

Почему ребенок спит с мамой?

В период своего развития и примерно до 6 лет ребенок реагирует на расставание с родителями судорожным плачем, вспышками гнева, криком, отчаянными просьбами. Первая форма тревоги разлуки присутствует уже примерно в 8-10 месяцев, в возрасте, когда страх проявляется в присутствии незнакомцев. Примерно в 18–24 месяцев жизни страхи могут появиться во время первых попыток исследования окружающего мира, поэтому ребенок часто возвращается к родителю в поисках безопасности.

В отличие от таких легких тревог, не вызывающих особого дискомфорта, сепарационная тревога может серьезно ограничить жизнь ребенка. Даже краткие эпизоды разлуки, такие как поход в школу, сон или пребывание дома, когда родитель уходит по делам, могут стать источником сильных страданий и стресса. Ребенок может испытывать чрезмерный уровень тревоги и возбуждения, просто мысленно ожидая ухода из дома родителей.

Детей с сепарационной тревогой часто характеризуют, как требовательных, навязчивых и нуждающихся в постоянном внимании. Чрезмерные требования со стороны ребенка могут стать источником разочарования родителей и привести к обидам и семейным конфликтам.

Еще одна неблагоприятная попытка, предпринятая родителями и учителями — это выявление причин проблемы, что часто приводит к поиску виновника и может привести к взаимным и безуспешным обвинениям между семьей и школой. Важно помнить, что найти предполагаемую причину проблемы — это не то же самое, что решить ее: если человек упал в яму, размышления о том, почему это произошло, не позволят ему выбраться.

Дети с сепарационной тревогой часто испытывают трудности перед сном, которые они решают, забираясь на кровать к родителям.

Родители пытаются рационально убедить ребенка, что бояться нечего. Наконец, мама, измученная непрекращающимися просьбами и безутешным плачем, может разрешить ребенку спать с ней в кровати или положить ребенка в его кроватку и остаться с ним, пока он не заснет.

Внимание! Утешения делают ребенка более неуверенным и подогревают его страхи: если вы приглашаете ребенка в свою кровать или дежурите у его кроватки, до тех пор, пока он не заснет то вы тем самым говорите ему, что действительно есть чего бояться, иначе все бы спокойно спали в своих кроватках!

Если описываемая проблема имеет место быть в вашей семье – приходите, попробуем разобраться в ее причинах. Сепарационная тревога ребенка может быть эффективно и быстро решена с помощью психолога при активном участии родителей.

