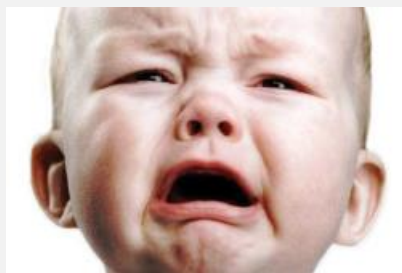


## چرا کودک گریه می‌کند

گریه از کارهایی است که همه کودکان انجام می‌دهند. هر کودک بسته به سن و خصوصیات شخصی خود در شبانه‌روز چند ساعت گریه می‌کند.



گریه از کارهایی است که همه کودکان انجام می‌دهند. هر کودک بسته به سن و خصوصیات شخصی خود در شبانه‌روز چند ساعت گریه می‌کند.

گریه از مهم‌ترین راه‌های ارتباط کودک با محیط و ابراز نیازهایش است، بنابراین باید گریه او را بشناسیم و به آن اهمیت دهیم. پاسخ به این پرسش که آیا بعضی از کودکان بیشتر گریه می‌کنند؟ مثبت است. بعضی بچه‌ها حساس‌ترند و نسبت به صدا و عوض کردن لباس واکنش نشان می‌دهند که این وضعیت، راه حلی ندارد.

در ماه‌های اول زندگی، گریه کودکان در شب بیشتر است، این وضعیت طبیعی است و کودک بتدریج یاد می‌گیرد که مدت بیشتری از شب را در خواب بگذرانند. در سن قبل از سه ماهگی گریه کودک قطعا نشانه نیاز اوست.

او برای این که غمگین است گریه نمی‌کند، بلکه می‌خواهد نشان دهد که به مراقبش نیازمند است یعنی یا گرسنه است یا پوشکش را خیس کرده یا به هر علتی ناراحت است. در سن قبل از یک سال لازم است که بلافاصله با گریه کودک به نیازش پاسخ داده شود.

کودکان در این سن لوس نمی‌شوند، بلکه راضی کردن آنان باعث می‌شود احساس امنیت کنند. بعد از در آغوش گرفتن کودک بهتر است که با او صحبت کنید، آواز آرام بخوانید و با دست‌هایش بازی کنید. بعد از سه ماهگی کودکان کمتر گریه می‌کنند و با حرکات دست و بدن سعی می‌کنند خواسته‌های خود را بفهمانند، معمولا در این هنگام مادر یا مراقب از روی نوع جیغ کودک به علت آن پی می‌برد.

در این زمان لازم نیست کودک را بلافاصله بغل کرد، می‌توان در صورتی که فقط غرغر می‌کند او را بغل نکرده و مراقب بود تا خودش آرام شود. زمانی که کودک واقعا گریه کند یا مادر متوجه شود که او نیازی دارد، خواسته‌اش باید مرتفع شود.

در صورتی که نتوانید کودک را آرام کنید لازم است او را به پدرش بسپارید، معمولا در این صورت کودک آرام می‌شود. به خاطر داشته باشید که با هر گریه کودک او را بلافاصله با پستان مادر شیر ندهید، زیرا کودک به جای پستانک از پستان مادر استفاده خواهد کرد که باعث آزار مادر شده و کنترل کودک سخت می‌شود.

در سنین بالای یک سال با توجه به این نکته که کودک از زبان گریه برای ابراز خواسته‌هایش استفاده می‌کند، بهتر است به او نشان دهید که متوجه گریه‌اش هستید و با او آرام و مهربان صحبت کنید.

زمزمه آرام مادر، کودک مضطرب را مطمئن می‌کند و در صورتی که نیازی نداشته باشد آرام می‌شود. این که هرگاه کودک گریه می‌کند او را تنها بگذاریم، کار درستی نیست. اگر کودک احساس کند به او اهمیت نمی‌دهید، احساس ناامنی روانی کرده و در بزرگسالی روی روانش تاثیر منفی خواهد گذاشت.

هر گاه شدت گریه کودکی در آغوش مادرش بیشتر شد باید مواردی مثل کودک آزاری والدین، شکستگی و عفونت اندام‌ها و بیماری‌های سیستم عصبی مرکزی را در نظر داشته باشید. مادران با شناخت گریه کودک می‌توانند بهتر با او ارتباط برقرار کنند و این موضوع با عشق فطری و هنر مادری آمیخته خواهد شد.

دکتر فریبا شیروانی - متخصص اطفال و فوق تخصص عفونی اطفال