



КАК УСПОКОИТЬ БЕСПОКОЙНОГО МАЛЫША

Проводите много времени вместе, носите малыша на себе в слинге, ходите и заговаривайте ребенка.

Также мамы беспокойных детей советуют:

- ◎ Носите малыша «самолетиком».
- ◎ Приглушите свет. Обращайтесь с малышом подчеркнуто осторожно и мягко.
- ◎ Примите теплую ванну вместе с малышом при приглушенном свете. Попросите кого-то помочь вам залезть и вылезти из ванны вместе с малышом. Если рядом никого нет, постелите полотенца на пол и перед тем, как выходить из ванны, положите малыша на пол. Будьте осторожны, чтобы не поскользнуться. Подходит для беспокойного малыша, который не бьется в истерику.
- ◎ Ходите по комнате, слегка подпрыгивая.
- ◎ Танцуйте с малышом. Попробуйте разную интенсивность танца. Попробуйте танцевать с музыкой или без, в зависимости от того, что нравится малышу.
- ◎ Включите воду, пылесос или радио (не настраивайте его, пусть оно тихо шипит). Детям нравится «белый шум».
- ◎ Смените обстановку: пойдите в другую комнату, другой угол или на улицу.
- ◎ Сходите в магазин! Многие беспокойные малыш перестают капризничать среди других людей.
- ◎ Попрыгайте на гимнастическом шаре вместе с малышом. Осторожно, чтобы не упасть.
- ◎ Сходите на прогулку вместе с малышом в слинге. Малыш может сосать грудь прямо в слинге.
- ◎ Дайте малышу грудь еще раз. Грудью уголяют не только голод, но и развеивают почти все детские печали. Даже если малыш не искал грудь, в конце концов, он успокоится именно ее сосанием.

Что нравится вашему малышу? _____

