



1 месяц

С момента рождения ребенка начинается так называемый период новорожденности, который длится в течение первого месяца его жизни. В этот период младенец адаптируется к новым условиям: из теплого и темного пространства маминого живота, который плотно «обнимал» его в последние недели беременности, он попадает в мир, наполненный ярким светом, звуками, запахами и разными ощущениями. Природа отводит ребенку примерно три недели на то, чтобы приспособиться к новым условиям жизни, и это самый трудный период в его жизни. Поэтому, организуя уход за новорожденным, родителям важно научиться понимать и удовлетворять потребности малыша, чтобы помочь ему успешно адаптироваться к окружающему миру.

Основные показатели развития ребенка в 1 месяц:

новорожденный сосет грудь, активно двигает ручками и ножками, подносит сжатые кулачки ко рту, реагирует вздрагиванием на резкий шум. Малыш впервые улыбается, фиксирует взгляд на ярком объекте и следит за движущимися предметами.

Физиологические особенности развития ребенка первой недели жизни

Питание ребенка на первой неделе жизни

Первое время младенец ест очень часто. Лучшим питанием для него является грудное молоко, которое содержит все необходимые питательные вещества и витамины. Кроме того, грудное молоко – «индивидуальный продукт», который организм мамы вырабатывает только для данного ребенка, учитывая его потребности и состояние здоровья.

Сон ребенка на первой неделе жизни

В первый месяц жизни ребенок очень много спит – 19-20 часов в сутки, просыпаясь через каждые два-три часа, чтобы поесть. Периоды бодрствования новорожденного не зависят от времени суток, а сон значительно отличается от сна взрослого человека. Для младенцев характерна так называемая поверхностная фаза сна. Если спящего малыша побеспокоить в этот период, он может с легкостью проснуться.

Особенности кожи новорожденных детей

Кожа новорожденного ребенка имеет ряд особенностей. Она довольно сухая и тонкая, легко уязвима и склонна к раздражениям. На крыльях носа и щеках младенца могут быть заметны беловатые или желтоватые «точки» – результат скопления секрета сальных желез. Также на лбу, затылке и верхних веках ребенка могут быть багрово-синюшные пятна, которые пропадут через несколько недель.

Психическое развитие новорожденного ребенка

Как считают детские психологи, кроме физиологических потребностей, главной потребностью младенца в этот период является необходимость чувствовать присутствие мамы, тепло ее тела, биение сердца. Присутствие рядом взрослого, способного понять его потребности и устранить неприятности, дает новорожденному чувство защищенности, формирует у него базовое доверие к миру – ощущение, что мир надежен и безопасен. Поэтому наиболее важным для полноценного психического развития ребенка

в период новорожденности является физическое присутствие родителей, главным образом мамы.

Чувства и ощущения новорожденного: плач

О своих потребностях младенец сообщает родителям единственным доступным ему способом – плачем. Чаще всего его причиной являются голод или жажда, потребность в тепле, мокрое или грязное белье, различные физические неудобства, связанные со статичным положением тела или одеждой. В первое время родители не отличают плач голодного ребенка от плача ребенка замерзшего или перегревшегося. Но и новорожденный пока сам не знает, что он хочет. Малыш чувствует, что «что-то не так» и сообщает об этом. Поэтому он охотно принимает всё, что ему предлагают: грудь, теплое одеяло, поглаживание животика. Через какое-то время младенец начинает понимать, что его избавит от неприятных ощущений. И тогда в следующий раз он выплюнет соску и сбросит ножками одеяло.

Потребность новорожденного в любви и заботе

В период новорожденности ребенку особенно важно чувствовать любовь и заботу родителей, поэтому он стремится к телесному контакту с матерью, успокаивается на ее руках. Специалисты в области психологии сходятся во мнении, что ребенка на протяжении семи-восьми месяцев нужно держать на руках как можно чаще, при этом носить его по дому, называя предметы и действия окружающих. Таким образом, родитель воссоздает работу младенческого мозга, специально акцентируя внимание на нужных вещах, выбирая их из хаоса окружающего мира.

Играем с самыми маленькими (от 0 до 3-х месяцев):

рекомендации психолога

Как разнообразить свое общение с малышом так, чтобы оно было ему полезно, а вам не доставляло массу дополнительных хлопот?

Мы подобрали простые, но эффективные игры, которые легко совмещать с повседневными обязанностями молодых родителей.

1. Передвигайте предметы

Цель игры заключается в развитии у малыша фокусировку на одном предмете.

Передвигайте в поле зрения ребенка какой-нибудь предмет, чтобы он мог отследить его взглядом.

2. Играйте интонациями

Цель игры – развить слуховое восприятие.

Займите малыша голосовой игрой, когда взрослый перемещается по комнате и эмоционально рассказывает о том, чем он сейчас занимается. Возможно, выходит из поля зрения младенца, но в пределах того пространства, в котором ребенок может услышать взрослого.

Родителям важно не только рассказывать или напевать что-то малышу, но и повторять за ним его первые звуки, чтобы малыш больше вовлекался в общение.

3. Комментируйте свои действия

Цель игры – в развитии простейших навыков коммуникации.

Сопровождайте большинство своих действий с ребенком комментариями. Меняете ли вы подгузник или купаете малыша – не бойтесь выглядеть глупо, описывая свои самые простые действия. Подумайте, что бы ребенок мог вам ответить?

Старайтесь комментировать действия, но не давать им оценок.