



### **Если ребёнок кусается**

*«Я просто в ужасе! Моя соседка сказала мне, что моя дочка покусала ее ребенка!»*

*«Когда мой сын расстроен, он кусает меня. У меня такое впечатление, что я воспитываю вампира!»*

*«В садике у моей дочки есть мальчик, который кусает других детей, когда злится. Что делать?»*

### **КОРОТКО О ГЛАВНОМ**

Дети обычно кусаются, потому что не знают, как выразить свою фрустрацию (фрустрация – психическое состояние, вызываемое невозможность удовлетворить некую потребность или желание. Состояние фрустрации сопровождается различными негативными переживаниями: раздражением, тревогой, разочарованием и т.д.).

Кусание – это одна из самых досадных и смущающих форм детского поведения. Утешением может служить тот факт, что такое поведение в большинстве случаев бывает временным и встречается намного чаще, чем вы думаете. Груднички и дети, начинающие ходить, кусаются для того, чтобы облегчить боль при прорезывании зубов, уменьшить болезненность десен, или же просто считают, что это игра. Дошкольники обычно кусаются потому, что еще не научились справляться со стрессом соответствующим образом или у не хватает словарного запаса для выражения своих чувств. Но какой бы ни была причина, такое поведение расстраивает всех окружающих, и если не принимать никаких мер, оно может долго продолжаться. Ваша задача – пресечь подобное поведение прежде, чем оно перерастет в привычку.

### **Четыре шага к прекращению кусания.**

**Шаг 1.** Немедленно встаньте в оппозицию к агрессору и примените к нему штрафные санкции.

Отреагируйте в тот момент, когда ребенок укусил вас. Если он еще не умеет говорить, озвучьте это поведение, чтобы он запомнил название: «Ты кусаешься!» Затем строго скажите: «Нельзя кусать людей!» Твердо выразите свое неодобрение и быстро переключитесь на другую тему. Что бы вам не советовали другие

родители, *не кусайте своего ребенка в ответ!* Это не поможет, и, кстати, таким образом вы дадите понять, что детям кусаться нельзя, а взрослым можно.

Если ваш ребенок часто кусает вас и остальных, срочно начинайте действовать. Установите для ребенка те или иные штрафные санкции, которые поддержат и другие люди, принимающие участие в воспитании ребенка. Это может быть ограничение в чем-то, временная изоляция или возвращение домой.

**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? Как тебе помочь?» Таким образом, вы подадите своему ребенку пример выражения сочувствия. Если возможно, сделайте, чтобы ребенок загладил свою вину. Он может промыть укушенному ребенку место укуса, предложить повязку или пластырь, извиниться, предложить игрушку. Обязательно попросите прощения у родителей прямо на месте или позвоните им позже.

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

Если у вашего ребенка режутся зубы, то, скорее всего, он кусается оттого, что у него болят десны. В этом случае предложите ему что-нибудь погрызть, чтобы облегчить боль.

Дети часто кусаются потому, что им не хватает слов, чтобы выразить свои потребности или состояние. Определите, в каком случае ребенку не хватает слов, и научите правильно реагировать на ситуацию, чтобы у него не возникало желания укусить. Один мальчик кусался, потому что хотел тоже участвовать в игре, но не мог это выразить. Как только отец понял в чем дело, он научил ребенка говорить: «Сейчас твоя очередь, потом – моя». Вскоре ребенок перестал кусаться. Не забудьте сообщить ребенку, что вам нравится, когда он ведет себя сдержанно.

**Шаг 4.** Лучшая мера – предугадать намерение укусить.

Если у вашего ребенка появилась привычка кусаться, внимательно наблюдайте за его поведением. Вы сможете немедленно вмешаться и не допустить подобных действий. Аккуратно, но плотно прикройте ему рот и скажите: «Нельзя кусаться. Ты должен сказать словами, что ты хочешь?» Потом покажите ему, как это делать. Ребенка, который еще не разговаривает, отвлеките от ситуации или предложите альтернативу: «Ты хочешь поиграть с песком или кубиками?» Таким образом можно вмешаться несколько раз, пока поведение не прекратится. Итак, сначала наблюдайте, а затем немедленно действуйте.