

Психология новорожденного

Человек – венец творения. Проходят годы, прежде чем ребенок сможет обходиться без взрослых. А пока – девять месяцев полного слияния: общая кровь, общий воздух, общие переживания – и несколько тяжелых часов на переход из мира в мир, на то, чтобы покинуть теплую вселенную материнского тела и отделиться.

Первый час жизни очень важен как для младенца, так и для его мамы. Ребенок приобретает способность любить, испытывает привязанность. А у мамы пробуждается материнский инстинкт. Первый час жизни делится на 4 части:

1. Релаксация
2. Пробуждение
3. Активная фаза
4. Отдых и сон

Релаксация

При прохождении ребенка по родовым путям, трудится и женщина и малыш. Они оба испытывают боль и страх, сомнения и переживания. Все эти переживания ребенок испытывает впервые, поэтому когда он рождается, то делает глубокий вдох и кричит, сообщая о своем рождении. После этого он расслабляется и отдыхает. При этом кряхтит, сопит, чихает и кашляет, но это не означает, что он заболел, таким образом, малыш освобождает естественным путем дыхательные пути от слизи.

Пробуждение

После непродолжительного отдыха ребенок начинает совершать телодвижения: он поворачивает голову, открывает ротик, двигает руками и ногами. В эти минуты он лежит у мамы на животе, её щупает, знакомится с ней. Происходит первый контакт «кожа к коже». Мама очень нежно гладит малыша по спинке, трогает его голову, перебирает пальчики, вглядывается в его глаза, таким образом, мамин запах, её сердцебиение, ласковые руки подают малышу сигнал – **я в безопасности**. Мама получает сигнал, что с ребенком все в порядке, надо его кормить, и в этот включается **материнский инстинкт**. Эти сигналы стимулируют выделение гормона окситоцина и пролактина, которые стимулируют лактацию.

Активная фаза - Поисковый рефлекс

Что же ребенок ищет у мамы? Конечно, грудь в которой находится сначала молозиво, затем грудное молоко. Кто ему все это рассказал? Природа, инстинкт самосохранения и выживания. Младенец изначально понимает, чтобы выжить - надо питаться. Ребенок открывает рот, сжимает кулочки и начинает совершать движения в сторону груди, поднимая голову и работая руками. Мама бережно его поддерживает и помогает достичь своей груди. Ребенок захватывает ореолу и сосок и, сильно потягивая, начинает сосать. Происходит ещё один контакт **«глаза в глаза»**: когда оба человека видят друг друга впервые, но они уже с трепетом и нежностью любят друг друга.

Отдых и сон

После проделанной работы и испытаний, многочисленных эмоций, ребенок устал – он засыпает. Во время рождения ребенок является активным участником и испытывает **родовой стресс**. Выделение большого количества адреналина помогает малышу справиться со всем этим. Поэтому родовой стресс – это нормально!

Психологическое состояние новорожденного

Описать чувства и ощущения новорожденного очень сложно. Он про них не сможет рассказать. С точностью можно сказать, что все это он испытывает впервые – это его первоначальный опыт. У него нет мерок, нет часов, но у малыша есть близкий и самый родной человек – это мама. Ребенок слышит как она дышит, как бьется её сердце и начинает подстраиваться под неё. Рождение для ребенка, как страдание, ощущение бесконечного падения он переживает тревогу сродни паники, боится за свою жизнь. Так как ребенок полностью зависим, он не может организовать себе защиту ни физически, ни психологически. Но потребности он имеет:

Телесные – малыш испытывает потребность в сосании, то есть в еде.

- налаживается процесс мочеиспускания
- физический контакт(общение с мамой, ношение на руках)
- потребность в тепле
- потребность в безопасности(не нравится громкий шум, яркий свет)
- потребность в отсутствии боли(неудобное положение, колючая ткань)

Психоэмоциональные – получение положительных эмоций

- познание мира и самого себя
- мироощущение(запахи и звуки)
- общение с окружающими

Все эти потребности существуют, но ребенок сам не может их удовлетворить, так как находится в полной зависимости от взрослого. Как малыш сообщит об этих потребностях? При помощи криков. **Крик** – это главное оружие новорожденного. Он кричит для того, чтобы привлечь внимание взрослого, по-другому не может. Ребенок только родился – ему страшно. Кто ему может поддержать и помочь? Только взрослые. Не надо предоставлять ребенку оставаться одному без поддержки. Оставленный ребенок переживает бесконечно падение, умирание. Плохой уход приводит к страху безысходности. Если малыш постоянно и долго испытывает такие эмоции, то нарушается психика. Поэтому роль матери в поддержке ребенка неоценима.

Роль матери

Материнство включает в себя не только возможность выносить и родить ребенка, но и удовлетворить его потребности, обеспечить хороший уход. Когда мама обеспечивает малышу хороший уход, то развивается правильно нервная система, головной мозг – весь организм. С точки зрения ребенка – на свете нет никого, кроме его самого. Мама является частью самого ребенка, они неразделимы. И поэтому мама должна не только удовлетворять его потребности, но и понимать, что он хочет, переживать за него. Она может поставить себя на место ребенка, увидеть мир его глазами. Только она чувствует его, удовлетворяет его потребности. Как помочь ребенку плавно перейти из мира единства матери и дитя в самостоятельный мир, вы можете прочитать лекцию об уходе за младенцем.