

# Значение физического контакта между ребенком и родителями

Материал подготовила учитель-дефектолог Будяк И.В.



*Для ребенка прикосновение взрослого — знак того, что его любят, замечают, обращают внимание и принимают. Поэтому любое прикосновение мамы или папы — это одно из тех самых простых событий в жизни малыша, всегда доставляющих удовольствие.*

## Значение физического контакта для ребенка

Самое интересное, что исследования подтвердили значимость физического контакта: оказывается, **дети, к которым прикасаются часто и с любовью, гораздо лучше растут и развиваются.** В этом смысле детский массаж, ежедневные процедуры купания, занятия плаванием, физкультура приобретают огромное значение, поскольку все эти действия напрямую связаны с прикосновением и целенаправленным контактом кожа к коже, что и является настоящим стимулятором роста для детей.

***Прикосновение стимулирует образование веществ в организме ребенка, которые ускоряют его развитие.*** Опытные специалисты знают, что недоношенные дети гораздо быстрее набирают вес, если в сочетании с традиционными способами выхаживания они получают заботливые прикосновения медсестер или родителей.

Интересно, что зоопсихологи также установили связь между вылизыванием матерью своих детенышей и скоростью их развития. И наоборот, когда малыш или детенышей лишают материнских прикосновений, их рост, как это ни удивительно, сразу замедляется. Из этого был сделан глобальный вывод: ласковые и заботливые прикосновения стимулируют рост и развитие организма. ***Родители, прикасаясь к ребенку, стимулируют выработку в его организме гормонов роста.***

*Прикосновение стимулирует развитие нервной системы (мозга) ребенка.* Физический контакт стимулирует выработку нервных импульсов, формирование новых межклеточных взаимоотношений, что обеспечивает своевременное становление неврологических функций, благотворно влияет на психическое развитие малыша.

*Прикосновение улучшает пищеварение и работу желудочно-кишечного тракта.* У детей, которым регулярно гладят животик, делают массаж, берут на руки, улучшается моторика желудочно-кишечного тракта, реже отмечаются колики. Если малыш страдает от колик, массаж становится одним из средств, значительно уменьшающих болевые ощущения.

*Прикосновение улучшает поведение ребенка и его самоощущение.* Это удивительно, но малыш, который получает от родителей физический контакт, гораздо лучше себя чувствует. Это значит, что и маме с таким ребенком тоже намного проще: он лучше и быстрее устанавливает более организованный режим, хорошо спит, меньше капризничает и охотнее идет на контакт с незнакомыми людьми. Мамины прикосновения его успокаивают и дают ощущение уверенности в себе.

**Когда мама дотрагивается до малыша, он ощущает свою значимость и понимает, что его любят, — а это одно из самых важных потребностей любого человека на протяжении всей жизни.**

Для очень серьезных, замкнутых малышей прикосновения помогают преодолеть некий внутренний барьер, который мешает выражать свои эмоции. Через некоторое время даже самый неласковый ребенок будет подавать сигналы своих положительных эмоций, если его регулярно берут на руки, глядят или делают массаж.

## **Чем помогает родителям физический контакт с ребенком?**

Когда отсутствие материнских чувств доводит женщину до настоящей депрессии, рекомендуется чаще использовать физический контакт с ребенком как один из эффективных способов разбудить в себе эти чувства.

Так мама поневоле общается со своим новорожденным малышом очень близко, прислушивается и к своим, и к его переживаниям. И уже через семь-десять дней, например курса профилактического массажа, который она делает своему ребенку, может обнаружить, как проникается к нему более теплыми и нежными чувствами.

**Частый физический контакт и массаж очень полезен для тех мам, которым сложно проявлять к малышу материнские чувства.**

Массаж, поглаживания, просто ношение ребенка на руках как самые простые виды контакта можно использовать в любое время. Взяв на руки малыша, женщина настраивается на него и отключается от других мыслей.

*Для пап умение поддерживать с ребенком физический контакт станет практическим курсом по общению с ним.* Ведь детям очень важно ощущать не только материнские прикосновения, но и отцовские.



Любое действие — прогулка, купание, массаж, зарядка, кормление — это всегда общение, а не просто выполнение механических действий или родительских обязанностей.



**Качественное тактильное взаимодействие — с играми и зрительным контактом — улучшает поведение ребенка, его самоощущение, влияет на рост и дальнейшее развитие. Прикосновения родителей дают малышу ощущение значимости, он понимает, что его любят, — а это одна из самых важных потребностей любого человека на протяжении всей жизни.**

Использованные источники:

Физический контакт между ребенком и родителями (Электронный ресурс)  
<https://www.7ya.ru/article/Fizicheskij-kontakt-mezhdu-rebenkom-i-roditelyami/>

Тактильный контакт в жизни младенца (Электронный ресурс)  
[https://www.defectologiya.pro/zhurnal/taktilnyij\\_kontakt\\_v\\_zhizni\\_mladencza/](https://www.defectologiya.pro/zhurnal/taktilnyij_kontakt_v_zhizni_mladencza/)

Рисунки из сети Интернет