



ماساژ کودکان، اعتماد به نفس آنها را تقویت می‌کند

ماساژ کودکان باعث ایجاد حس آرامش و امنیت در کودک می‌شود که این حس امنیت در دوران شیرخوارگی سبب ایجاد احساس زندگی سالم روانی در آینده بوده و باعث تقویت اعتماد به نفس در آنها می‌شود...

ماساژ کودکان باعث ایجاد حس آرامش و امنیت در کودک می‌شود که این حس امنیت در دوران شیرخوارگی سبب ایجاد احساس زندگی سالم روانی در آینده بوده و باعث تقویت اعتماد به نفس در آنها می‌شود.

به گزارش سلامت نیوز، لیلا کریمی، کارشناس ارشد مامایی در این پژوهش آورده است: ماساژ روش خوبی برای آشنایی مادر با نیازهای کودک و شناسایی بیشتر بدن و اندام های نوزاد است. در بسیاری از فرهنگ ها ماساژ کودکان یک بخش سنتی از مراقبت های روزانه آنان است. با این روش مادر حالات و واکنش های کودک را نسبت به حرکات مختلف ماساژ شناسایی کرده و می تواند نسبت به پاسخ دریافتی از جانب کودک بهترین روش را برای برقراری ارتباط با او انتخاب کند. تحقیقات مشخص کرده اند که تماس لمسی محبت آمیز کودک و ماساژ وی توسط مادر و گنجاندن این کار در برنامه مراقبتی روزانه کودکان، علاقه و محبت مادر به کودک را نشان داده و نیز باعث کاهش اضطراب و رشد مهارت های اجتماعی و زبانی و هوشیاری کودک می‌شود. گفتنی است، لمس کودک ابتدا بایستی به مدت کم در اندام های محدود و به صورت آرام انجام شده و به تدریج تعداد ماساژها و نیروی آنها را افزایش داد و اندام های دیگر را درگیر کرد. همچنین بهتر است ماساژ را از قسمت هایی که کودک بیشتر لذت می برد شروع کرد. ماساژ برحسب سن کودک، وضعیت کودک از نظر رسیده یا نارس بودن، سلامت، بیماری و فرهنگ خانواده متفاوت است.