усвоить, что такая агрессивная форма общения и выражения эмоций является

недопустимой. Посмотрите кусаке в глаза и скажите строгим, недружелюбным голосом: "Не смей кусаться, это больно". Не пользуйтесь длинными сложными объяснениями - ребенок может не понять их. Проявите повышенное внимание к укушенному ребенку. Успокойте его. Дайте попить. Внимательно исследуйте место укуса. Если необходимо продезинфицируйте место укуса антисептиком. Можно наложить холодный компресс или повязку. Затем снова вернитесь к кусаке. Строго скажите, приложив ладонь к его рту, что нельзя кусать людей". Добавьте, "если ты хочешь кусаться, то можешь укусить резиновую игрушку, кольцо, подушку и т.п." и дать ему в руку один из указанных предметов. Скажите "этой игрушке не больно, а Катеньке очень больно, она плачет"

У более старшего ребенка можно спросить, почему он укусил: "Ты хотел играть с красным мячом? Нужно было попросить у Кати, подождать, пока она закончит играть. Или обратился бы ко мне, я бы тебе помогла" Разумеется, не следует наказывать ребёнка физически. Ведь наказывая, Вы продемонстрируете ему отрицательные образцы поведения.

Но можно на некоторое время изолировать кусаку от детей. Например, сказать: "Кусаться больно; это очень плохо, когда ты делаешь кому-нибудь больно. Вот теперь мы должны посидеть на стуле и подумать, почему же нельзя кусаться".

Кусание – это атавизм, врожденная реакция, свойственная всем детям. Поэтому родителям и воспитателям потребуется время, внимание и огромное терпение, чтобы ребенок изжил то, что заложено в него природой.

Вам потребуются **«ЧЕТЫРЕ ШАГА»**, чтобы прекратить кусание.

**Шаг 1.** Немедленно встаньте в оппозицию к агрессору.

Твердо выразите свое неодобрение «Нельзя кусать людей!» и быстро переключитесь на другую тему.

**Шаг 2.** Утешьте жертву и выразите ей свое сочувствие. Дети должны знать, что когда они кусаются, то причиняют другим людям боль. В присутствии ребенка направьте все внимание на жертву: "Я очень сожалею! Тебе, наверное, больно? Что я могу сделать, чтобы помочь тебе?" Таким образом, вы подадите своему ребенку пример выражения сочувствия. Если возможно, сделайте так, чтобы ребенок загладил свою вину. Он может промыть укушенному ребенку место укуса, предложить повязку или пластырь, нарисовать картинку в знак примирения, извиниться, предложить игрушку. Обязательно попросите прощения у родителей ребенка прямо на месте или позвоните им позже.

**Шаг 3.** Научите ребенка новому поведению вместо кусания

Дети часто кусаются потому, что им не хватает слов, чтобы выразить свои потребности или состояние фрустрации. Определите, в каком случае ребенку не хватает слов, и научите правильно реагировать на ситуацию, чтобы у него не возникало желания укусить. Потренируйте вместе новые навыки до тех пор, пока он не сможет использовать их самостоятельно.

**Шаг 4.** Лучшая мера — предугадать намерение укусить. Сначала наблюдайте, а затем немедленно действуйте.

**Список литературы:**

1. М.Борба. «Нет плохому поведению: 38 моделей проблемного поведения ребенка и как с ним бороться. М.: Вильямс, 2005