



Smart Reading

Ценные идеи из лучших книг



Харви Карп

# Искусство успокаивать детей

Что делать, когда малыш плачет



Правовую поддержку обеспечивает юридическая фирма AllMediaLaw  
[www.allmedialaw.ru](http://www.allmedialaw.ru)

**Smart Reading**

**Ключевые идеи книги:  
Искусство успокаивать  
детей. Что делать, когда  
малыш плачет. Харви Карп**

**Серия «Smart Reading.**

**Ценные идеи из лучших книг»**

**Серия «Топ книг про воспитание»**

*Текст предоставлен правообладателем  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=55810040](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=55810040)*

**Аннотация**

**Этот текст – сокращенная версия книги Харви Карпа «Искусство успокаивать детей. Что делать, когда малыш плачет». Только самые ценные мысли, идеи, кейсы, примеры.**

«Искусство успокаивать детей» Харви Карп – книга, благодаря которой вам больше не придется беспомощно смотреть, как ваш малыш горько и безутешно плачет. С этой проблемой можно справиться в считанные минуты. Детский эксперт доктор Харви Карп помогла тысячам родителей, включая голливудских

звезд. Она делится идеями в области детского сна, постельного белья, грудного вскармливания, пеленания. После рождения младенец плачет, потому что тоскует по материнской утробе. Это время Харви Карп называет «четвертым триместром». У каждого ребенка свой успокаивающий рефлекс, только нужно знать, как его запустить. С помощью объятий и правильных манипуляций можно успокоить даже колики. Эта книга подкупает убедительным взглядом на ощущения новорожденного и его восприятие неизвестного окружающего мира.

### **Зачем читать**

- Разобраться, в чем истинная причина детского плача, помочь ребенку адаптироваться вне материнской утробы.
- Ознакомиться с медицинскими фактами и мифами о детских коликах.
- Научиться успокаивать малышей пятью эффективными способами: пеленанием, укладыванием на бок и на животик, укачиванием, сосанием и шиканьем.

### **Об авторе**

Доктор Харви Карп – американский педиатр, практикующий более 30 лет. Специалист по развитию детей и адъюнкт-профессор педиатрии в медицинской школе Университета Южной Калифорнии. Благодаря ему сотни тысяч родителей, от обыкновенных мам до суперзвезд, научились успокаивать своих малышей и смогли спокойно спать по ночам. Входит в консультационный совет компании Barnes & Noble, пишет для журналов Parents и American Baby, проводит семинары по развитию детей, ведет блог на сайте [www.happiestbaby.com](http://www.happiestbaby.com).

# Содержание

Введение	6
Глава 1. Почему здоровые, сухие и накормленные младенцы плачут?	8
1.1 Первая причина плача – Для того чтобы выжить	8
1.2 Вторая и ключевая причина плача – Недостающий четвертый триместр	9
1.3 Третья причина плача – Колики	11
Конец ознакомительного фрагмента.	15

# **Краткое содержание книги: Искусство успокаивать детей. Что делать, когда малыш плачет. Харви Карп**

Оригинальное название:

**The happiest baby on the block**

Автор:

**Харви Карп**

Тема:

**Семья и воспитание детей**

Правовую поддержку обеспечивает юридическая фирма  
AllMediaLaw

[www.allmedialaw.ru](http://www.allmedialaw.ru)

# Введение

Ничто так не деморализует молодых родителей, как плач их новорожденного ребенка. Кроха надрыдается несколько часов – он сух, накормлен и вроде бы здоров, но продолжает кричать, а вы никак не можете понять причин его безутешного горя и не знаете, что делать в этой ситуации.

Тысячелетиями умение справляться с плачем младенцев передавалось из поколения в поколение. Но в современном мире связи между поколениями перестали быть столь крепкими, а цивилизация за последние сто пятьдесят лет породила массу новых теорий о воспитании, противоречащих друг другу и самому человеческому естеству. Так что неудивительно, что неопытные, а иногда даже и опытные родители совершенно теряются перед рыдающим младенцем нескольких недель отроду.

Известный педиатр Харви Карп уверен, что он понял главную причину плача ребенка, который на первый взгляд должен быть доволен жизнью, но при этом заходится криком без остановки на протяжении нескольких часов. Свою стройную и адекватную теорию недостающего четвертого триместра, подкрепленную многолетней практикой, он излагает в книге, в русскоязычном пространстве получившей название «Искусство успокаивать детей», а в оригинале называющейся «Самый счастливый малыш в квартале».

Сделать счастливым своего малыша, которому еще не исполнилось 3 месяца, как оказалось, довольно легко. Надо воссоздать ему главные условия, которые окружали его в материнской утробе, покинутой им совсем недавно. Автор книги подробно и последовательно объясняет, как именно вернуть малыша в потерянный им рай, а родителей вызволить из ада, параллельно развенчивая мифы о детском плаче и давая практические советы.

# **Глава 1. Почему здоровые, сухие и накормленные младенцы плачут?**

## **1.1 Первая причина плача – Для того чтобы выжить**

Все, что связано с новорожденными детьми, близко к самой природе и не подвержено изменениям внешнего мира, а поэтому очень хорошо поддается анализу с точки зрения законов эволюции. Итак, что бы случилось с человечеством, если бы дети не плакали? Скорее всего, в этом случае человечество не выжило бы. Нам так хочется, чтобы новорожденный ребенок улыбался и гулил, однако улыбка и нежное лепетание не помогли бы уцелеть в доисторическую эпоху крохе, к которому подкрадывается опасный зверь, а его мать неподалеку собирает ягоды и грибы. **Только громкий плач могли услышать родители, только плач помогал отводить внимание и еду у братьев и сестер.**



## **1.2 Вторая и ключевая причина плача – Недостающий четвертый триместр**

Женщина вынашивает детей около 9 месяцев, однако ученые предполагают, что раньше этот процесс занимал больше времени, возможно, почти год, и человеческие дети появлялись на свет более приспособленными к жизни. Но по мере эволюции человеческий мозг совершенствовался и увеличивался. Для того чтобы становившаяся все большего размера голова малыша не застряла в родовых путях (что грозило гибелью матери и ребенку), умный женский организм стал «выселять» детей из утробы раньше.

Новорожденный ребенок – это практически все тот же плод-зародыш, коим он был буквально несколько дней назад, только попавший в пугающий его внешний мир.

В результате сегодня человеческий ребенок рождается на свет абсолютно беспомощным, в отличие от детенышей других млекопитающих, например жеребят, которые могут встать и даже ходить в первые дни своей жизни. Между 4-недельным и 4-месячным малышом – гигантская разница. По окончании четвертого, недостающего ему триместра он уже отлично концентрирует внимание, поворачивает голову к источнику звука, умеет ждать, различает лица, ловко дер-

жит предметы и контролирует свое тело.

**Уютный мир, в котором малыш пребывал первые три триместра своей жизни, в четвертом триместре должны заменить любовь и нежность родителей.** Однако даже самые заботливые мамы и папы не всегда знают, что именно дает новорожденному чувство защищенности и комфорта. Тому, что хорошо понимали на интуитивном уровне женщины сотни лет назад и что до сих пор практикуют в местах, оторванных от цивилизации, в современном мире приходится учить заново.

Ребенка приносят из роддома, кладут в светлую просторную детскую кроватку и стараются окружить полной тишиной. Но разве такие условия были у малыша еще несколько дней назад? Он находился в тесной и теплой утробе, постоянно покачивающейся в такт движениям его матери, и его постоянно сопровождал равномерный шум. **Поэтому абсолютно логично, что, попав в совершенно непривычные условия тишины, неподвижности и непривычного простора, незрелая нервная система ребенка не выдерживает, реагируя плачем и провоцируя колики.**

## **1.3 Третья причина плача – Колики**

Именно колики больше всего любят приводить как причину детского плача бабушки и доктора. И именно колики являются источником наибольшего количества беспочвенных домыслов и бесполезных фармацевтических препаратов (эффективность капель от газиков при коликах абсолютно не подтверждена). Как же отделить правду от сомнительных стереотипов?

### **1.3.1. Симптомы колик:**

- ребенок не успокаивается при кормлении и укачивании;
- ребенок извивается и стонет;
- ребенок резко начинает плакать и также резко заканчивает;
- крик ребенка похож на крик от боли.

### **1.3.2. Факты о коликах:**

- «тройное правило» колик – ребенок подвержен коликам, если плачет как минимум 3 часа в день, 3 дня в неделю, 3 недели подряд;
- колики начинаются в возрасте 2 недель, усилива-

**ются к 6 неделям и стихают к 3–4 месяцам;**

– доношенные дети страдают от колик так же часто, как и недоношенные (у них колики начинаются спустя 2 недели после их теоретической даты рождения);

– ребенок начинает плакать во время или сразу после кормления;

– между приступами плача ребенок пребывает в хорошем настроении;

– колики становятся сильнее к вечеру;

– во многих культурах никогда не слышали о детских коликах;

– **успокоить плачущего от колик ребенка можно укачиванием, надавливанием на животик, пеленанием и «шиканием» (произнося громко протяжный «ш-ш-ш»).**

### **1.3.3. Мифы о коликах**

– **Принято ложно считать, что причины колик – газы или другие незначительные проблемы с животиком.** Это не так. Исследования доказали, что у детей, страдающих и не страдающих коликами, количество газов одинаково. Кроме того, страдающие коликами дети в большинстве своем не страдают запорами и исправно срыгивают много раз в день.

– **Неверно и то, что причина колик – серьезные про-**

**блемы с животиком.** Тогда коликами страдало бы значительно меньшее количество детей. Конечно, к коликам могут добавиться и более серьезные пищеварительные проблемы, такие как пищевая аллергия, непереносимость молочных протеинов, несварение, изжога, перевозбуждение от кофеина, поступающего с молоком матери. Но тогда устранение причин желудочных проблем (смена молочной смеси, материнская диета) снимало бы вопрос колик с повестки дня.

– **Довольно распространенным является миф, что причиной колик может стать тревожное состояние матери ребенка.** Да, для многих мам рождение ребенка одновременно и большая радость, и сильнейший стресс из-за неопытности, усталости, гормональной перестройки. Стресс матери может вызвать уменьшение количества молока, и ребенок может плакать от голода, но колики тут ни при чем. Колики начинают беспокоить детей начиная с возраста 2 недель, почему же раньше им не передается тревожность матери? Кроме того, очень часто бывает, что коликами совершенно не страдает первый, второй и четвертый ребенок в семье, но очень сильные колики наблюдаются у третьего и пятого ребенка.

– **Теория о том, что причина колик состоит в неразвитости мозга малыша, тоже не выдерживает критики.** Согласно ей, коликами больше страдали бы недоношенные дети, чей мозг более незрел, чем у доношенных. Но это

не так.

**– Причина колик не в особом темпераменте ребенка**

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.