|  |
| --- |
| **Титов И.Н.****ПСИХОЛОГИЯ ДЕТСКОГО МАССАЖА (или отношение ребёнка к чужому человеку)** Часто от пациентов слышу такие слова: «…делали массаж у того-то, орали так, что соседи стучались». В этой связи возникает вопрос: а как должен ребёнок вести себя во время процедуры массажа? Поскольку вопрос неоднозначный, рассуждать придётся пространно.**На первом году** у среднестатистического ребенка можно выделить несколько психологических периодов отношения к человеку со стороны. Во-первых, кто такой «человек со стороны»? И совсем необязательно быть совершенно чужим ребенку. Им может быть кто угодно, кого ребёнок не видел неделю и более. Чаще всего это «воскресные» бабушки (или дедушки). Приходя раз в неделю навестить внука\внучку, родственники видят в дверях, что ребёнок особо не проявляет признаков радости и оживления, а наоборот, прижимается к родителю. Что чаще всего делают бабушки? Начинают веселить ребенка, кричать «уси-пуси», заглядывать в глаза, строить разные гримасы и что хуже – сразу брать (хватать) ребёнка на руки. Если ребенок сразу не проявил радости, то после этого может начаться рёв\истерика. И бабушки\дедушки обижаются (вопрос на кого?), а обижаться совсем несерьезно. И вот почему. **В первые три месяца** ребёнок будет улыбаться всем, кто улыбается ему (если нет серьёзных соматических и неврологических проблем). Это самый позитивный период первых 2-х лет жизни. Чем раньше он начинается, тем лучше. Начиная с 4-го – 5-го месяца, у ребёнка начинает работать определитель «свой-чужой», и он уже (прежде чем улыбнуться вам) начинает более пристально вглядываться в образ нового человека (еще раз – это либо совсем чужой, либо не появлявшийся неделю и более). И вот тут, как получится. Не все образы могут ребенку понравиться. Если образ понравился, то уже спустя короткое время, вы увидите улыбку на лице, и ребенок может позволить делать все, что угодно. Может так случиться, что образ покажется угрожающим, и в течение нескольких секунд (максимум минут) начнется рев. Третий вариант: ребенок начинает присматриваться (придираться) к чертам образа. Это может занять от нескольких до 10-15 минут. А потом возможен или первый, или второй варианты. Сразу скажу, этот период один из самых сложных в психологическом отношении. На отношение ребенка к окружающим большое влияние оказывает основная соматическая и неврологическая патология, режим сна и питания. Голодный и уставший малыш смотрит на мир через черно-серую призму. В возрасте 8 – 10 месяцев общение с ребёнком идет на фоне первичного периода негативизма. Ребенок похож в этот период на древнего человека, который впитал в себя часть информации об окружающем мире, но объяснить большую часть ее не может. А то, что необъяснимо, то страшно. На втором году тоже есть свои сложности. Здесь дети делятся на четыре группы:а) тотальный негативизм к чужим людям («кто не свой, тот чужой»; б) частичный негативизм; в) частичный позитивизм; г)тотальный позитивизм; Начиная с третьего года жизни (сами понимаете, деление условно), дети делятся на две группы: а) те, кто всё же тотально не приемлют чужих; б) постепенное приятие **(?)** чужого человека; группа детей, которые идут на руки любому, в этом возрасте достаточно мала. Этот возрастной период не имеет чёткой границы. Это зависит от скорости восприятия информации об окружающем мире, логического мышления, обстановки в семье, степени «замученности» ребенка разными манипуляциями, прививками, осмотрами и т.д. Но где-то начиная с пяти лет и далее, как правило, восприятие чужого человека уже более или менее объективное, и общаться с ребенком можно с первых же минут. Вот, выделив основные группы, я постараюсь доложить основные формы поведения ***чужого человека*** с ребенком. Естественно, что я имею в виду общение конкретного специалиста, который хочет найти подход к ребенку того или иного возраста. В этом контексте вспоминаю разговор с одним очень известным в нашем городе педиатром. Я тогда ему сказал, что провести осмотр, диагностику и назначить лечение можно и при орущем ребенке. А вот провести процедуру массажа, ЛФК, мануальной терапии можно только со спокойным ребёнком, который вам доверяет.С этого и хочу начать. Собственно, и говорить тут нечего. Во время вышеозначенных процедур ***ребенок должен быть спокоен***. Другие варианты полностью исключены. И если контакт наладить не удается, то лучше «сменить руку» или получится, что «одно лечим, другое калечим».Теперь попытаюсь изложить основные способы налаживания контакта с детьми разных возрастных периодов. Но сначала общие моменты:- ***ребенок очень чувствителен к грубым рукам***. Поэтому, если была интенсивная работа в огороде или на стройке, подготовьте руки. Способы подготовки у всех свои. Нередко я слышал от мам: «пришла тут…, с длинными ногтями, с кольцами…». Комментарии излишни.***-место работы с ребенком***. Когда приходишь к пациенту в первый раз, почти всегда предлагают кухонный стол, в лучшем случае - пеленальник. И то, и другое не подходит. Конечно, погладить спинку и почесать пятки можно и на кухонном столе, но если использовать хороший арсенал ЛФК, то нужен более широкий и прочный плацдарм (плоская кровать). Но при этом приходится опускаться на колени, а это не всем удобно. Работая на столе, инструктор как бы нависает над ребенком, и это иногда его пугает. На кровати находишься в одной плоскости с ребенком, что меньше его смущает. На столе, как правило, поверхность жестковатая, и ребенок быстрее устает. К месту работы можно отнести также вопрос: где работать – на дому или в специальном кабинете. Здесь вопрос риторический. В кабинете удобнее инструктору, на дому – ребенку. Вывод делайте сами, т.к. каких-либо специальных приспособлений ребёнку на первом году при отсутствии жёсткой неврологии не нужно.-***внешний образ инструктора***. Он, прежде всего, не должен быть кричащим. Тон одежды в основном светлый и не аляпистый. Черный и красный цвета одежды раздражают и пугают детей больше всего. Сюда же можно отнести и интенсивный запах косметики. Даже если парфюм инструктора ценный и дорогой, ребенка запах может испугать (если он чувствует его в первый раз), поэтому лучший парфюм – это его отсутствие;-***ребенок очень чувствителен к настроению инструктора***. Поэтому, если у вас плохое настроение, подняли нерв с утра собственные дети, плохая дорога, инспектора ДПС, фронтовые новости по радио, надо всё это отодвинуть вглубь души так, чтобы ребенок (об этом феномене далее) этого ничего не увидел. Теперь об этом феномене. Давно уже я понял, что дети первого года (а в особенности первых 6 месяцев) видят перед собой не то, что мы с вами, вернее, не совсем то… Я часто спрашиваю: «Чем мы видим?». Отвечают как попало. А мы с вами видим зрительной зоной коры головного мозга, а глаз-это всего лишь оптика (заранее опустим странные мысли про черно-белое и перевёрнутое изображение). Так вот, есть мысль, что у детей сего возраста развитие (дифференцировка) этой зоны коры не такая, как у взрослых людей. А когда человек становится взрослым с этой позиции? Тогда, когда он набирает энное количество грехов в жизни, чтобы отойти от Бога. А младенец, он чист и перед нами и перед Богом. Короче, наряду со зрением в обычной части светового спектра, ребенок, возможно, видит и духовную составляющую каждого предмета или образа. Ну, т.е. астральные или ментальные тела. Это, правда, только мысли, ничем не подтвержденные. Но плохой настрой он (ребенок) «увидит» сразу.-***необходимо, по возможности, подобрать режим кормления и сна***. Ребенок должен быть не голодный и не уставший. А часто бывает, что детей специально не кормят, «чтобы не срыгнули». Пусть уж лучше срыгнёт, ничего -уберем, зато будет добрый. Со сном отдельная проблема. Ясно, что не всегда удается подобрать режим сна и бодрствования под процедуру массажа. Но все же, лучше пусть поспит 30-40 минут, но будет отдохнувший. Опять же у родителей возникает вопрос: а когда будить ребенка перед процедурой? Часто приходишь, а мама\бабушка спрашивают: «Ну что, будим?». Смотрю, ребенок спит без задних ног (фаза глубокого сна). Чаще всего разворачиваюсь и ухожу, что я - гестаповец что ли? Если сон поверхностный (ходят глазные яблоки или насасывает соску), попробовать разбудить можно, но реакция непредсказуемая, особенно при первой встрече. Вам очень хорошо, если внезапно разбудят? Ребенок реагирует также. Поэтому совет: будите сами и заранее, чтобы отошёл от сна, или не будите совсем, но пошлите СМС,что мол так и так…-***использование разных кремов и масел.*** Многие родители считают, что без крема нет нормальной работы, но это не так. Все зависит от индивидуальных особенностей кожи ребенка(сухая, влажная, очень влажная, аллергичная), кожи рук инструктора и той технологии массажа, которая применяется для данного ребенка. Большинство детей с элементами повышенной возбудимости в жару сильно потеют. Тут уж какие крема, масла? Удалось бы ЛФК сделать…**Первые четыре месяца жизни**. Наверное, это самый простой период в налаживании контакта. Чего проще – соблюдай вышеперечисленные условия, да и работай. Просто, да? Ан нет. Если исходить из того, что ребенок первых четырёх месяцев жизни мыслит образами, то, чтобы курс прошёл успешно, надо в первый день малышу понравиться. А уж как это сделать, у каждого свой подход. Правда, на это влияет масса факторов. Сразу все не вспомнить, но отдельные можно выделить. Ну, возьмём в качестве примера тот случай, когда ребёнок первого полугодия жизни малоконтактен, с элементами повышенной возбудимости, метеозависимый, без режима сна и кормления, «ручной» и «малобрутальный», т.е. не привыкший к физической нагрузке. Место для работы, как я уже писал выше, - любая плоская поверхность (диван), но не стол, дабы не «висеть» над ребенком. В этом возрастном периоде в основном работаем со схемой переворотов со спины на живот, поэтому поверхность по размерам должна быть хотя бы 70-80 см вправо-влево и столько же вперед. Многие родители (да почти все) срабатывают по заведенному стандарту, раздевают полностью и, в буквальном смысле, «выбрасывают» ребенка на поверхность. Голый малыш чувствует себя беззащитным, сразу начинает искать опасность вокруг и, естественно, находит ее в чужом человеке. В этот период надо ребенка чем-то прикрыть и завлечь. Чем завлекать? В первые 4 месяца подойдет и погремушка, а также поющая мягкая игрушка; к 5-6 месяцам погремушки не больно-то интересны, в ход часто идут гаджеты или так называемые «отвлекаторы» (это всё то, что занимает ребенка, не опасно для него, может быть сунуто в рот или брошено в стену, но это не является классической игрушкой). При использовании «отвлекаторов» часто приходится сталкиваться с низкой толерантностью к предмету со стороны ребёнка, и выходом является частая смена предметов. Но тут и кроется главная ошибка родителей в этом аспекте. К первому занятию никто не готовит этих самых «спецпредметов», и чтобы завлечь малыша приходится носить с собой несколько отвлекаторов-развлекаторов. Допустим,ребенок испугался и заплакал. Родители начинают метаться по комнате в поисках предметов для отвлечения, выбегают из комнаты, чем еще больше пугают малыша, оставшегося один на один с чужим человеком. К предметам, привлекающим внимание ребенка, можно отнести разные бусы на прочном шпагате или леске, металлическую ложку, кружку, чтобы бить об нее, жестяную банку с крышкой и горохом в ней, зубную щётку, тюбики с кремами, коробочки от кремов и т.д., на что хватает фантазии родителей. В основном, это всё. Первый день сложен первым контактом, второй день сложен тем, что у ребенка чуть побаливают мышцы (да-да, как ни мягко, но мышцы, связочный аппарат имеют свойство растягиваться, особенно у «небрутальных» детей). Хорошо бы после первого раза пропустить денёк, но тогда придется через день заново «знакомиться» с ребенком. Если первые два дня прошли спокойно, то 90%, что и курс лечения пройдет успешно. ***Надо только соблюдать 2 условия***: - а) при первых же признаках недовольства заканчивать и передавать малыша маме с улыбкой на лице (гестапо нам не нужно), т.к. в противном случае возникает пункт - б)ребенок формирует негативный образ уже в процессе курса и начинает капризничать все больше и больше уже к середине курса. Случаются ситуации, когда контакт с ребенком вообще не налаживается (абсолютный негативизм). Интересный, конечно, феномен. Порой трудно его объяснить логически. Вот пример. Прихожу первый раз к ребенку. С порога карапуз улыбается до ушей, машет руками, короче,вовсю показывает «комплекс оживления». Мама кладет его на пеленальник, уходит из комнаты. Вот тут малыш насторожился. Но, ободрённый спокойной встречей, я беру его на руки и переношу на кровать, начинаю раздевать. Через 3 минуты – рёв и вой. ***Мои ошибки:***купился на улыбку, не рассмотрел настороженного взгляда, сам перенес на кровать (как выяснилось, на которой он никогда не лежал), сам стал раздевать. ***Ошибка мамы***: с первых же минут оставила ребенка наедине с чужим человеком в комнате, где ребенок бывал крайне редко. И всё. Попробовали на следующий день, но негативный образ настолько закрепился, что ребенок сразу в рев, как только его взяли за ножку. Ясное дело, что работать в такой ситуации нельзя, надо выждать 2-3 недели, чтобы стёрся образ и начать знакомиться заново или «сменить руку». Еще пример из жизни. Работаем с ребенком полкурса (возбудимый, с гипертензией, метеозависимый, лезут зубы…). Худо-бедно: справляемся. И вот наступает суббота…(а суббота-это самый сложный день недели. Как правило, в сборе вся семья: мама, папа, бабушка, старший ребенок. Это, я вам скажу, -проблема. - ***Папа***: как правило с ребенком сидит редко, режима не знает, не представляет систем отвлечения, с воем справляется ношением на руках со словами: «ну чё ты, чё ты?»;***- Бабушка*** (хорошо, если с ребенком работает постоянно, так она лучше, чем мама), приходящяя по воскресеньям (поиграть с ребенком) – это тот же папа, плюс суета, забеги по комнате, беспорядочное бренчание погремушками и причитания: «Ах, бедный! Как тебя мучают…»-***Старший ребенок***. В субботу он в детский сад не ходит и всю свою энергию выплескивает дома на кого придётся. Я не говорю за всех старших детей (есть среди них спокойные, адекватные), но очень часто бывает, что работаешь с малышом, еле-еле удерживая позитивное настроение, а в это время вокруг скачет старший чингачгук, стараясь ущипнуть или чем-нибудь ударить младшего, а то и вовсе залезет мне на плечи и…лупит по голове или выкручивает нос. Любовь к детям границ не имеет, но когда при этом напротив сидит мама и мягко улыбается шалостям старшего, хочется сказать «…..», но ведь не скажешь…, ибо субординация, а потом ребенок же.Понятно, что я говорю с долей иронии, но всё же суббота - самый трудный день. Особенно, когда собирается вся семья, садится сзади на диван, и все молча смотрят (ну, понятно -для людей это шоу). Как объяснить, что работа с маленьким ребенком психологически очень напряженная. ***Вот пример.*** В субботу мамы часто оставляют детей на пап и уходят по делам (их понять можно, в остальные дни папы работают). Начинаем культурно работать (папа сидит молча рядом). И вот я замечаю, что рот у малыша кривится, в глазах слезы, через минуту – вой. Но, что интересно, со страхом ребенок смотрит на … папу. Тут долго думать не надо: папа редко бывает дома, в основном, когда ребенок уже или еще спит. Таких «ляпов» очень много, всех не перечесть. Но хочется сказать родителям в этих строчках (чего не скажешь в глаза): «Дорогие мамы и папы, бабушки и дедушки! Если вы не умеете развлечь/отвлечь ребенка – лучше займитесь своими делами, оставьте нас один на один. Не надо просто стоять или сидеть».**Пятый-шестой-седьмой (иногда восьмой) месяц**. В этот период обычно трудимся над схемой ползания на четвереньках (партер). Возраст, конечно, сложный по-своему. Сложен он тем, что ребёнок в этом периоде уже чётко включает определитель «свой-чужой» и, буквально, с порога можно определить отношение ребёнка к чужому человеку, конечно, по глазам. Сложен он тем, что работа над схемой ползания требует от ребенка активного участия в процессе. То есть теперь в работе с малышом преобладают приемы лечебной физкультуры и он, ребенок, не может пассивно лежать с игрушкой в руках или пустышкой в зубах. С точки зрения привыкания к процессу важны, как правило, первые два дня. Первый день – ребенок сталкивается с новым человеком, новыми движениями, во второй день дает ответную реакцию на первое или на второе. Если позитивную – каша сварится. Но бывает, что и негативную. Что делать тогда? Если реакция абсолютно негативная, то, как правило, работать смысла нет и лучше «сменить руки». Но бывает, что и на «вторые руки» следует такой же негатив. Тогда, как я называю, работать надо по варианту «Б», т.е. самим родителям под «чутким руководством инструктора». В самом деле, родителям необходимо показатьнаиболееважные 6-7 упражнений под данную двигательную схему и мышечный тонус. Эти упражнения они выполняют 10 - 14 дней, затем следует коррекция. И так до достижения эффекта. Если реакция относительно негативная, то, естественно, можно подумать над тем, чем ребёнка можно отвлечь? «Отвлекаторы» бывают самые разные: от простой пустышки до (да простят меня окулисты и неврологи! ) «Машеньки и медведя» на планшете. А что делать? Чтобы достичь эффекта, многие средства бывают хороши. Конечно, если реакция сразу позитивная, то всё просто. Ребёнок, он ведь как пластилин, можно сделать многое, если только он сам этого захочет. Бывает, что в этом возрасте с первых дней всё начинается хорошо, но от занятия к занятию ребёнок все больше капризничает и отказывается работать. Причин тому много. При незрелом тонусе, когда суставы достаточно тугие, пассивные, навязанные движения могут быть неприятны. Постепенно возникает вторичный негатив ребенка к процедурам. Здесь надо временно остановиться и перестать навязывать неприятные упражнения. Никогда не надо спешить. «Не сегодня, так завтра, не завтра, так послезавтра, но это обязательно будет. Главное работать.»-гласит старая китайская поговорка. Бывает, встречаются мамы, чересчур рьяно выполняющие рекомендации по пассивному ползанию. Приходишь, а ребенок просто отказывается вставать в партер и начинает активно сопротивляться. Потом выясняешь, что и вчера, и полдня сегодня малышу навязывали пассивное ползание, и он просто устал.**Девятый-десятый месяц и далее** (работаем для создания схемы самостоятельной ходьбы). В этот период более или менее благодушно воспринимают чужого человека от 50 до 75% детей. Буквально с порога можно понять – позволит ли ребёнок что-либо сделать или нет. Как? А по глазам, хотя бы… Благодушие и позитив видны сразу, но есть дети (я их называю «дети-рентгены»), что «прошивают» взглядом, как только ты входишь в квартиру, и далее следят за тобой, как разведчик. Если ребёнок априори видит в любом чужом человеке угрозу, контакт крайне труден, порой и невозможен, но, к счастью, так бывает нечасто. В этом возрасте ребенок - уже сформированная личность со своими привычками и стереотипами. Допустим, малыш привык, что при возникновении любого, даже мелкого стресса, «спасаться» на руках у мамы, реже бабушки, еще реже – папы (были и такие случаи). Начинаешь работать, все хорошо, карапуз благодушен. Но при возникновении более-менее значимого физического усилия (качание пресса, спины, высаживание на корточки и вставание с них), может возникнуть негатив к процессу (ведь чаще всего с ним этого никто не делает, а если и делает, то не на результат). Ребенок сразу смотрит на маму (бабушку и т.д.), пытаясь найти поддержку и, встречаясь со взглядом, чаще всего видит жалость. Это все понятно, любой маме, несмотря на всю необходимость ЛФК, ребенка всё равно жалко. И ребёнок эту жалость ищет и видит. Ну, а дальше следует убегание с целью «спастись». И это тоже понятно. Когда возникает такая ситуация, малыша лучше «отдать», хотя бы для того, что бы он понял, что работающий с ним человек – не угроза, он не разлучает его с мамой. Если у ребенка в этот период уже формируется логическое мышление, то несколько дней таких компромиссов и он тебе поверит. Но, чего греха таить, бывают и безкомпромиссныедети, тогда приходится переходить к варианту «Б». Отсюда общий (и несколько странный) совет мамам (и другим): во время работы с ребенком старайтесь не смотреть ему в глаза, что бы он не увидел там (в глазах) Вашу подсознательную жалость к нему. Лучше смотреть ему на кончик носа или переносицу (и контакт есть и глубин души не видно). Кстати, – это общий совет всем, кто устанавливает контакт с ребёнком: не смотрите ему прямо в глаза – это признак угрозы с Вашей стороны. Последнее, о чём хотелось бы сказать, – это о внутреннем настрое со стороны родителей (мамы в особенности) к процессу массажа, ЛФК. Много лет анализируя отношение детей к чужим людям, невольно приходишь к неоднозначному выводу: ребёнок реагирует на чужого почти так, как сами родители реагируют на этого человека и всех людей в целом. Это, наверное, сложно понять, но в семьях с родителями-экстравертами и дети, в основном, - экстраверты, гибко реагирующие на окружающий мир (а чужой человек – это и есть окружающий мир). В интравертивных семьях(причём совершенно благополучных) ребенок реагирует на окружающий мир «параллельно-перпендикулярно», и никогда не знаешь, под какую параллель ты попадёшь. Всё это осуществляется подсознательно, поэтому на первый взгляд непонятно. И понимать начинаешь, когда ближе узнаешь семью, когда отработаешь в этой семье не с одним ребенком (есть много семей, где идешь уже по третьему кругу). В заключение хочу сказать, что всё в этой работе непросто. У меня есть хороший приятель, известный врач-педиатр. Как-то раз я ему сказал: «В общей педиатрии несколько проще: если ребенок орёт, все равно его можно осмотреть, послушать и определиться с диагнозом. В нашей работе несколько сложнее: чтобы получить хороший эффект, малыш должен воспринимать процесс, как игру». А давайте, попробуйте стать клоуном и на деле, и в душе. Ох, и нелёгкий это процесс, друзья…  |