

Анна Милован

НЕОБЫЧНАЯ КНИГА

ДЛЯ ОБЫЧНЫХ РОДИТЕЛЕЙ

Простые ответы
на самые частые вопросы



Личность ребенка
Раннее развитие
Самые частые
родительские «почему?»

Домашний логопед

ИГРАЕМ ВМЕСТЕ С МАМОЙ
15
заданий

Анна Викторовна Милованова
Необычная книга для обычных родителей.
Простые ответы на самые част(н)ые вопросы

*Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=9998229*

*Необычная книга для обычных родителей. Простые ответы на самые част(н)ые вопросы / А. В. Милованова.: Мир и Образование; Москва; 2013
ISBN 978-5-94666-701-2*

Аннотация

Вам кажется, что вы знаете о своем ребенке все или, по крайней мере, все, что вам нужно знать? Однако каждый раз вы сталкиваетесь с неожиданными проблемами.

Как вырастить ребенка счастливым и помочь преодолеть преграды, возникающие на жизненном пути? Как вовремя заметить и исправить отклонения в развитии: будь то дефекты речи или различные трудности психологического характера? Как приготовить еду вкусно и красиво на радость малышу, не отступая от принципов здорового питания? Как раскрыть врожденные способности ребенка?

Вы хотите обладать исчерпывающей информацией, не затрачивая массу времени на ее поиски? В таком случае эта книга для вас. Ни слова выдумки, вымысла или догадок. Только достоверная, проверенная информация. Мнения специалистов: врачей, психологов, педагогов. Опыт родителей, на своих детях проверивших пригодность тех или иных советов. В вопросах воспитания важна каждая деталь!

Содержание

От автора	5
Предисловие	7
Личность ребенка	8
Почему в семье рождаются дети только одного пола?	9
Наиболее очевидные причины	10
Вторичные причины	12
Искусственные способы предопределения пола ребенка	14
Старший и младший – мир или война	16
Как вести себя со старшим ребенком	17
Как вести себя с младшим ребенком	17
Темперамент маленького человека	19
От темперамента может многое зависеть	20
Застенчивый ребенок	22
Граница между агрессией и адекватной защитой	24
Какой он, маленький агрессор?	24
Откуда берется агрессия и как с ней справиться	25
Самооценка ребенка	27
Что есть «Самооценка»	27
Как в домашних условиях быстро определить уровень самооценки ребенка	28
Методы приведения самооценки ребенка к адекватному уровню	29
Что пугает малыша и как с этим бороться	32
Инстинктивные страхи	32
Страхи разума	33
Как вести себя родителям, чтобы помочь ребенку справиться со своей проблемой	35
Активен или гиперактивен?	36
Законы детской дружбы	39
Маленькая жадина	41
Распространенные ошибки в борьбе с жадностью	41
Не жадный, щедрый!	41
Онанизм у маленького ребенка	43
Причины и следствия	43
Пять шагов на пути к избавлению	44
Развод и ребенок	46
Как сказать ребенку об этом	46
Как вести себя приходящему родителю?	47
Новые родители	47
Дар рождения леворуким	48
Преимущества правого полушария	49
Педагогический подход	49
Детский сад	50
Готов ли малыш к детскому саду?	50
Сложности адаптации	52
Правила поведения для мамы	53

Бич современных дошкольников	54
Готовность ребенка к школе	55
Подготовка к школе	55
Признаки переутомления и как с ними бороться	56
Общие рекомендации	56
Раннее развитие	57
Секреты IQ	58
Определяющий фактор	59
Готовимся родить гения!	60
Создание правильной среды	60
Механизм развития интеллекта	61
Чего делать не стоит	62
Кривое зеркало	63
Эффектная внешность	63
Выдающийся интеллект	63
Главное, чтоб человек хороший был	64
Эпоха вундеркиндов	66
Конец ознакомительного фрагмента.	67

Анна Викторовна Милованова

Необычная книга для обычных родителей. Простые ответы на самые част(н)ые вопросы

От автора

Россия на пике рождаемости. Год от года детей становится все больше и больше, и мам становится больше. Второй ребенок? Третий... Где предел? Нам объясняют, как протекает беременность, как подготовиться к родам и ухаживать за малышом. Занимательные пособия знакомят с полезными играми и популярными методиками. Мы много читаем, чтобы все знать, но каждый раз удивляемся, сталкиваясь с неожиданными проблемами. Почему в жизни так получается, что самое ценное человек узнает задним числом?

Почему, когда под радостные возгласы родных мама впервые подтягивает полугодового крошку за ручки, помогая малышу сесть, никто не говорит, что этого делать не стоит? А потом, когда, минуя этап ползания, он встает на ножки и начинает ходить, ортопеды, наконец, объясняют, что для правильного развития ребенок должен все делать сам. И тогда он сперва учится ползать, так как это легче, а уж затем, смешно переваливаясь с четверенек, овладевает техникой сидения. Это правильно, но кто об этом знает. Как и о том, что никогда не ползавший ребенок имеет впоследствии трудности с обратным счетом.

Иногда создается ощущение, что все готовы часами говорить и писать об одном и том же, в то время как целая лавина необходимой информации почему-то остается «за бортом».

Мы все такие разные, но каждой маме хочется, чтобы ее ребенок был счастливым, смысленным и здоровым. Мы привыкли решать проблемы по мере их поступления, но ведь можно предотвратить их заранее – до поступления. Случись что, все сразу спрашивают: «Что же ты раньше не спросила?» Знал бы, где упаду, соломку подстелил. Задать правильный вопрос – это уже половина ответа. Жизнь так многогранна, что и не знаешь, с какой стороны ожидать выпада, и так сложна, что никак не получится наперед все предугадать и предусмотреть. Но можно пойти другим путем. Не искать лекарства от всякой болезни, а укреплять иммунитет. Не бояться дурной компании, а воспитывать моральный и культурный стержень в своем ребенке.

«Маленькие детки – маленькие бедки». Задумывались ли вы над тем, что большие бедки имеют корни в тех самых маленьких безобидных шероховатостях воспитания и развития? То, на что когда-то просто не обратили внимания, что, возможно, показалось слишком незначительным в свое время. Профилактика – это ли не секрет успешного воспитания? Мы занимаемся этим каждый день, чистя зубы по утрам и переходя дорогу на зеленый свет. Уверенно управляя своей жизнью в тех вопросах, что хорошо известны и знакомы с детства. Совершая незамысловатые манипуляции с ребенком сегодня, мы можем не только подарить малышу счастливое насыщенное эмоциями и открытиями детство, а себе радостные мгновения совместного отдыха, но и уберечь ребенка от проблем в будущем. Хотите примеры – их бесконечное множество.

Занятия музыкой. Чтобы стать музыкантом? Не только, и даже не столько. Пятерки в школе по математике. Но какая тут связь... Оказывается, есть. Прогулка в парк на аттракционы. Веселое времяпрепровождение? Конечно, но еще и залог будущего успешного человека. Отказаться от дешевых контрафактных игрушек. Быстро ломаются и пахнут химией?

Да, и к тому же понижают IQ ребенка баллов так на двадцать. Наш мир логичен и предсказуем. Современная наука постоянно находит все новые неожиданные связи и объяснения. Специалисты различных областей разрабатывают программы и методики. Опытные родители, пользуясь веками накопленной мудростью и собственным уникальным опытом, раскрывают секреты своих успехов. А кому, как не маме, так полезны эти сведения? Тогда читайте. Именно об этом и пойдет речь в этой книге.

Предисловие

Вы хотите обладать исчерпывающей информацией, не затрачивая массу времени на поиск среди множества книг и журналов? В таком случае эта книга для вас. Ни слова выдумки, вымысла или догадок. Только достоверная, проверенная информация из первых источников. Мнения специалистов: врачей, психологов, педагогов. Опыт родителей, на своих детях проверивших пригодность тех или иных советов. Исторические примеры и справочные сведения. Вам хватит всего пяти минут, чтобы стать компетентным в том или ином вопросе. В книге умышленно сведены к минимуму вводные рассуждения и оставлено лишь то, что имеет непосредственное отношение и реальную значимость для поднимаемых тем.

Как вырастить ребенка счастливым и помочь преодолеть возникающие на жизненном пути преграды? Как в домашних условиях вовремя заметить и исправить отклонения в развитии? Будь то дефекты речи или различные трудности психологического характера. Как отдохнуть с ребенком и грамотно спланировать мероприятие? Как приготовить вкусно и красиво на радость малышу, не отступая от принципов здорового питания? Как, используя мудрость предков и современные разработки в области детского образования, максимально раскрыть врожденные способности? В вопросах воспитания важна каждая деталь. Счастье, когда ребенок растет умным и сообразительным. Однако не менее важно создать уникальный микроклимат в семье, позволяющий малышу чувствовать себя любимым и защищенным. Главная сложность состоит в умении балансировать на «золотой середине», не допуская даже малейших перекосов.

Обладая информацией, вы сможете быстро и адекватно реагировать на изменения в поведении взрослеющего крохи. Порой именно незнание определенных предвестников становится причиной возникновения негативных последствий. Данная книга предоставляет знания во всем своем многообразии, включая порой даже противоположные мнения и спорные направления. Право окончательного решения, безусловно, остается за родителями, так как только они, учитывая собственный опыт и направление воспитательной политики, компетентны решать, какое течение им ближе и больше подходит в конкретной ситуации.

Вам кажется, что вы знаете все или, по крайней мере, все, что вам нужно знать? Откройте случайным образом любую страницу и прочтите ее! С огромной вероятностью вы найдете для себя что-нибудь: а) новое, б) забытое, но интересное. Да, это пособие для родителей, но вовсе не скучный учебник. Мы привыкли читать журналы, любим любопытные вставки. Книга не должна быть менее интересной. Именно такую вы сейчас держите в своих руках. Пусть полезное времяпрепровождение станет еще и приятным, а методы воспитания ребенка покажутся простыми и эффективными.

Личность ребенка



Темперамент маленького человека

Самооценка ребенка

Маленький агрессор

Жадина

Застенчивый ребенок

Законы детской дружбы

Детский сад

Готовность ребенка к школе

Почему в семье рождаются дети только одного пола?

«Когда я была беременна в первый раз, нам с мужем было все равно, кто родится. Родилась прелестная девочка. Во второй раз мы втайне надеялись, что получим «полный комплект» и родится мальчик, но родилась опять девочка. В третий раз мы подошли к делу серьезно и перепробовали чуть ли не все известные методики планирования пола ребенка. Родилась еще одна миленькая дочурка. Теперь муж называет нашу семью «курятником» и отказывается предпринимать новые попытки без 100 %-ной гарантии. Скажите, можно ли в действительности запланировать пол ребенка?»

Обращение мамы на интернет-форуме

Как правило, родителям не принципиален вопрос о том, какого пола родится ребенок. Более того, статистика подтверждает, желающих иметь сына ровно столько же (17 %) респондентов, как и дочь, остальные хотели бы двоих разнополых детей. Может быть, и не стоит вмешиваться в дела природы, старающейся сохранить баланс между двумя полами. Ведь последствия могут быть катастрофическими для человечества в целом. Взять хотя бы современную политику Китая, своим запретом на рождение второго ребенка спровоцировавшего население миллиардной страны на поиск всевозможных ухищрений для планового рождения малыша мужского пола. Как результат, налицо существенный дисбаланс подрастающего поколения и введение беспрецедентных санкций вплоть до уголовной ответственности за попытки искусственно повлиять на пол будущего ребенка.

Другое дело, что бывают семьи, где подобные желания вполне оправданы. Многодетные семьи, где по иронии судьбы рождаются дети только одного пола, и, тем более, семьи, где по медицинским показаниям нежелательно рождение ребенка определенного пола. Вспомнить хотя бы наследственное заболевание гемофилия, приводящее к тяжелым последствиям исключительно у мужчин. Стоит сразу оговориться, 100 %-ной гарантии рождения малыша определенного пола без хирургического вмешательства, опасного для будущего ребенка, не может дать ни один метод планирования. Но многолетняя история изучения таких «однополых» семей все-таки дает возможность выделить некоторые свойственные атипичному для природы явлению закономерности, как лежащие на поверхности, так и более глубинного характера.

Самые-самые

13 июня 1971 года 19-летняя Жеральдина Бродерик родила пятерых мальчиков и четырех девочек. Самое большое число детей, рожденных одной матерью, по официальным данным, равно 69. Согласно сообщениям, сделанным в 1782 году, в период между 1725 и 1765 годами жена русского крестьянина Федора Васильева рожала 27 раз, произведя при этом на свет 16 раз двойни, 7 раз тройни и 4 раза по 4 близнеца. Из наших современниц наиболее плодовитой матерью считается Леонтина Альбина (или Альвина) из Сан-Антонио, Чили, которая с 1943 по 1981 год родила 55 детей. В результате первых 5 беременностей у нее рождались тройни, причем исключительно мужского пола.

Наиболее очевидные причины

Подвижность сперматозоидов и особенность яичников

Половая принадлежность человека закодирована в Y-хромосоме, существующей только у мужчин. К стандартному набору из 22 хромосомных пар от обоих родителей добавляется по одной половой хромосоме: всегда X от мамы и X или Y от папы. Но значит ли это, что пол целиком зависит от мужчины? Вовсе нет, да и не бывает в природе такого, чтобы все зависело лишь от одного фактора. Хотя, рассматривая вопрос комплексно, именно с этого и стоит начать.

Прежде всего, случаются нарушения в составе половых хромосом. Например, у мужчины может иметься не одна X-хромосома, а две и больше. К сожалению, полученные таким образом девочки страдают бесплодием. Бывает, что папа передает сыну не одну, а две Y-хромосомы, замечена связь между подобным отклонением и ростом правонарушений у ребенка в будущем. У отдельных мужчин сперматозоиды одного вида по неизвестным причинам имеют значительное преимущество при оплодотворении. У некоторых вырабатываются практически одни только Хили Y-хромосомы (существует теория, что у мужчин, способных к эякуляции до 10 раз в сутки, на 98 % в составе Y-хромосомы).

Возможны и отличия в женской репродуктивной системе. Опять-таки теория: яйцеклетки также имеют предпочтения при выборе сперматозоида определенного пола. Так, яйцеклетки правого яичника охотнее принимают Y-хромосомы, левого – X. Следовательно, если у женщины проблемы с правым яичником, то рождаются будут девочки. С другой стороны, помочь сперматозоиду найти нужное направление можно, приняв положение на желанном боку сразу после секса.

Поверие

Если муж является братом нескольких сестер, а жена не имеет братьев вовсе, то рождение первенца-мальчика равно нулю.

Кислотно-щелочная среда и привычный рацион питания

Серьезное влияние на формирование пола будущего ребенка оказывает среда, в которую попадают сперматозоиды. Она целиком зависит от женщины. В женской половой системе существует кислотно-щелочной баланс. Разумеется, он может варьироваться у разных женщин в ту или иную сторону, даже более того, изменяться под воздействием внешних факторов. Во время половой близости во влагалище женщины попадает 300–500 миллионов сперматозоидов. В его кислой среде большая их часть гибнет, лишь самые стойкие попадают в шеечную слизь, имеющую слабощелочную реакцию, которая облегчает им движение.

Добавив к этому, что сперматозоиды с X-хромосомой отличаются большей живучестью, вывод напрашивается сам: женщины, обладающие более щелочной средой, имеют больше шансов родить мальчика. Отчасти такие особенности закладываются генетически, но немаловажную роль играет и особенность питания будущей мамы.

Не так давно была очень популярна специальная «французская диета», разработанная французскими учеными Жозефом Столковски и Жаком Лораном и обещающая 80 %-ную эффективность. Она возникла благодаря изучению особенностей питания за несколько месяцев до предполагаемого зачатия. Еще в 60-е годы XX века Жозеф Столковски проводил эксперименты со средиземноморскими жабами и установил: если добавлять в воду, где они

живут, соли калия, на свет появится больше самцов. Если же обогащать ее солями кальция – увеличится число самок.

То же правило распространяется и на человека – родителям будущих мальчиков следует употреблять в пищу большое количество натрия и калия, а родителям будущих девочек – продукты, богатые кальцием и магнием. *Мечтающим о мальчике* советуют есть: соленое, мясо, рыбу, колбасы и копчености, картофель, рис, грибы, черешню, бананы, абрикосы, апельсины, персики, финики, сухофрукты. *Если родители хотят девочку*, то будущей маме рекомендуется включить в свой рацион: сладкое, молочное, зелень, яйца, выпечку и злаковые, баклажаны, свеклу, морковь, огурцы, горошек, перец стручковый, лук, орехи. Возможно, это имеет какое-то отношение и к старинным славянским традициям, сохранившимся до наших дней лишь в образном виде: посыпать подоконник солью – к мальчику и сахаром – к девочке.

Следует особо подчеркнуть, что ряд исследований выявили увеличение числа самопроизвольных выкидышей у женщин, соблюдающих специфичную диету более двух месяцев. Это объясняется тем, что в ранние сроки беременности происходит закладка органов и систем будущего ребенка, и дисбаланс или дефицит пищевых веществ может повлечь серьезные нарушения. Также выяснилось, что женщины, строго следящие за своей фигурой и регулярно соблюдающие различные, особенно безуглеводные диеты, испытывают больше проблем с зачатием ребенка и реже рожают мальчиков.

Сексуальная жизнь

Широкую огласку получил так называемый *метод Шеттлса*. Он основан на различной продолжительности жизни женских и мужских сперматозоидов в половых путях. Сперматозоиды с Y-хромосомой (мужские) – шустрые и сильные. Их шансы первыми добраться до заветной яйцеклетки выше. Но есть и другая сторона: они недолговечны и быстро теряют свою жизненную силу, уступая в борьбе крупным и неповоротливым, но чрезвычайно живучим X-носителям (женские). Следовательно, занимаясь сексом непосредственно перед, после или в момент овуляции (в пределах 12 часов), пара увеличивает вероятность зачатия мальчика, а немного опередив момент (за 2–3 дня до овуляции), оставляет шансы только женским сперматозоидам. Отсюда простой вывод: больше мальчиков будет рождаться в тех семьях, где сексом занимаются часто и регулярно, так как в таких условиях подловить момент будет проще. Правда, существует и другой аргумент. Если не заниматься сексом слишком долго, например год, организм женщины среагирует на нехватку мужчин и мобилизует силы для воспроизводства последних. Подобный эффект многократно наблюдался после войн, когда резко увеличивалась рождаемость мальчиков.

Кроме того, не стоит забывать первейшего правила мужского здоровья. Яички должны быть в холоде, особенно если будущий отец мечтает о сыне. Следует отдавать предпочтение просторному нижнему белью (а не плавкам), избегать горячих ванн, бани и сауны, работ в жарких цехах, сидения рядом с автомобильной печкой, слишком теплой одежды. Для выработки качественного генетического материала мужчине требуются трехдневные перерывы. Это усложняет задачу попадания в нужный день. Поэтому были разработаны специальные способы определения дня овуляции. Прежде всего, измерение базальной температуры.

Каждое утро женщине следует измерять температуру, не вставая с постели, одним и тем же термометром. В первую половину цикла температура несколько ниже, чем во вторую. Вот этот день подъема и является днем овуляции. Также можно обратить внимание на выделения, достигающие своего максимального значения в день овуляции. Одним из наиболее информативных методов определения дня овуляции является использование специальных домашних тестов для определения уровня лютеинизирующего гормона (ЛГ) в моче. Про-

изошедшую овуляцию можно увидеть и на УЗИ. Тем не менее, стараясь не прийти слишком рано, позаботьтесь и о том, чтобы не опоздать. Яйцеклетка живет всего 24–48 часов, причем на вторые сутки она скоротечно стареет, увеличивая вероятность выкидыша и врожденных дефектов.

Но не только частота и момент близости могут оказывать влияние на пол ребенка. Поразительное значение оказывает и удовлетворение женщины сексуальной жизнью. Как уже было сказано ранее, чем быстрее сперматозоиды достигнут яйцеклетки, тем больше шансов у Y-носителей на успешное оплодотворение. В обычном состоянии им требуется порядка двух часов, чтобы пересечь полость матки и попасть в маточную трубу. Однако этот процесс можно ускорить в разы. Возможно, именно для этого существует женский оргазм, подобно лифту сокращающий путь для желанных сперматозоидов. К тому же предполагается, что у женщины во время оргазма происходит выброс щелочи, опять-таки благоприятствующей мужским сперматозоидам. Эффект усиливается, если женский оргазм предшествовал мужскому. Похожее объяснение дает и зависимость выбора позиций с наибольшим проникновением и рождением сына.

Вторичные причины

Возраст родителей и частота появления детей

Статистически известно, что мальчиков чаще рожают молодые (до 20 лет) женщины и стареющие мужчины. Понятно, что вероятность рождения многочисленных сыновей у семей с подобным мезальянсом выше. Тем более что погодки чаще бывают одного пола. Дети разного пола, как правило, рождаются с интервалом более трех лет. В этой связи не теряет своей актуальности методика расчета пола ребенка, основанная на «циклах обновления крови». Считается, что у женщины кровь обновляется раз в 3 года, у мужчины – раз в 4 года, не считая серьезных вмешательств: операций, родов или донорства. Чья кровь «новее» на момент зачатия, такой и родится ребенок. Возраст матери делится на 3, возраст отца делится на 4, чей остаток больше – тот и получится.

Раньше люди верили другой методике. Согласно ей у каждой женщины есть 6-летние циклы, последовательно сменяющие друг друга. Внутри одного цикла с вероятностью в 90 % рождаются дети одного пола. Альтернативный метод лег в основу древнейшего китайского календаря зачатия (см. с. 21). Достаточно задать возраст женщины, чтобы получить прогноз на пол ребенка по месяцам года.

Существуют и более сложные системы подсчета.

Частота рождения близнецов

В соответствии с законом о рождении близнецов, впервые сформулированным в 1895 году французским биологом Д. Эллином, одна двойня рождается на 85 одиночных родов, одна тройня – на 85 двоен, одна четверня – на 85 троен и т. д. Наличие близняшек в роду увеличивает шансы на 50 %. Научно доказано, что ген, отвечающий за появление близнецов, сцеплен с Y-хромосомой и наследуется по мужской линии от деда к внуку. В последнее время шансы родить двойню появились и у пациентов программы «Дети из пробирки». Врачи стимулируют созревание сразу нескольких яйцеклеток, причем все они могут быть оплодотворены. Поэтому количество детей регулируется исключительно желанием и возможностями будущих родителей.

Внешний вид и образ жизни родителей

Замечено, что внешне привлекательные пары имеют на 26 % меньше шанс родить мальчика. Видимо, потому, что красота эволюционно расценивается женским фактором, а вот сильные и волевые женщины чаще рожают сыновей. Ученые объясняют это повышенным содержанием мужских половых гормонов, в частности тестостерона, у «железных леди». Равно как и мужчины, чье лидерство в семье (именно в семье) неоспоримо, чаще становятся отцами сыновей. Замечена зависимость и от веса женщины: менее 54 кг – девочки, более – мальчики. И, наконец, у людей, больных подагрой, в потомстве преобладают девочки, равно как и в семье курящих родителей. Среди отпрысков лысых мужчин в полтора раза больше мальчиков.

Древнекитайская таблица определения пола ребенка по времени зачатия

Возраст	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь
18	м	д	м	д	м	м	м	м	м	м	м	м
19	м	д	м	д	м	м	м	м	м	д	м	д
20	д	м	д	м	м	м	м	м	м	д	м	м
21	м	д	д	д	д	д	д	д	д	д	д	д
22	д	м	м	д	м	д	д	д	д	д	д	д
23	м	м	д	м	м	д	м	д	м	м	д	д
24	м	д	м	м	д	м	м	д	д	д	д	д
25	д	м	м	д	д	м	д	м	м	м	м	м
26	м	д	д	д	д	д	д	д	д	д	д	д
27	д	м	д	м	д	д	м	м	м	м	д	м
28	м	д	м	д	д	д	м	м	м	м	д	д
29	д	м	д	д	м	м	д	д	д	м	м	м
30	м	д	д	д	д	д	д	д	д	д	м	м
31	м	д	д	д	д	д	д	д	д	д	д	м
32	м	д	м	д	д	д	д	д	д	д	д	м
33	д	м	д	м	д	д	д	д	д	д	д	м
34	д	д	м	д	д	д	д	д	д	д	м	м
35	м	м	д	м	д	д	д	д	д	д	м	м
36	д	м	м	д	м	д	д	д	д	м	м	м
37	м	д	д	м	д	д	д	д	д	д	д	м
38	д	м	д	м	м	д	д	д	д	д	м	д
39	м	д	м	м	м	д	д	д	д	д	д	д
40	д	м	д	м	д	д	м	д	д	д	м	д
41	м	д	м	д	м	д	д	д	д	д	д	м
42	д	м	д	м	д	д	д	д	д	д	д	д
43	м	д	м	д	д	д	д	д	д	д	м	м
44	м	м	д	м	д	д	д	д	д	д	д	д
45	д	м	м	д	д	д	д	д	д	д	м	м

По статистике, в королевских и аристократических семьях, а также в кланах американских президентов рождается больше сыновей, чем дочерей. У этого феномена два объяснения. Первое: сыновей чаще рожают богатые, замужние и образованные женщины, уверенные в себе и завтрашнем дне. Второе: в условиях хорошего питания и полноценного отдыха у мужчин повышается качество мужских сперматозоидов и удельный вес носителей Y-хромосом. Тут важен и микроклимат в семье, и условия работы. Так было убедительно показано, что шахтеры, постоянно испытывая недостаток кислорода, имеют в среднем втрое меньше сыновей, а у одиноких женщин заметно чаще рождаются девочки, чем у их замужних подруг.

Внешние факторы при зачатии

Как писал в одном своем рассказе Роальд Даль про фермера, имеющего 9 мальчишек и ни одной девочки: «Нет, нам девчонки на ферме не нужны, поэтому я пользуюсь проверенным способом – во время «этого» жена должна смотреть в сторону солнца, тогда мальцы оказываются шустрее». Еще в старину наши предки верили, что от прохладной погоды появ-

ляются девочки, а в жару мальчики. Что, в общем-то, подтверждается наблюдениями за северными жителями, где традиционно рождается мало мальчиков.

Существуют любопытные теории, что какие-то временные промежутки более благоприятны для зачатия мальчиков, другие – для девочек, прочие же вносят некий элемент неопределенности. Вот только какие, вопрос, безусловно, спорный. Одни называют самыми «мужскими» месяцы с ноября по январь, а «женскими» – с мая по июль. Другие привязывают зачатие к циклу Луны, утверждая, что существуют шесть мужских и шесть женских созвездий (знаков зодиака), пересекая которые в течение своего цикла, Луна и определяет будущий пол ребенка. Удивительно, но даже указывается пока не большая, но все же убедительная статистика в пользу достоверности этого метода.

Недавно появилось новое направление в прогнозировании пола ребенка, основанное на якобы существующих 73 днях в году, когда женщина точно родит мальчика, 73 днях – девочку, и остальных 240 днях с нейтральным зарядом. Самое поразительное в этой методике то, что услуга стоит недешево – почти 400 евро, но авторы дают 98 % гарантии успеха и подписываются, что вернут деньги при рождении ребенка не того пола.

Искусственные способы предопределения пола ребенка

Методы, действительно дающие высокую степень попадания, существуют. Правда, пользоваться ими во многих странах не просто не рекомендуется, но даже запрещено законодательно (Австрия, Германия, Швейцария и пр.). Это обосновывается не только тем, что вмешательство в естественный ход вещей может нарушить природное равновесие, но и объективной опасностью подобных манипуляций для жизни и здоровья будущего человека. В таких странах, как Япония, Австралия, Канада, Франция, Индия, заблаговременный выбор пола ребенка допускается лишь в том случае, если для этого имеются веские медицинские обоснования.

Тут первое, о чем вспоминается, ЭКО – метод экстракорпорального оплодотворения. Суть метода состоит в том, что оплодотворение яйцеклетки происходит вне женского организма, а в матку подсаживают уже развивающийся эмбрион. Этот метод создан главным образом для пар, долго и безрезультатно лечившихся от бесплодия. Отбор первичного материала для оплодотворения производится по системе MicroSort® – сортировка женских и мужских сперматозоидов на основе техники измерения различий ДНК. Этот метод достаточно эффективен: около 88 % женщин, желающих зачать девочку, получают желаемый результат, и около 73 % – при желании родить мальчика.

Преимплантационная генетическая диагностика (ПГД): пожалуй, на сегодня самый эффективный метод планирования пола ребенка, он позволяет не только предопределить пол малыша со 100 %-ной точностью, но и обеспечивает развитие здорового эмбриона. Популярность этого метода планирования неуклонно растет, несмотря на его дороговизну и интенсивность, а также использование техники оплодотворения *in vitro* (ЭКО) и выполнение биопсий эмбриона до его возвращения в матку.

Рождение в семье детей только одного пола – уникальный для природы и крайне редкий случай. Конечно, речь идет о действительно многодетных семьях, где воспитываются семь-восемь и больше детей. Роптать на судьбу, имея всего трех дочек или сынишек, все же немного преждевременно. Вспомните хотя бы Николая II, у которого долгожданный сын родился только после четырех дочерей. Тем не менее в современном обществе двух-трехдетных семей понять желание родителей иметь разнополых детей, разумеется, можно. Пробуйте, применяйте известные методики, учитывая возможные неблагоприятные последствия злоупотребления, старайтесь запрограммировать пол будущего ребенка. Но только до

того момента, как долгожданный тест покажет две полоски! С момента зачатия уже нельзя повлиять на пол ребенка. Малыш будет развиваться по заложенной генетически программе. Однако в наших силах изменить психологию крошки, возможно даже до его рождения. Ребенок, пусть даже такой маленький, очень хочет быть любимым и желанным, и будет готов поменять пол, если вы того так хотите. Но захотите ли вы этого потом, увидев его после рождения?

Старший и младший – мир или война

Можно ли вырастить детей друзьями, а не соперниками? Как подгадать момент, когда рождение второго ребенка не станет неподъемной ношей для мамы и неизлечимым стрессом для старшего? Психологи с уверенностью отвечают: «Безусловно. Главное, учитывайте естественные предсказуемые трудности и индивидуальные особенности характера своего первенца».

Медицинские исследования показывают, что приемлемый разрыв между двумя беременностями – от 1,5 до 5 лет. Если предыдущие роды проходили не естественным путем, а с помощью кесарева сечения, то врачи советуют планировать следующую беременность не ранее, чем через 2–3 года, так как возрастает риск выкидыша и других осложнений, пока шов еще недостаточно зарубцевался.

Погодки – неразлучники

Воспитывать погодок оказывается для мамы не намного сложнее, чем одного ребенка. Очень быстро потребности детей выравниваются, и малыши легко подстраиваются под общий режим. Однако детки-погодки, несмотря на очевидные плюсы в совместном общении, к сожалению, страдают от «синдрома близнецов» – отставание в развитии речевого и когнитивного аппарата.

Разница 2–3 года – на пике ревности

Оптимальный промежуток между родами составляет от 18 до 23 месяцев, когда старший ребенок уже не требует интенсивного ухода, а разница в возрасте еще позволяет детям вместе играть и иметь общие интересы. Маме удобно по свежим следам наладить уход за малышом, да и вещи с игрушками еще все на местах. Кроме того, первый ребенок как раз идет в детский сад, и у женщины появляется возможность всецело посвятить себя малютке. С другой стороны, детям до трех лет требуется абсолютная любовь и забота, не разделенная с другими малышами, что, как правило, приводит к возникновению острой ревности. Отсюда вспышки агрессии, насилия к младшему или же постоянные болезни у страдающего первенца. И это, не говоря уже о кризисе трехлетнего возраста.

Идеальная разница: 4 года – 5 лет

Начиная с 4 лет ребенок хочет, чтобы у него появились брат или сестра. Стремление к самостоятельности побуждает малыша ответственно помогать родителям в уходе за крошкой, а накопленный эмоциональный опыт подсказывает, что мамина любовь не станет меньше от пополнения в семье. Разница, конечно, уже слишком большая, чтобы играть на равных, но еще достаточная, чтобы дети стали друзьями в школьные годы.

Более 6–9 лет – разные люди

Любые дети разные, но когда при рождении малютки старший уже идет в школу, маловероятно, что им будет интересно возиться вместе. Только спустя годы, когда младший достигнет совершеннолетия, дети наконец-то смогут общаться на одном уровне. При этом довольно большая разница отнюдь не препятствие для планирования ребенка. Старший

будет активно помогать заботиться о малыше. Молодая мама сможет все силы отдавать уходу и воспитанию второго ребенка, так как старший уже достаточно самостоятелен и независим.

Более 10 лет – смена поколений

Решиться на роды в немолодом возрасте – шаг ответственный и продуманный. Малыш будет окружен всем: и заботой, и любовью, и вниманием. Но главные опасности подстерегают не отношения между детьми, а отношение матери к ребенку. Следует особо оберегать самостоятельность и свободу личности нового человека, чтобы стремление окружить малютку самым лучшим не переросло в гиперопеку. При разнице более 18 лет существует даже вероятность, что дети детей станут ровесниками младшего ребенка.

Как вести себя со старшим ребенком

1. Готовьте старшего ребенка к появлению малыша заранее, позволяя гладить ваш животик, показывая детские фотографии и при каждом случае добавляя: «Когда вас будет двое...».

2. Никогда не принуждайте старшего ребенка помогать с малышом. Все должно происходить только на добровольных началах. В любом случае не нагружайте его работой, малютка и домашнее хозяйство – не ответственность старшего ребенка. Обременяя его обязанностями, не забывайте и о привилегиях: самостоятельный выбор телепередач, игрушек, одежды, времени для занятий. Спрашивайте у него совета в выборе покупок для маленького и уважайте мнение своего ребенка.

3. Любовь не возникает сама собой. Учите старшего любить малыша: «Смотри, какие у него маленькие ручки. Ты был таким же крошкой», «Он так старается делать, как ты». Не стыдите и не запрещайте ревновать – не стоит скрывать свои чувства. Если старший не хочет делиться своими игрушками, одеждой – не заставляйте, пусть играет сам – это же его! Покупайте для малютки все новое.

4. С момента появления второго ребенка всегда помните – их уже двое, а это значит, что, покупая старшему что-нибудь вкусное или интересное, придется дублировать все в двух экземплярах. Вы когда-нибудь задумывались над тем, почему дети-близнецы часто одеваются одинаково? Капризы родителей? Вовсе нет. Попробуйте одеть их по-разному, и ссор не избежать.

5. Договаривайтесь со старшим, указывая понятные ориентиры во времени: «Я перепеленаю и уложу спать малыша, а потом читаем с тобой».

6. Трудно бороться с инстинктами, но постарайтесь трезво оценить ситуацию. С рождением малютки внимание мамы автоматически переключается на него. Это проявляется настолько сильно, что замечается всеми мамами. Да и неудивительно, природа включает механизм защиты самого слабого. Однако это не повод забывать о старшем. Он еще тоже ребенок и не может ждать, пока крошка подрастет. Ведь его детство проходит именно сейчас.

7. Не стоит отдавать старшего ребенка бабушке или няне. Пусть будет сложно, но дети этот период адаптации должны пройти неразлучно.

Как вести себя с младшим ребенком

1. Не испытывайте вину перед старшим за рождение второго ребенка. Пополнение семьи – счастье для всех ее членов, даже если поначалу так не кажется. Поэтому старайтесь не обделять малыша вниманием и любовью, компенсируя первенцу потерю абсолютной заботы.

2. Хваля и отмечая заслуги старшего ребенка, подбадривайте добрым словом и незначительные успехи и старания малыша.

3. Следите, чтобы управление и контроль «маленького папы» или «маленькой мамы» над жизнью малютки не переросло в тиранию.

4. Способы и методы наказания обоих детей должны быть одинаковыми. Шлепая малыша по попе, вы рискуете научить и старшего ребенка к подобным наказаниям брата или сестры, а ругаясь на первенца в присутствии малютки, можно ненароком ущемить его авторитет в глазах последнего.

Важно создать в доме доверительную атмосферу взаимоподдержки. Замечено, в семьях, где нет конфронтации между родителями, дети не дерутся, а вот в споре нет ничего страшного. На родном брате, сестре всегда легче натренировать полезные навыки социальной адаптации, поэтому влезать в детский спор следует, только если тот перерастает в драку. При этом неправильно пытаться выступить третьей стороной, отыскивая виноватого. Напротив, дабы не поощрять ябедничество, лучше отругать обоих детей, побудив их к самостоятельному поиску решения конфликта. При каждой возможности важно учить детей в сотрудничестве и взаимопомощи играть и решать вопросы.

Темперамент маленького человека

Как же повезло родителям уравновешенного малыша-сангвиника. Да... Но не больше, чем остальным. Почему-то многие уверены, что быстро адаптироваться в новых условиях и трезво рассуждать в критических ситуациях – главное в жизни, а ведь у каждого темперамента свои уникальные сильные стороны. Большинство ученых и других интеллектуалов – флегматики. Лучшие актеры и артисты – холерики. Ну а люди искусства: музыканты, художники, натуры чувствительные и хрупкие – разумеется, меланхолики. Так к кому ближе ваш ребенок?

Темперамент (от лат. *temperamentum* – надлежащее соотношение частей, соразмерность) – врожденный тип высшей нервной деятельности с присущими ему показателями скорости, интенсивности, темпа и ритма психических и эмоциональных процессов.

Тест «темперамент ребенка»¹

1. Как обычно ваш малыш реагирует на замечания родителей (воспитателей, учителей)?

А Обещает, клянется, что это было в последний раз, но вскоре опять совершает аналогичный поступок.

Б Злится, возмущается и в итоге поступает по-своему.

В Спокойно признает свою вину.

Г Обижается, легко расстраивается, плачет.

2. Как ваш ребенок поступает в ситуациях, требующих быстрых и решительных действий?

А Его мгновенно охватывает азарт.

Б Действует быстро и энергично.

В Ведет себя спокойно и сосредоточенно.

Г Действует нерешительно, робко.

3. Какой поведенческой линии ребенок придерживается в споре со сверстниками?

А Активно отстаивает свою позицию, но при этом пытается учитывать и чужие мнения.

Б Горячится, раздражается, никого не хочет слушать.

В Говорит уверенно, без лишних эмоций, последователен в изложении своих мыслей.

Г Ведет себя очень нерешительно.

4. Как ваш ребенок ведет себя, оказавшись в незнакомой обстановке, новом месте (например, в гостях, в кабинете у врача)?

А Быстро приспосабливается к новым обстоятельствам, ведет себя оживленно, проявляет интерес к окружающему.

Б Быстро возбуждается, нервничает.

В Спокойно присматривается к непривычной обстановке.

Г Робеет, стесняется, нерешителен, скован.

¹ Источник: www.greenmama.ru

Результаты теста

Преобладание вариантов «А» указывает на то, что темперамент вашего ребенка близок к сангвиническому типу. Если больше ответов «Б», вероятнее всего, ваш малыш – холерик, «В» – флегматик и «Г» – меланхолик.

! Изменить темперамент невозможно. Да и не нужно, ведь это основа человеческого разнообразия. Однако научиться жить в ладу с ребенком и научить его самого управлять собой – можно и нужно.

От темперамента может многое зависеть

Сангвиник (от лат. *sanguis* – кровь).

Маленький пупочек большой Земли. Ребенок – идеал: общительный, жизнерадостный, легко прощает обиды и наказания, избегает конфликтов и умеет переключаться на другую деятельность. Легко адаптируется в новом коллективе и находит друзей. Словно ракета все время стремится ввысь! К сожалению, нередко страдая звездной болезнью. Без улыбок и аплодисментов огонь в глазах меркнет и движения теряют смысл.

Р о д и т е л и: постоянство и качество – те понятия, которых так не хватает малышу. Стоит показать маленькому зазнайке, что не только слова красят человека. Контролируйте, чтобы всякое дело доводилось им до конца, бережно и четко.

Холерик (от греч. *chole* – желчь).

Perpetum mobile (вечный двигатель) без пульта управления. Мало ел, плохо спал... Не важно. Его энергии хватит на всю группу детского сада. Внутренние импульсы побуждают ежеминутно находить себе новые развлечения, не успевая, однако, поделить их на полезные и шалости. Ждать, анализировать – не для него. Экспрессия, волна эмоций, игра на публику, яркие чувства не оставляют времени на скучные, монотонные дела.

Р о д и т е л и: быть штурманом столь скоростного устройства – непростая задача. Самое главное тут – научить малыша направлять свою энергию. Спорт, общение, любая деятельность, требующая физической активности, – его конек.

Флегматик (от греч. *phlegma* – слизь).

Океанский ледокол в своей необъятной красе. Любые знания, навыки, привычки и даже чувства формируются очень-очень долго. Но на всю жизнь! Форт Нокс глубоких страстей и мыслей. Самые надежные и проверенные люди, самые четкие и здравые решения, когда не требуется скорость. Раз принятая задача должна быть доведена до конца, невзирая ни на какие внешние обстоятельства. Упрямая позиция? Твердая.

Р о д и т е л и: он не «копуша», просто не у всех основное мерило – время. Доверяйте своему ребенку. Кто еще выполнит задачу так же безукоризненно качественно? Не торопите малыша, а учите ставить четкую цель и с минимумом действий ее добиваться.

Меланхолик (от греч. *melaina chole* – черная желчь).

Словно изящная орхидея в домашней вазочке, требующая особо осторожного ухода. Такие дети необычайно талантливы. Вы удивитесь, когда узнаете, какие мысли и чувства скрываются за смущенным взглядом. Всячески избегая конфликтов, они то и дело обижа-

ются, замыкаясь в себе. Боязнь осуждения заставляет их прятаться и придает любому действию нерешительность и неловкость.

Родители: только любовь может защитить малыша и открыть миру его способности. Следует создать условия доверия и тепла в доме, единожды нарушив которые, вы рискуете навсегда потерять дверцу к душе маленького человека.

Застенчивый ребенок

Учащается пульс, повышается адреналин и кровяное давление, сильно бьется сердце, выступает пот, в животе «что-то замирает», лицо бледнеет или, наоборот, краснеет до пунцовости, движения становятся неловкими, речь – тихой, невнятной...

Кому не знакомо такое чувство? До 80 % людей признавались, что в той или иной степени сталкивались с явлением, название которому «застенчивость». Она характерна для большинства людей на определенном этапе развития навыков общения. Однако если для половины этот этап благополучно завершается еще в раннем детстве, то другие, и таких, по данным опросов и исследований, насчитывается 42 %, несут это бремя всю оставшуюся жизнь. И немало страдают от своей застенчивости. Особенно под удар попадают меланхолики – люди с тонко настроенной чувствительной нервной системой.

Правда, не стоит путать застенчивость, мешающую наладить желанное общение, с замкнутостью, характеризующейся отсутствием такого желания. Замкнутый человек просто любит уединение и вполне самодостаточен. Если он сознательно выбирает одиночество, это не помеха, а просто образ жизни с минимальным количеством социальных контактов. И, конечно, не следует приписывать застенчивости положительные свойства, путая со скромностью. Если стеснительность, как ее еще можно назвать, – это мучительный страх перед негативной оценкой сторонних людей, то скромность, как определенный метод воспитания, не приносит человеку никаких неудобств.

Если взрослый застенчивый человек уже обрел необходимые навыки общения, чтобы по возможности наименее болезненно сосуществовать со своей особенностью, то маленький ребенок оказывается не в состоянии противостоять своим страхам и попадает в вынужденную изоляцию от других детей, теряет драгоценные годы раскрытия заложенных природой талантов и способностей, формирует в себе программу неудачника на всю жизнь.

По-настоящему застенчивых детей можно разделить на две группы: интроверты и экстраверты. Застенчивые *экстраверты* довольно легко поддаются коррекции в силу их природной тяги к активным контактам и во взрослом возрасте умело скрывают свою застенчивость. *Интроверты* как раз и составляют основную проблемную группу. Иногда их застенчивость, помноженная внутренними переживаниями, достигает такого пика, что переходит в заикание и становится совсем очевидна. Они сильнее других страдают, становясь настоящими узниками своей болезни, лишая себя прав на свободу слова, свободу вступать в отношения и т. д.

Так как же помочь ребенку справиться с застенчивостью? Представьте себе застенчивого малыша, и ответ не заставит себя ждать.

♦ **Ребенок подавлен и всем своим видом демонстрирует пониженную самооценку.** Возможно, его самооценка действительно низкая, возможно даже, что виной тому излишняя строгость и требования родителей. В таком случае «ослабьте вожжи», дайте личности маленького человека раскрыться по своей уникальной схеме, просто следуйте за ним без наводок и подсказок. Любите его таким, какой он есть, хвалите за успехи, ищите скрытые способности, давайте больше свободы и ответственных заданий. Бывает и по-другому: застенчивый ребенок считает себя очень хорошим, но ему представляется, что другие относятся к нему хуже, чем он сам относится к себе. В таком случае важно убедить ребенка в высокой оценке его действий другими людьми, начиная, конечно, с себя.

♦ **Часто у ребенка формируется привычка уходить в глухую оборону просто потому, что в конкретной ситуации он не находит, что сказать.** Развивайте речевые

навыки. Чтение, общение, игры на сообразительность и смекалку, а также основы риторики в более взрослом возрасте будут незаменимым подспорьем для родителей. Подойдет игра в «быстрые ответы». В нее можно играть где угодно, требуется лишь быстро задавать относительно простые для ребенка вопросы на совершенно любые темы (Сколько у тебя шнурков? Почему не видно солнца?) и ждать быстрого ответа. Имея, что сказать, даже с незнакомыми людьми застенчивый человек пусть тихо, но все же будет озвучивать свою мысль.

♦ **Застенчивые дети избегают проявлять эмоции.** Раскрепощению эмоциональной сферы, лучшему освоению языка эмоций хорошо способствуют игры-пантомимы, такие, как «Угадай эмоцию», «Где мы были, мы не скажем, а что делали – покажем», «Фанты» и другие. Полезны подвижные игры – прятки, жмурки, соревнования с мячом, обручами и т. п. Главное, научиться давать волю эмоциям: смех, шутки, громкие возгласы.

♦ **Чувствительные натуры боятся получить отказ, быть отвергнутыми или лишними.** Покажите ребенку, что мир огромен и людей вокруг бесчисленное множество. Если ты кому-то не нравишься – не беда, найдется тот, для кого ты будешь лучше всех. Если кто-то счел тебя лишним, посмотри, может, он боится, что сочтут лишним его? Старайтесь привести своего ребенка в компанию по интересам, найти одного-двух друзей, в преданности которых он сможет быть уверен. Запишите его в кружок, где он сможет отличиться и выделиться на фоне других детей.

Застенчивость как волна накрывает ребенка с головой, мешая самостоятельно найти выход. В силах родителей увидеть и показать, как ситуация выглядит со стороны. Ролевые игры, выдуманные истории про застенчивых детей и художественное воплощение своих опасений и представлений о себе – вот наиболее эффективные способы вытащить ребенка из круговорота страхов и самокритичности и совместно найти способы налаживания общения. Чем раньше вы заметите и примете меры, тем с меньшими усилиями и потерями ваш малыш укрепит свое социальное положение.

Граница между агрессией и адекватной защитой

Слово «агрессия» произошло от латинского *aggressio* – нападение. Как правило, под агрессивностью понимается целенаправленное нанесение физического или психического ущерба другому лицу. Исследования и многолетние наблюдения показывают, что агрессивность, сложившаяся в детстве, остается устойчивой чертой и сохраняется на протяжении дальнейшей жизни человека.

Принято выделять две формы агрессивного поведения. **Вербальная агрессия**, заключающаяся в словесном нападении на соперника. У детей это могут быть жалобы, демонстративный крик, направленный на привлечение взрослого, фантазии с жестоким исходом для обидчика, прямые оскорбления и унижения другого. Более серьезной формой проявления жестокости является **физическая агрессия**. Начиная от причинения материального ущерба: разломать постройку из кубиков, порвать рисунок, сломать машинку или куклу – до непосредственного причинения физической боли.

Какой он, маленький агрессор?

Ребенок может часто драться, но это еще не значит, что он агрессивен. Возможно, в его круге общения появился агрессор, от которого он вынужден защищаться. Ребенок может даже обижать слабого, считая это своего рода воспитанием. *Так где же проходит граница агрессии?*

Некоторые основные характеристики:

- в течение часа общения агрессивные дети успевают не менее четырех раз причинить вред сверстникам при норме не более одного раза;
- в разрешении конфликтных ситуаций агрессоры отдают предпочтение физическому насилию;
- целью агрессивного поведения чаще является не достижение какой-либо цели, а причинение боли и страдания другим;
- они являются зачинщиками конфликтов, при этом не осознавая своей вины и перекладывая ответственность на других.

Исследуя истоки детской агрессии, ученые не выявили никаких сколь-нибудь явных отклонений в уровне развития и социальной адаптации агрессивных детей. Их интеллект соответствует возрастной норме, порой даже превышая ее. Они без труда находят выход из трудных ситуаций. Драчуны и забияки при других обстоятельствах умеют организовывать совместные игры и даже становятся лидерами детского коллектива. Но есть и отличительные свойства, по которым все же можно с большой долей вероятности понять, действительно ли у ребенка присутствует агрессия в поведении.

Общение через картинки

Предложите ребенку рассмотреть конфликтную ситуацию, изображенную на картинке. Например, кто-то отбирает или ломает чужую игрушку, рушит постройку. Теперь задайте вопрос: «Что бы ты сделал на месте обиженного ребенка?» Практически все агрессивные дети дают ответы вроде: «Ударю ботинком», «Надаю по попе», «Убью» и т. п. Миротлюбивые малыши придумывают более конструктивные и гуманные решения: «Починю», «Пойду играть в другую игру» или бывает «Буду плакать», «Пожалуюсь маме».

Задайте новый вопрос, например: «Как же так получилось, что мальчик сломал машинку?» Удивительно, но агрессивные дети не видят других причин, как только созна-

тельное желание причинения вреда: «Он нарочно сломал», «Сейчас будет бить». Остальные дети часто интерпретируют те же сюжеты совсем по-другому: «Он случайно ее сломал», «Поиграет и вернет».

Откуда берется агрессия и как с ней справиться

Истоков агрессии можно найти множество. Это и соматические заболевания, и поражения головного мозга, и наследственная предрасположенность к определенному способу реагирования в стрессовых ситуациях. Но определяющим влиянием на формирование характера ребенка все-таки обладает *воспитание и окружение*. Так, например, американский социолог Маргарет Мид в качестве одной из частых причин детской агрессии назвала резкое отлучение ребенка от груди и уменьшение общения с матерью до минимума. Нельзя недооценивать и уклад семьи, способы взаимодействия в которой являются для малыша школой жизни.

Однако агрессия возникает чаще всего не по вине родителей, но в их силах предотвратить зачатки нежелательного изменения. Все дети проходят через этап некоторой агрессивности и жестокости. Малышам кажется, что весь мир подчинен их желаниям, отчего малейшее сопротивление вызывает бурный протест. Кроме того, и способам другого разрешения проблемы они пока не научены. В этот период очень важна правильная и адекватная позиция взрослых.

! Ни в коем случае не стоит прибегать к ответной агрессии, невольно демонстрируя ребенку пример возможного поведения. Нельзя ни наказывать его физически, ни копировать его собственные действия для показательного обучения. Только добро побеждает зло!

Научи меня «Как»!

С другой стороны, полностью закрывать глаза на агрессию тоже не выход, так как тем самым вы покажете сыну или дочке, что такое поведение дозволено. Часто дети ведут себя так потому, что просто не знают, как поступить иначе. Если мы предоставим им возможность выбора способов поведения, они с удовольствием примут на вооружение другие варианты.

Став свидетелем или участником очередного всплеска агрессии, коротко отчитайте ребенка. Пожалейте обиженную сторону, продемонстрировав эмпатию, т. е. умение сопереживать и чувствовать боль другого человека. Успокоившись, спустя время, поговорите с маленьким агрессором. Объясните, как тяжело другому ребенку переносить жестокое отношение к себе. Подскажите, как можно было добиться желаемого в этой ситуации, если у агрессии была какая-то понятная цель. И как много радости можно получить, научившись вместо драк играть с детьми. Постарайтесь с этого момента уделять как можно больше времени организации совместных занятий и общения ребенка с одними и теми же детьми. Ведь научиться дружить – первый выход из агрессии!

Не каменное сердце, а тонкая, ранимая душа

Первой реакцией любого взрослого на детскую агрессию является ее подавление. Жестокий ребенок воспринимается как маленький чертенок, вселившийся в малыша. Но это не так. Запутавшийся в своем «Я» человек даже больше других нуждается в заботе, понимании и любви. Угнетая в нем агрессивные импульсы, мы рискуем привести его к аутоагрессии, т. е. причинению вреда самому себе, и всевозможным психосоматическим

расстройствам. Выход агрессии необходим, важно лишь научить ребенка преобразовать деструктивный процесс в нечто безобидное. Хотя бы даже в простую ссору, когда малыш честно и открыто выражает в коллективе свое недовольство и претензии.

Проводя исследования агрессивных детей, психологи выявили существенные расхождения между их реальной самооценкой и ожидаемой оценкой со стороны сверстников. Как выяснилось, в большинстве случаев причиной агрессивного поведения стало неадекватно заниженное отношение к ребенку со стороны ближайших родственников. Чувствуя себя «по жизни отвергнутым», никому не нужным, ребенок перенес домашний опыт на окружающий мир, убедив себя в том, что действительность враждебна и каждый готов «нанести удар». Вот он и воюет. Кто должен помочь малышу вернуть утраченную веру в добро и любовь? Конечно, родители.

Случай на детской площадке

Играя в песочнице, Рома ударил Сашу совком. На вопрос воспитателя, почему он это сделал, Рома искренне ответил: «У Саши в руках была лопата, и я очень боялся, что он ударит меня».

Самооценка ребенка

Что есть «Самооценка»

Только ощущая свою собственную высокую ценность, человек способен видеть, принимать и уважать высокую ценность других людей.

Под самооценкой принято понимать оценку личностью себя, своих качеств и места среди других людей. К счастью, данная особенность характера не является врожденным или наследуемым фактором. О ней можно начинать говорить, когда у малыша появляется ощущение собственного «Я», а опыта и знаний хватает для того, чтобы сравнивать себя с другими и выносить суждения, т. е. около двух лет. И ведущую роль здесь играют, конечно, родители. Любопытно, что ребенку легче оценивать поступки других детей, нежели свои собственные. К пяти годам на первый план выходит оценка сверстников, к семи – учителей. Так все эти внешние суждения, накопленные, услышанные и пропущенные через себя, формируют собственную внутреннюю самооценку, которая и будет на протяжении всей жизни диктовать условия и расставлять приоритеты. Анализируя сложную структуру самооценки, следует начать с того, что адекватность представлений о себе формируется через отношение «Я – реального» (что человек думает о себе) к «Я – идеальному» (каким бы он хотел стать). При этом особое значение играет так называемая потенциальная самооценка или «уровень притязаний».

Низкая самооценка

Дети с низкой самооценкой отличаются пассивностью и робостью. Они ранимы и обидчивы, отовсюду ждут насмешек и оскорблений. Такое мироощущение приводит к одиночеству и порождает массу неоправданных комплексов, формируя образ неудачника. Ребенок поддается апатии и, вырастая, ищет крайние способы ухода от проблем.

♦ **Низкий уровень притязаний.** Оценивая низко свои способности, ребенок боится ставить себе высокие и даже обычные для других цели. Страх препятствует самовыражению. Успехи в решении легких задач не прибавляют уверенности в себе. Более того, собственные достижения расцениваются как чужая заслуга или относятся за счет везения. Со временем недостатки в своих глазах увеличиваются, низводя самого человека и заставляя унижаться перед окружающими вплоть до слепого подчинения. На игровой площадке такие дети стоят в стороне, всех пропускают, избегая массовых игр и общения.

♦ **Высокий уровень притязаний.** Бывает, что ребенок не считает себя хуже других, высоко оценивая свою значимость. Однако уверенность в негативной оценке со стороны окружающих формирует низкую внешнюю самооценку. При этом высокие амбиции заставляют его все время стремиться к первенству, подчас деспотично подавляя соперников. Сталкиваясь же с неудачами, он переживает глубокую трагедию, что порождает комплекс неполноценности и ощущение внутренней тревожности. В группе детей такой ребенок выделяется болезненным желанием быть первым, лучшим и в центре внимания, неадекватно реагируя на любую критику.

Высокая самооценка

Такие дети не в меру инициативны и самоуверенны. Оценивая себя выше других, они не считают нужным учитывать мнение и интересы окружающих, чем вызывают негативную реакцию и отторжение. В результате оказываются в изоляции, лишены друзей и общения, что приводит к появлению таких качеств, как снобизм и высокомерие.

♦ **Низкий уровень притязаний.** Такое сочетание самооценки и амбиций лишает ребенка жизненной мотивации. Считая себя и так великолепным, он ни к чему не стремится. Самодостаточность достигает такой планки, что даже лежа на диване, маленький человек находит себя совершенным. Расхождение в собственной оценке и отношении окружающих приводит к озлоблению и синдрому «непризнанного гения», ожидающего своего часа. Прямые указания на существующие недостатки воспринимаются «в штыки», а попытки пробудить активность вызывают недоумение. В коллективе ровесников такие дети держатся обособленно.

♦ **Высокий уровень притязаний.** Высокая самооценка не создает реалистичной картины происходящего, ставя перед ребенком недостижимые цели. Не добиваясь задуманного, он не делает правильные выводы и, не меняя отношения к себе, начинает винить во всем окружающих. Постепенно развиваются такие черты характера, как высокомерие и агрессия. Мир становится враждебным ребенку, как в его глазах, так и на самом деле, в качестве адекватной реакции на его собственное поведение. Дети не принимают такого ребенка в свой коллектив.

Адекватная самооценка

Такие дети уверенно чувствуют себя в коллективе, обладают всеми возможностями для успешной самореализации и вырастают уверенными в себе самодостаточными личностями. Узнать ребенка с адекватной самооценкой просто. Он активный, решительный, самостоятельный и инициативный, доброжелательный и общительный. Охотно участвует в играх, не обижаясь, если оказывается проигравшим.

Как в домашних условиях быстро определить уровень самооценки ребенка

Расположение рисунка на листе

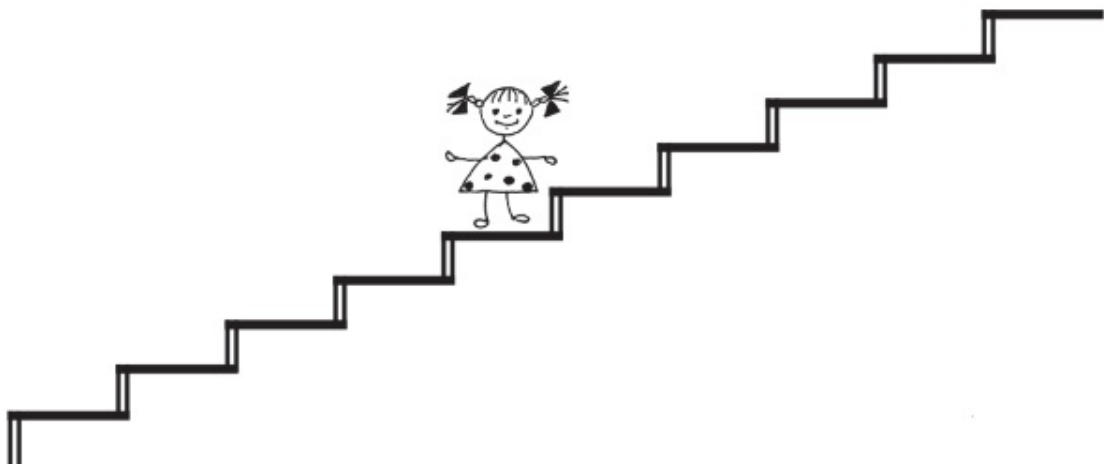
Самый простой способ – понаблюдать, на какой части листа ребенок, как правило, располагает свои рисунки: сверху – завышенная, посередине – адекватная, снизу – заниженная. Для этого не надо акцентировать его внимание на данном вопросе. Пусть он рисует в привычной обстановке. Задавая тему для рисования, например, семья и детская площадка, можно усложнить интерпретацию, учитывая, что размер и месторасположение отображенного человека показывает его значимость в глазах малыша.

Тест «Лесенка»

Можно воспользоваться тестом, хорошо отрекомендовавшим себя, для детей от трех лет. Нарисуйте на листе бумаги лесенку из 10 ступенек. Покажите ее ребенку, пояснив, что

на нижней ступеньке стоят самые плохие мальчики и девочки (злые и жадные), на второй ступеньке – чуть-чуть получше, на третьей – еще лучше и т. д., на верхней ступеньке стоят самые хорошие детишки (умные и добрые). Затем спросите, на какой ступеньке стоял бы он сам. Пусть нарисует себя на этой ступеньке:

- если ребенок ставит себя на 1—3-ю ступеньку снизу, то у него *заниженная самооценка*;
- если на 4—7-ю, то *самооценка адекватная*;
- если он стоит на 8—10-й ступеньке, то *самооценка завышена*. Потом предложите изобразить рядом друзей и родственников, оценивая сравнительное положение ребенка среди его окружения. Недостаток этого теста в том, что он слишком явно показывает ему самому результат тестирования, грозя «застолбить» проблему.



Тест «Смешные человечки»

Этот тест менее очевидный и больше похож на игру. Нарисуйте дерево, на разных ветках которого (выше и ниже) сидят забавные существа. Потом уберите существ и попросите ребенка показать, где бы оказался он, попади на это дерево, где – его друзья, родители и другие родные. Недостаток данного теста в том, что он не определяет абсолютного значения детской самооценки, а только отображает относительную величину самоощущения ребенка в знакомом коллективе.

Самое лучшее, что могут сделать родители для своего любимого малыша, – это с ним разговаривать. В доверительной беседе можно узнать гораздо больше, чем по итогам любого теста. Только хорошее знание своего ребенка поможет найти пути решения его маленьких БОЛЬШИХ проблем.

Методы приведения самооценки ребенка к адекватному уровню

В психологии считается, что осознание проблемы – уже половина ее решения, а такую проблему, как неадекватная самооценка, нельзя недооценить, так как именно наше отношение к себе, как части общества, взгляд на себя его глазами определяет те возможности, которыми мы обладаем для успешного личностного роста, карьерного и семейного благополучия. В ваших силах помочь своему ребенку занять достойное место в обществе. *Что же могут сделать родители?*

Итак, повышаем самооценку!

1. Будьте нежны с ребенком. Безусловная материнская любовь ярче любых сравнений убедит малыша в его исключительной ценности.

2. Станьте эталоном для подражания. В большинстве случаев дети вырастают с той же самооценкой, что и у их родителей.

3. Помогите малышу избавиться от идеалистических образов, зачастую слишком сильно формирующихся под влиянием мультиков и сказок. Нельзя обладать такой же силой, как Илья Муромец, и красотой, как Василиса Прекрасная. Поэтому и сравнивать себя надо не с вымышленными персонажами, а с реальными детьми.

4. Научите заводить друзей и занимать достойное место в коллективе.

5. Хвалите, пусть даже не за результат, но хотя бы за старание. 6. Поощряйте самостоятельность, предоставляйте возможность выбора, гордитесь ребенком и уважайте его решения. Обращайтесь по-взрослому, не забывая просить и благодарить. Обсуждайте собственные дела. В совместных играх придерживайтесь второстепенной роли, позволяя малышу раскрыть лидерские качества и проявить интересы.

7. Ищите сильные стороны ребенка, взяв себе за правило узнавать каждый день о каком-то новом для вас достижении.

8. Желая не обидеть малыша, мы часто начинаем разговор с похвалы: «Я рада, что ты так быстро сделал уроки, но вот примеры придется переделать». Это хороший прием. Только с одним «но». Союзом «но». Исключите его, так как это маленькое слово сразу перечеркивает все положительное, врезая в память лишь отрицательную сторону. Можно сформулировать по-другому: «Я рада, что ты так быстро сделал уроки, а эти два примера, ты думаешь, тоже готовы?» Пусть ребенок сам обнаружит ошибки, чем вы явно на них укажете.

9. Не закрепляйте за малышом нелестных «ярлыков». Помните, что ваши слова являются психологической установкой к формированию его личности. Представьте себе, каким человеком вы бы хотели видеть своего ребенка лет через двадцать, и говорите с ним так, как будто он уже такой – умный, красивый, ловкий и т. д.

10. Не предлагайте непосильных задач. Жалейте *про себя* малыша, помня о том, что он пока ребенок. Всякий раз, когда хочется отругать, накричать, сравнить с другими «хорошими» детьми, остановитесь и дайте себе 5 минут. Остынув, задайте себе вопрос: «Может быть, он устал? Может, хотел помочь, но слишком дергался, боясь сделать что-то не так? Или, может, обиделся за что-то, или хотел привлечь внимание?» Как правило, ребенок старается быть хорошим и совсем не хочет портить с вами отношения, а ошибаются все.

Задумываясь о самооценке, порой кажется, что именно заниженные представления о себе причиняют дискомфорт ребенку и его близким. Однако страдания и чувство одиночества терзают не только «униженных и оскорбленных». Обладателям завышенной самооценки тоже нужна помощь.

Если самооценка и так слишком высокая...

1. Чтобы несколько поумерить маленького зазнайку, попробуйте ввести рейтинговую систему оценок. Например, вырезать красивые звездочки и выдавать их ему за каждый хороший поступок. За шалости звезды забирать. Каждые 10 звезд – поход в парк или магазин. Ребенку придется постараться, чтобы сохранить планку на уровне «очень хороший».

2. Не перехваливайте. Старайтесь от большой любви не хвалить ребенка просто за то, что он такой есть. Хвалите дела, поступки, а не намеки на них. Не забывайте про кон-

структивную критику. Мягко, но честно укажите на те недочеты, которых малыш вполне мог избежать.

3. Узнайте, насколько уважительно ребенок относится к сверстникам. Если он считает себя лучше всех, то стоит детально обсудить с ним этот вопрос, указав на то, что Петя быстрее бегает, а Таня лучше рисует. Чем же они хуже? Конечно, упомянув и о том, что ваш ребенок лучше читает или более общительный.

4. Позвольте малышу в относительно безопасной ситуации «набить свои шишки». Не вступайте в споры детей. Лучше пройти «школу жизни» в раннем детстве на детской площадке, нежели остро переживать конфликты в старшем возрасте.

А может быть, вы найдете свои способы... Осознание проблемы – уже половина решения.

Что пугает малыша и как с этим бороться

«Если хочешь ничего не бояться, помни, что бояться можно всего».

Сенека Старший

Каждому известно ощущение страха, который сковывает, парализует, заставляет сердце биться с удвоенной силой. Единожды испытав страх, мы будем переживать похожие чувства каждый раз в аналогичных ситуациях. Для ребенка же страх – самая сильная эмоция. Особенно это касается детей в возрасте от 2 до 9 лет. Малыш уже многое видел и знает, но еще не все понимает, необузданная детская фантазия пока не сдерживается реальными представлениями о мире. Иррациональные страхи часто бывают намного сильнее, чем страхи реальные, а ведь именно они преобладают в раннем детстве. Различные виды боязни могут превратить жизнь ребенка в сущий кошмар, лишив его свободы и воли, но могут и закалить характер, сформировать решительность и уверенность в себе. Помочь ему в этом должны самые близкие люди – мама и папа.

Многочисленные страхи при всем своем безграничном многообразии все же можно поделить на **инстинктивные страхи**, дарованные ребенку самой природой для защиты от опасностей окружающей среды, и **страхи разума**, возникающие вместе с развитием мыслительных процессов и, в первую очередь, воображения. И те, и другие страхи являются закономерным этапом развития личности маленького человека при условии, что их протекание происходит относительно спокойно и, главное, завершается к определенному возрасту. Это не значит, что родителям не надо прилагать усилия для устранения боязни ребенка. Напротив, только чуткое и адекватное поведение близких поможет малышу преодолеть свой страх. Далее речь пойдет об инстинктивных страхах, присущих детям до трех лет, и способах их устранения.

Инстинктивные страхи

Естественные страхи



Отсутствие у ребенка естественных страхов должно насторожить родителей!

Страшно в отсутствие мамы (с 7 месяцев до 2,5–3 лет)

Способы преодоления страха:

- никогда нельзя угрожать ребенку, что родители оставят (бросят или отдадут) его! Лучше возьмите малыша решительно за руку или на ручки;
- уходя, обязательно предупреждайте ребенка об этом. Заранее подготовьте его, обыгрывая ситуацию с куклами;
- перед уходом обсудите точное время возвращения на понятном для малыша языке (я вернусь, когда ты после прогулки будешь есть суп).

Пугают незнакомые люди (с 8 до 18 месяцев)

Способы преодоления страха:

- избегайте излишнего внимания к ребенку со стороны чужих людей;

● старайтесь почаще бывать на людях с малышом. **Боязнь резких звуков** (от 1 года до 2 лет) *Способы преодоления страха:*

- по возможности оградите ребенка от потенциальных страхов;
- приобретите и научите малыша пользоваться игрушечными дрелью, пылесосом.

Следующие страхи появляются в период от 2 до 3 лет.

Страх перед наказанием и болью(поход к врачу)

Способы преодоления страха:

- период протекает мягко и гладко, без последствий, если в воспитании участвует папа либо старший брат. Таковы законы или загадки подсознания;

- в очереди у врача честно объясните малышу, что будет делать доктор и зачем.

Боязнь одиночества(страшно потеряться)

Способы преодоления страха:

- научите ребенка себя занимать, познакомьте его с разными играми, поощряйте самостоятельность;

● можно поиграть в «Потеряшку» – выдуманный герой потерялся и ищет дорогу домой, прибегая к помощи добрых людей. Выучите с малышом ваш домашний адрес. Покажите ему мультфильм «Волшебник Изумрудного города».

Страх темноты(отсюда боязнь замкнутого пространства)

Способы преодоления страха:

- вооружите ребенка электрическим фонариком (контроль над ситуацией);
- узнайте, что конкретно его пугает в темноте, если, например, кроха боится, что залезут бандиты, устройте вместе для них ловушки;
- на ночь оставляйте приоткрытой дверь в детскую комнату и включенным ночник;
- предложите малышу позднюю прогулку, восхищаясь красотой ночного города;
- научите ребенка играть в «эмоциональные качели» – он быстро с шумом вбегает в темную комнату и так же быстро из нее выбегает;
- в темном шалашике можно с фонариком искать спрятанный клад.

Бегство от воды и страх перед купанием

Способы преодоления страха:

- весело купайтесь вместе и ни в коем случае не принуждайте силой;
- старайтесь, чтобы вода не попадала ребенку на лицо, особенно в глаза;
- стоя на берегу водоема или ручья, пускайте кораблики, листики, палочки.

Приобретенные страхи (вина родителей)

Страхи, возникшие в результате несчастных случаев

Способ преодоления страха:

- не торопите ребенка, дайте ему время забыть и постепенно начинайте с начала, оставляя время для поэтапного привыкания. Будьте готовы при малейшем сопротивлении отступить и на время оградить ребенка от этого раздражителя.

Страхи разума

Если ты никого не боишься, значит, ты самый страшный!

Эта группа страхов практически безгранична. И если инстинктивные страхи малышей продиктованы исключительно естественными биологическими ограничениями, то в данном случае речь идет о продуктах творческого мышления уже немного повзрослевшего и сформировавшегося ребенка. Здесь учитывается все: личный опыт, особенности воспитания, мир фантазий, и, конечно, ключевым фактором становится характер маленького человека. Появлению и, главное, закреплению страхов способствуют такие черты, как тревожность, мнительность, пессимизм, неуверенность в себе, чрезмерная зависимость от других людей (родителей, учителей), физическая и психическая незрелость, болезненность. Все это является фоном, почвой, на которой возникшие страхи расцветают пышным цветом.

Естественные страхи



Отсутствие у ребенка естественных страхов должно насторожить родителей! Следующий страх появляется у детей в период с 3 до 5 лет.

Страх перед выдуманным страшным чудовищем (Баба Яга, Кощей Бессмертный, Серый Волк)

Способы преодоления страха:

- вместе с ребенком распылите по комнате через пульверизатор подкрашенную воду, разгоняя «антикошмарным веществом» страшных чудовищ;
- подарите малышу защитников, вроде Бэтмена и плюшевого зайца;
- вместе проверьте все темные уголки, чтобы ребенок убедился, что там никого нет;
- существо можно высмеять, довести до абсурда, сделать нелепым;
- примите игру и вступите в диалог со сказочными персонажами, накормите их, уложите спать, даже превратите злых героев в добрых друзей.

На заметку

Если ребенку часто снится Бармалей, Кощей Бессмертный и он их боится, то, вероятно, у малыша проблемы в отношениях с отцом. Если же ребенку снится Баба Яга – это отблеск конфликта с матерью.

Следующие страхи появляются у детей в период с 5 до 7 лет.

Страх смерти, своей и близких (боязнь бедствий, привидений, засыпать, заболеть)

Способы преодоления страха:

- объясните малышу, что никакая опасность вам не страшна, потому что вы: осторожны, взрослые, ничего не боитесь, врачи заботятся о вашем здоровье;
- переживание грозы превратите в какую-нибудь приятную церемонию;
- расскажите ребенку о реинкарнации: душа не умирает, а продолжает свою жизнь;
- не обсуждайте с малышом и не показывайте ему фильмы с насилием, жестокостью, смертью.

Школьный страх перед неудачей

Способы преодоления страха:

- повышайте самооценку ребенка;
- не создавайте строгих предписаний и поддерживайте при неудачах.

Приобретенные страхи (вина родителей)

Результат запугивания взрослых (упадешь) и ровесников (змея в шкафу)

Способы преодоления страха:

- не создавайте лишних запретов (обезопасьте дом для малыша);
- доверяйте своему ребенку и развивайте у него ловкость и самостоятельность;
- прислушивайтесь к рассказам ребенка о своих проблемах и страхах;
- не ограничивайте свободу выдуманскими на пустом месте страхами.

Заемствованные страхи от родителей (транспорт, собаки)

Способы преодоления страха:

- осознайте свои страхи и возможность «заразить» ими ребенка;
- старайтесь подавлять свой страх, не подавать виду или, по крайней мере, избегать ситуаций его проявления.

Завершая тему о детских страхах, хотелось бы привести общие рекомендации.

Как вести себя родителям, чтобы помочь ребенку справиться со своей проблемой

1. Не стыдите ребенка, не называйте «трусикой» и не заставляйте победить свой страх, а напротив – спокойно выслушайте, поделитесь своим опытом и уверенностью, что все вполне разрешимо.

2. Чем больше ребенок будет говорить о страхе, тем быстрее он сможет от него избавиться, сочините вместе сказку или рассказ, где герой побеждает свой страх, или читайте народные сказки.

3. Предложите малышу нарисовать свой страх, а потом сожгите его с пояснениями, что больше страха не существует, или сделайте смешным, подрисовав нелепые уши, розовые бантики и усадив на горшок.

4. Разыграйте «страшную ситуацию» в игровой форме, предложив ребенку исполнять главную роль.

5. Начните с маленького страха (зоопарк – страх животных, магазин – страх незнакомых людей).

6. Предоставьте ребенку исчерпывающую информацию о предмете страха. Предупрежден – значит вооружен.

7. Любите ребенка и вселяйте уверенность, что придете по первому зову и всегда защитите его.

8. Найдите малышу смелого приятеля и больше гуляйте на свежем воздухе в коллективе ровесников.

9. В древности считалось, что лучшее средство борьбы со страхом – это смех. Даже существовало поверье, что детский смех способен изгонять злых духов.



Если страхи всерьез вышли из-под контроля, обратитесь к детскому психологу!

Активен или гиперактивен?

Порой родители переживают по поводу своего слишком «тихого» ребенка, вызывая удивление у сбившихся с ног мам отчаянных непосед. Действительно, если спокойный малыш может вызывать лишь опасения чисто психологического плана, то сорванцы подпадают под все возможные риски и опасности. Откуда же берется эта разница? И есть ли граница между нормальным активным поведением любознательного малыша и физиологическими отклонениями, напротив, мешающими ребенку выражать и развивать свою личность? Конечно, она очень размыта, но все же есть. Точно ее определить может только врач, причем, пользуясь современными средствами компьютерного анализа, но некоторые характерные приметы гиперактивного ребенка все же привести можно.

Тест «Насколько активен ваш ребенок»

1. Обычное поведение малыша за столом (занятия, питание)?

А Как правило, спокойно занимается (кушает) сколько положено.

Б Не может усидеть и пяти минут, суетится (извивается, хватается все подряд), вскакивает.

В С трудом удается призвать к дисциплине, однако время от времени ведет себя послушно.

2. Как происходит общение с ребенком?

А Малыш не дослушивает до конца, перебивает, отвечает не задумываясь.

Б Практически всегда его можно призвать к разуму, настроить на нормальный взрослый диалог.

В Многие факторы выбивают из колеи, и ребенок перестает адекватно реагировать на вопросы и просьбы, в спокойной же обстановке обычно устанавливается полноценное общение.

3. Темп жизни ребенка?

А Растет будущий спортсмен: всюду лазает, прыгает, заигрывается, но ходит обычно спокойным шагом и говорит умеренно.

Б Ребенок очень шустрый: говорит много и быстро, ходит буквально «бегом», так что «тихие игры» – это не для него.

В В основном живет в обычном темпе, как большинство детей.

4. Бывают ли проблемы со сном?

А Все бывает, но обычно сон в порядке.

Б Каждый день укладывание спать – настоящая борьба, но спит хорошо.

В С 1,5–2 лет уже перестал спать днем, да и ночью спит очень беспокойно, даже может говорить или ходить во сне.

5. Поведение вне дома?

А Пока не можем приучить к коллективу: не соблюдает правила игр, не ждет своей очереди, вмешивается в чужие игры и разговоры скорее, чтобы помешать, нежели присоединиться.

Б Ребенок старается соответствовать требованиям коллектива, у него есть друзья.

В Процесс приобщения идет медленно, малыш не проявляет интереса к играм других детей, не лезет к ним, держась в стороне.

6. Часто ли бывают травмы?

А Скорее как исключение.

Б Тело постоянно в царапинах и шишках.

В В зависимости от обстоятельств (время года, кто сидит с ребенком, его состояние).

7. Как часто вы слышите «почему?»

А «Почему», «зачем» – только и слышно, причем многократно может задавать один вопрос.

Б Вопросы встречаются разные, в том числе и такие.

В Пока ребенок не проявляет особой любознательности.

8. Свойственна ли ребенку агрессия?

А Зачастую его поведение можно назвать агрессивным: отбирает у детей игрушки, ввязывается в драки, шумно ведет себя на занятиях или в магазине, не воспринимая слова родителей.

Б И себя в обиду не даст, и к другим не пристаёт, в общественных местах вполне находится под контролем родителей.

В Нет, скорее мой ребенок «жертва агрессии» других детей: его обижают, а он пока не может за себя постоять, ведет себя тихо и даже зажато.

9. Насколько целеустремлен ваш малыш?

А Его поведение в большинстве случаев продиктовано стремлением достичь поставленной перед собой цели, которая обычно доводится до конца.

Б Порой кажется, ребенок настолько импульсивен, что «ноги несутся впереди головы», а занятия подобно калейдоскопу сменяются одно за другим.

В Если дело касается любимых занятий, то малыш не отступится, пока не завершит процесс, в остальных случаях действует без определенной мотивации.

Расчет результатов теста

№ п/п	1	2	3	4	5	6	7	8	9
А	0	10	2	0	10	0	0	10	0
Б	10	0	10	2	2	10	2	2	10
В	2	2	0	10	0	2	10	0	2

Результаты теста

Тихоня (0—16 баллов). Ваш ребенок кроток и послушен, настоящий подарок для родителей. Однако если вас настораживает чрезмерная зажатость малыша, попробуйте повысить его самооценку, самостоятельность, смелость и общительность. Избегайте строгости и давления в воспитании.

Активный (18–34 балла). С таким ребенком легко как дома, так и за его пределами. Старайтесь придерживаться «золотой середины» в воспитании и уверенно продолжайте свою линию.

Чрезмерно активный (36–58 баллов). Активность вашего малыша порой выводит вас из равновесия. Однако скорее всего нет оснований считать, что она выходит за рамки физиологической нормы. И все-таки с помощью детского психолога вы могли бы решить отдельные трудные моменты, чтобы помочь ребенку совладать со своей буйной энергией и научиться направлять ее в мирное русло.

Гиперактивный (60–90 баллов). Возможно, ваш ребенок страдает наследственным заболеванием: «синдром гиперактивности с дефицитом внимания» – это одна из форм проявления минимально-мозговой дисфункции, т. е. очень легкой недостаточности мозга. Это означает, что малыш не может вести себя иначе и не является жертвой плохого воспитания. Он болен, и ему нужно помочь. Правильный диагноз можно получить только с помощью компьютерного обследования у невролога. Необходимо провести эхо-энцефалограмму, которая определит наличие или отсутствие у ребенка повышенного внутричерепного давления и его степень.

Большинство гиперактивных детей имеют хороший уровень интеллектуального развития. Тем не менее во время школьных занятий им сложно справляться с предлагаемыми заданиями. Значит, при подготовке к школе следует позаботиться об особых условиях учебного процесса. К сожалению, лекарства от самого заболевания не существует, но медикаментозное лечение поможет снять симптомы и значительно облегчит ребенку жизнь в социуме. Уже к подростковому возрасту двигательная расторможенность уменьшится или исчезнет совсем и лечение можно будет прекратить. Особое значение имеет позиция родителей в отношении ребенка.

Р о д и т е л и: станьте малышу верным другом и помощником: хвалите, укрепляйте его уверенность в себе, сохраняйте спокойствие и окружайте посильными задачами, введите режим, избегайте скоплений людей и детей, давайте физические нагрузки без переутомления, освоите элементы расслабляющего массажа.

При неблагоприятном педагогическом воздействии у детей может возникнуть деструктивное поведение: агрессивность, упрямство, лживость, склонность к воровству и другие формы асоциального поведения. Вместе с тем *гиперактивность нередко сочетается с одаренностью*. В некоторых странах даже существует термин «двойная исключительность», обозначающий сочетание одаренности и особых проблем. Так что не стоит роптать на судьбу. Наберитесь терпения и помогите ребенку преодолеть трудности своего положения и найти эту исключительную одаренность.

Законы детской дружбы

«Друзья... не главное, здоровье в первую очередь», – говорит одна бабулька, привычно отправляясь с четырехлетним внуком на прогулку в лесопарковую зону. «Вот пойдет в школу, там и заведет друзей», – размышляет не очень общительная мама, читая газетку и бесечно наблюдая одиноко копающую дочку в огромной песочнице. Правы ли они? Едва ли...

Человек – существо социальное. В социуме мы реализуем большую часть своих потребностей. И дружба – это тот фундамент, на котором строится психологическое спокойствие человека.

Именно детская дружба учит маленького ребенка искусству сложного взаимодействия в обществе: умению постоять за себя, добиться справедливости, защитить близкого человека, объединить вокруг себя людей по интересам и идти к намеченной цели.

Однако умение дружить не заложено в человеке генетически. Это сложная наука, учиться которой каждому приходится на своих собственных ошибках. И гораздо лучше, если эти ошибки человек переживает в два, три года при помощи и поддержке родителей, нежели в школьные годы в одиночестве, страдая из-за каждого промаха и удара ровесников.

И наконец, для развития любого навыка существует свой сенситивный период, упустив который мы рискуем навсегда остаться без соответствующего умения. И если достаточно общительный от природы малыш как-нибудь да сможет компенсировать упущенные годы тренировок, то стеснительному и замкнутому в себе ребенку может оказаться не по силам наладить общение с ровесниками, и он так и останется «в стороне».

Завести друзей можно, придерживаясь следующих правил поведения.

1. На протяжении длительного времени гуляйте с одним и тем же ребенком (возможно, двумя-тремя детьми).
2. По возможности наладьте походы в гости, так как в домашней обстановке малыш получает большее представление о личности своего друга.
3. Сближают совместно пережитые сильные эмоции, чему способствуют поездки в цирк, зоопарк, развлекательные парки, всевозможные курсы.
4. Гуляния желательно проводить в игровой форме, включая детей в совместную деятельность (простейший вариант, игра в кошки-мышки – бегать за детьми).

Завести друзей следует еще до того, как малыш пойдет в детский сад, и легче всего это сделать в психологически комфортной атмосфере детской площадки. В этом ребенку должны помочь родители. Конечно, в столь юном возрасте дети еще не умеют самостоятельно заводить друзей. Но и утверждать, что до трех лет они не нуждаются в общении ровесников, тоже ошибочно. Даже играя не вместе, а рядом, малыши изучают друг друга и отмечают для себя отличие «коротышек» от привычного мира взрослых людей.

Молодые мамы с грустью отмечают, что на пути возникновения крепкой дружбы приходится преодолевать совсем не детские препятствия. Дети чрезвычайно жестоки по отношению друг к другу. Им непременно хочется чужую игрушку – при том, что свою они не позволят даже в руках подержать. Они очень подвержены влиянию внешних факторов: плохая погода, не выпалились, режутся зубки, устали и, совершенно не считаясь с чувствами другого ребенка, могут превратить гуляние в сущую пытку, как для себя, так и для друга. Случайная болезнь или летняя поездка может свести на нет многомесячные успехи установления контакта.

Но все же результат стоит потраченных усилий. Уже к двухлетнему возрасту у малыша появляется доверительное нежное отношение к маленьким друзьям, закрепляются первые навыки рефлексии – умения просчитывать чувства другого человека. Позже формируется собственно умение дружить, а не просто бегать рядом. Один друг, оказывается, совсем не то же самое, что пятнадцать сорванцов вокруг. И ребенок трех-четырех лет уже вполне осознанно предпочитает общение с другом перспективе погулять пусть на новой, но чужой площадке. Наконец, немаловажный аргумент – малыш с друзьями намного легче адаптируется в детском саду, а затем в школе, и менее болезненно переживет первые месяцы «взрослой жизни». Друзья помогут.

Маленькая жадина

*Жадина, говядина,
Турецкий барабан!
Кто на нем играет?
Васька – таракан!*

Наверное, в каждой семье наступает момент, когда на просьбу поделиться малыш неожиданно отвечает: «Не дам». Жадность?! Откуда, что делать? Воображение тут же начинает рисовать мрачные перспективы. Ведь наша культура, да и вообще общечеловеческая мораль относит данный недостаток к серьезным порокам. Недаром даже в Библии жадность входит в число семи смертных грехов. Но постойте! Ни о каких пороках в столь юном возрасте и речи не идет. Все гораздо прозаичнее и невинней. Скорее всего у малыша просто зарождается *чувство собственности*.

Этот период наступает около двух лет, длится недолго и чрезвычайно полезен для формирования личности ребенка. Другое дело, если проходит полгода, год, и становится только хуже. Тут пора искать другие причины. Прежде всего, *депривация*. Это хроническая нехватка любви и тепла, компенсируемая за счет болезненной опеки над своими вещами. Данное отклонение было обнаружено у детей-сирот в виде повышенной потребности в сладостях, но часто наблюдается и у обычных ребятишек, вынужденных длительное время оставаться с нянями, бабушками или в образовательных учреждениях. Схожее поведение появляется и в результате возникновения *острой ревности*, например, к появившемуся в семье второму ребенку.

Хотя, возможно, все дело в некоторых погрешностях воспитания. Насколько трудно бывает порой выдержать душераздирающие крики ребенка. И как следствие – «дайте ему, что он хочет, лишь бы замолчал». Со временем ту же тактику малыш переносит и во внешний мир. Пытаясь заслужить авторитет у сверстников, он отнимает игрушки, не позволяя, в свою очередь, прикасаться к своим, заставляя всю детскую площадку «крутиться вокруг себя».

Распространенные ошибки в борьбе с жадностью

Приходя в наш мир чистыми, как лист бумаги, дети не имеют никакого представления о нормах поведения и морали в обществе. Они понятия не имеют, что такое жадность, и эталоном правильного человека для них становятся родители. Именно то, как вы сами обращаетесь с ребенком, станет его манерой в будущем. Поэтому первое, от чего стоит отказаться, так это от любого проявления агрессии. В сердцах отнимая у родного чада игрушку, вы преподаете урок силы – «сильный имеет власть над слабым». Вы заставили его поделиться? Нет, лишили доверия к близкому человеку, особенно если к тому же отдали возжеланный предмет чужому ребенку. Стыдить малыша – он почувствует себя отвергнутым, запрещать определенное поведение – создадите запретный плод и повод для манипуляций.

Не жадный, щедрый!

1. Прежде всего, необходимо отыскать причину жадности и устранить ее. Уделяйте больше внимания ребенку. Любите, гордитесь своим малышом со всеми его недостатками. Почувствовав семью как единое целое, он уже не захочет разделять предметы внутри семьи, а это уже немало. И тут совершенно неуместно строгое воспитание, гласящее: «одну кон-

фетку в день, подарки по праздникам». В такой ситуации хочешь – не хочешь, а ребенок станет жадным. Лучше, напротив, всегда давать чуть больше (для друзей, про запас), тогда и не возникнет ощущения «последнего кусочка».

2. Запретами можно легко загнать жадность глубоко внутрь, научив ребенка умело скрывать порок. Намного эффективнее вообще не заострять внимание на неприятных моментах, акцентируя положительные сдвиги в поведении сына или дочери. Помогите малышу испытать радость от проявления щедрости, предложив, скажем, на детской площадке пачку мармеладок для раздачи друзьям, не забывая, конечно, и про себя.

3. Не перегибайте палку в отучении от жадности. Ребенок не должен «отдавать последнюю рубашку», да и вообще делиться игрушкой, в которую в данный момент играет сам. Подскажите, что, наигравшись, будет правильно дать поиграть и другим детишкам, а вот любимые и новые вещи лучше вообще не подставлять под удар, избегая выносить их на общее поле игр.

4. И, наконец, все мы знаем, как вредно и опасно вешать ярлыки. Ты жадина! Никто не захочет с тобой дружить! Перевернем ситуацию. Нет более лучшей стратегии против любых недостатков, и даже не только у детей, чем «антиярлыки». Ищите любой повод, чтобы восхищаться своим ребенком, без усталости повторяя: «Какой ты добрый», «Самый щедрый», «Из тебя получится хороший друг» и т. п.

Формирование базовой составляющей характера человека происходит до пяти лет. Именно такой запас времени вам отведен для построения морали и внутренних качеств ребенка. Но если все же не получится, попробуйте и в этом найти свои положительные стороны. Ведь жадность – это экономность и бережливость, залог достатка и достойного уровня жизни.

Малыш тянется за маминной тарелкой, но та и не думает сопротивляться: – Хочешь и мою тарелку? Пожалуйста, бери, мне не жалко! Сколько еще поставить? Одну? Две? Сынок-то наш богатырь будет – сколько каши ест! Нет, он не жадный, просто очень любит кашу! Случай из жизни

«Пороки искореняются сами по себе, уходят незаметно для ребенка, и уничтожение их не сопровождается никакими болезненными явлениями, если их вытесняет бурная поросль достоинств».
В. Сухомлинский

Онанизм у маленького ребенка

Ну разве можно проявление любознательности полугодовалой крошки назвать онанизмом? Конечно, здесь даже речи не идет о подобном отклонении. Ведь онанизм – это не любопытство, проявляемое ребенком абсолютно к любой части своего тела.

Онанизм – это стойкая привычка получать удовольствие от манипуляций с половыми органами, сопровождающаяся напряжением, покраснением, учащенным сердцебиением и, наконец, разрядкой.

Этого не бывает, да и не может быть до трехлетнего возраста. Другое дело, если малыш действительно занимается онанизмом, особенно если делает это прилюдно. Что делать? Прежде всего, не паниковать, не ругать ребенка и не создавать психологической травмы там, где все решается последовательным комплексным подходом. Помните, главная задача родителей – сохранить у ребенка естественное отношение к своему телу сейчас и здоровую сексуальность в будущем.

Причины и следствия

Повышенная чувствительность половых органов

Эта банальная и легко устранимая причина зачастую и приводит к появлению детского онанизма. Почувствовав дискомфорт в трусиках, ребенок вполне естественно тянется к очагу ощущений, пытаясь решить проблему. Он по-детски наивно зажимает попку, прижимается к одеялу или прибегает к другим безобидным решениям. И однажды получив разрядку, при этом испытав положительные эмоции, запоминает способы устранения беспокойства. Постепенно данное поведение переходит в привычку и уже не требует предпосылок. Это в первую очередь проблемы с мочеиспусканием и актами дефекации.

Р о д и т е л и: с ранних лет оберегайте малыша от воспалительных заболеваний мочеполовой системы, непроходимости кишечника, поддерживайте интимную гигиену. Подбирайте ребенку удобную свободную одежду, особенно нижнее белье. Регулярно сдавайте анализы на глисты, так как личинки остриц ночью выползают для откладки яиц, вызывая тем самым раздражение, зуд и жжение вблизи половых органов. Даже частые шлепки по попе, разогревая область таза, приводят к излишнему напряжению в этих местах.

Взаимоотношения с родителями

Считается, что наиболее часто онанизмом страдают дети, лишенные полноценной любви родителей. Внутреннее беспокойство и нервное напряжение наряду с ощущением собственного одиночества приводят к самостоятельному поиску психологической и физической разрядки. Наверное, кто-то удивится, но детям от 3 до 6 лет, испытывающим нечто подобное половому влечению, необходимо физическое взаимодействие с родителями, порой принимающее действительно странные формы: они прижимаются всем телом к взрослым, которых любят, разглядывают и трогают разные части тела. Это нормальное поведение на определенном этапе развития.

Р о д и т е л и: стараясь активно расширять кругозор ребенка, поощряя его социальное развитие и детскую дружбу, не стоит лишать малыша и счастья единения с мамой и папой. Гладить голову, трепать волосы, качать на коленках, обнимать и целовать. Так как тот уро-

вень физического удовлетворения, который требуется ребенку, он все равно получит. С вами или сам. Однако старайтесь не переусердствовать. Малыш не должен испытывать сексуального удовольствия от контактов с родителями, а потому не стоит при ласковых играх дотрагиваться до его интимных мест и даже излишне трепать другие эрогенные зоны (мочки ушей, грудь). В ванной лучше подмывать ребенка быстро и аккуратно, не усердствуя в обмывании половых органов. Кроме того, непедagogично показываться ребенку в нижнем белье и тем более допускать каких-либо наблюдений за «взрослыми отношениями».

Хронически напряженная психика

Это тоже проблема. Причем встречающаяся совершенно в различных семьях во всевозможных вариациях. Дело в том, что когда человек, а ребенок особенно, напряжен, все существо его находится в состоянии «повышенной боевой готовности» – работы в экстремальном режиме. Никакой организм не выдержит постоянно такой нагрузки. Вот так и возникает острая необходимость быстрой разрядки, подогреваемая обычным желанием радоваться и испытывать удовольствие.

Р о д и т е л и: возможно, в семье выдвигаются слишком строгие требования к ребенку. Настолько строгие, что он боится вас и от одной мысли сжимается, словно желая стать меньше и незаметнее. Известны даже случаи, когда авторитарные родители, насильно запиная в ребенка еду, вызывали в нем отвращение к приему пищи, тем самым выключая одну из самых чувствительных зон организма и возбуждая рефлекторно взаимозависимую зону гениталий. Возможно, на него давят ровесники, например, издевательства какого-нибудь местного хулигана. Или обстоятельства: ощущение безысходности и ненужности при разводе родителей, рождении второго ребенка или переезд в чужой город. В любом случае постарайтесь избавить его от страхов и подарить счастливое, беззаботное детство.

Пять шагов на пути к избавлению

Несмотря на то что сексологи не усматривают ничего опасного непосредственно в самом онанизме, это вредная привычка, и, что

действительно плохо, она может развиться в навязчивое поведение, а это значит, выйдет из под контроля самого ребенка, поглотив все его свободное время, мысли и интересы. Так что действовать нужно немедленно, последовательно и спокойно. Какова бы ни была причина возникновения онанизма, с устранения которой и следует начинать родителям, остальные меры касаются уже самой привычки, общей для всех в проявлениях и последствиях.

1. Оберегайте психику своего ребенка. Ведь именно психические расстройства и переживания пробуждают воспоминания о легком достижении душевного равновесия.

2. Займитесь организацией дня. Не следите за ребенком, воздвигая стену недоверия между вами, но и оставлять его одного теперь какое-то время будет крайне неосмотрительно. Уделите ребенку максимум своего внимания, планируя день так, чтобы он постоянно находился на виду: устраивайте выездные мероприятия, запишите его на занятия, играйте вместе дома, приобщайте к домашней работе.

3. В постели спят. Чаше дети занимаются онанизмом при засыпании, поэтому оставайтесь рядом, пока малыш не заснет, помогая ему расслабиться другими способами: погладьте спинку, спойте колыбельную, расскажите сказку. Также помогают хвойные ванны, успокаивающие микстуры, физиопроцедуры. Засыпать ребенок должен на спине или на боку, но никак не на животе. Другой момент – пробуждение: не давайте залеживаться ему в кровати,

введите традицию утренней зарядки, так привычное утреннее напряжение найдет себе иной выход.

4. Не привлекайте внимания к этой области. Любая ассоциация, легкое ощущение сразу вернет желание снова испытать разрядку. Поэтому исключите предметы ассоциаций: велосипед, качание на ноге, узкие брючки.

5. Поощряйте физическую активность ребенка. Так как онанизм чаще встречается у активных детей, невольно следует вывод об остатке нерастраченной энергии. В ваших силах сделать так, чтобы вымотанный малыш буквально «доползал» до кровати.

Есть статистика, согласно которой все мужчины и $\frac{3}{4}$ женщин когда-либо в детстве занимались онанизмом. При этом в стойкую привычку это занятие превращалось лишь у 3–5 % детей, в основном из детских домов. Не страшно, что ребенок попробовал, плохо, если у него не оставалось другого выбора.

Развод и ребенок

Число разводов в России неуклонно растет. Если в 1970 году, по данным Госкомстата, на 1 319 200 браков приходилось 396 600 разводов, то в 2011 году эти цифры составили, соответственно, 1 083 806 на 550 673. По результатам исследования, в 153 российских городах и поселках основной причиной разводов сегодня стали алкоголь и наркомания, так ответили 51 % респондентов, на втором месте жилищный вопрос – 41 %. И хотя лишь 13 % обвиняют мужчин, 7 % – женщин, а 62 % уверены, что виноваты оба супруга, зачастую истинным виновником себя считает ребенок, страдая и переживая глубоко внутри развод родителей, как личную трагедию.

Американский философ Кен Кенфилд, основавший Национальный центр отцовства, *основные причины ухода отца из семьи* видит в том, что:

- современные люди живут одним днем, заботясь только о собственном благополучии, не думая о том, что останется после них;
- сегодня критерием мужской значимости считается должность, зарплата, положение в обществе, в то время как раньше она определялась числом поставленных на ноги детей;
- жертвенность больше не в моде, а отцовство и материнство в определенные периоды времени – сплошная жертва;
- в эпоху расцвета индивидуализма человек больше не считает себя обязанным обществу воспитать нового гражданина.

Как сказать ребенку об этом

Распад семьи дети воспринимают как нежелание родителя жить со своим ребенком, а потому следует постараться убедить сына или дочку, что вы очень любите своего малыша и меньше всего хотели бы уйти от него. Просто обстоятельства порой вынуждают человека принимать те или иные решения. Так будет лучше, и ребенок по-прежнему сможет регулярно видаться с родителями. Появление другой семьи еще сильнее травмирует малыша, и тут необходимо показать, что важность первой семьи не страдает.

Шесть главных правил

1. Старайтесь говорить правду. Возможно, не всю, в пределах понимания ребенка. Дети чувствуют фальшь и начинают искать причину самостоятельно, зачастую приходя к выводу, что все произошло из-за них. Кроме того, важно, чтобы родители имели единую формулировку и не старались в глазах ребенка очернить друг друга.

2. Не бойтесь говорить о разводе, показывая свои чувства и мысли. Осознание того, что тяжело всем, поможет ребенку. Но и перекладывать на малыша груз обид и упреков нельзя! Ему и так плохо, и он не должен ощущать дополнительный трагизм ситуации.

3. То объяснение, которое вы дадите сейчас, ребенок запомнит на всю жизнь, и это не только определит уровень доверия и близости с родителями, но и станет отправной точкой для понимания семейных отношений в целом.

4. Занимаясь разводом, поддерживайте привычный образ жизни ребенка. Не стоит менять место жительства, школу, бросать кружки. Попросите родственников почаще навещать малыша.

5. Какова бы ни была причина развода, снизить травму, нанесенную ребенку, практически невозможно. Но в силах родителей уберечь психику малыша, окружив его вниманием, заботой и любовью.

6. Спорные вопросы не стоит решать при ребенке, устраивая время от времени родительские советы.

Как вести себя приходящему родителю?

Развод уже позади, и вы больше не живете вместе. Однако чувство вины, болезненное стремление наверстать упущенное только отягощают рану. Что случилось, то случилось, и забудьте об этом. Вы живете в новых условиях, и ребенку требуются, а теперь еще больше, чем раньше, положительные эмоции. Гуляйте, веселитесь вместе, планируйте увлекательные мероприятия, дарите подарки и устраивайте сюрпризы. Помните, что дети любят предсказуемость, а потому старайтесь приезжать за малышом в одно и то же время, не опаздывая и, конечно, не пропуская встречи, важные и поворотные события в жизни ребенка, как бы ни важны были другие дела. Нет ничего страшнее для ребенка, чем быть брошенным вторично! Но и слишком частые визиты и звонки опасны, так как создают иллюзию воссоединения семьи.

С другой стороны, избегайте манипулирования со стороны ребенка. Угождая всем его прихотям, вы постепенно теряете собственную значимость в глазах малыша, становясь добрым джинном, исполняющим желания. Это может привести к серьезным конфликтам и неправильно сформировать характер ребенка. Более того, сохранить ощущение полноценной семьи малышу поможет именно воспитательное общение, порой даже строгое, но справедливое. Лучше всего сохранить позицию доверенного близкого человека, всегда готового оперативно откликнуться на звонок или сообщение и оценить ситуацию веским словом или поддержкой. Быть всегда осведомленным о нуждах и интересах ребенка поможет бывший супруг(а) или другие родственники.

Приводя малыша в свою новую семью, придерживайтесь золотой середины. Ваше поведение в отношении нового супруга(ги) и детей должно быть в высшей мере корректным, чтобы не наносить дополнительную травму ребенку. При этом от него не требуется любить чужих людей, но соблюдать правила вежливости надо. Ваш спутник жизни также заслуживает уважения, и в ответ на грубые высказывания ребенка в его адрес стоит осторожно объяснить, что в вашей новой семье так говорить не принято, и этот человек ни в чем не виноват и хочет для него только добра.

Новые родители

Проходит время, боль стихает, и желание жить полноценной жизнью заставляет искать нового партнера. А понравится ли ему ребенок? Сможет ли малыш принять нового папу или маму? Прежде всего, не торопите. Дайте обоим время привыкнуть. Столько, сколько потребуется. Одинокие люди боятся обязательств, поэтому не стоит сразу окунать их в «радости» семейной жизни. Да и никто не говорит о любви. Вовсе не обязательно пытаться занять нишу отца или матери. Достаточно просто заработать уважение и стать кем-то вроде наставника для ребенка. Если человек хороший, то рано или поздно малыш примет его, главное – не торопиться с рождением новых детей.

Дар рождения леворуким

13 августа – Международный день левши. Знаете ли вы, что, по статистике, сейчас на Земле проживает порядка 500 миллионов леворуких людей? Только в Европе ежегодно рождается около 10 % левшей, отличаясь от своих сверстников большей общительностью и контактностью, притом крикливостью и нетерпеливостью. Исследования показывают: левшами чаще становятся мальчики, особенно рожденные в паре монозиготных близнецов.

Любопытно

Среди кошек большинство правшей, зато все белые медведи – левши.

Левши представлены в обоих концах интеллектуальной шкалы: среди них насчитывается непропорционально высокое количество как гениев, так и людей, имеющих трудности в обучении. Из наиболее известных леворуких личностей можно выделить Альберта Эйнштейна, Николу Тесла, Пабло Пикассо, Чарли Чаплина, Курта Кобейна, Пола Маккартни, Анджелину Джоли, Николь Кидман, Фридриха Ницше и Мерилин Монро.

Тест «Правша или левша?»

Хотя леворукость и является врожденной особенностью человека, считается, что до трех-четырех лет малыши еще могут менять ведущую руку, поочередно развивая то одно, то другое ведущее на данный момент полушарие. Для более старшего возраста хорошо себя зарекомендовал коротенький тест.

1. Предложите ребенку похлопать в ладоши по-театральному, на боку – так, чтобы одна рука покрывала другую. Отметьте для себя, какая кисть оказалась сверху.

2. Попросите скрестить руки возле груди – стандартная поза первоклашек за школьной партой. Опять-таки, какая сверху.

3. А теперь требуется сесть нога на ногу. Какая нога сверху?

4. Самое сложное задание потребует навыка закрывать один глаз, что довольно сложно для малышей. Пусть ребенок поставит указательный палец вертикально перед носом, практически касаясь его, и поочередно медленно закрывает то один, то другой глаз. В одном случае изображение будет прыгать, в другом – оставаться неподвижным. Вносим в общий список не тот глаз, при закрытии которого двигается картинка, а тот, при котором палец сохраняет свое положение.

Результаты теста

Три-четыре одинаковых признака должны ясно показать, правша или левша ваш малыш. В редких случаях возможны ситуации, когда результаты делятся поровну. Это так называемая *амбидекстри́я* (от лат. *ambi* – «оба» и лат. *dextrum* – «правый») – отсутствие явно выраженной мануальной асимметрии, проявляющееся тем, что человек в равной степени владеет правой и левой рукой (например, Леонардо да Винчи).

Огромное количество всевозможных тестов, а также интересной и полезной информации по данному вопросу можно найти на специализированных сайтах  1.

Преимущества правого полушария

В 2006 году исследователи из Лафейетского колледжа и Университета Джона Хопкинса (США) выяснили, что мужчины-левши со средне-техническим образованием на 15 % богаче мужчин-правшей, а среди получивших высшее образование и вовсе разница составляет 26 %.

Кроме того, замечено, что праворукие люди не настолько хорошо владеют подавляемым правым полушарием, насколько леворукие оперируют пассивным левым. Из этого следует, что левши в большей степени способны разделять нагрузку на оба полушария и более эффективно подходить к решению проблемы. С другой стороны, заметив левые склонности у своего ребенка, имеет смысл задуматься о серьезном спорте. Так как леворукость обладает огромными преимуществами в контактных видах спорта, одаривая спортсмена фактором «неожиданности».

Педагогический подход

Прошли те времена, когда нерадивые учителя, зачастую негуманными методами, пытались унифицировать ребенка, переучивая с левши на правшу, что, по сути, ломало базовую картину мира в голове человека. Ведь левша – это не просто рука, которой удобнее держать ручку, а способ мышления, основанный на первичности образного восприятия информации, в отличие от вербально-знаковой системы правшей.

Однако и в данный момент леворукому ребенку приходится адаптироваться в праворуком мире. Никто не сможет, подобно ивриту, переделать написание текстов справа налево, и на дороге левше всегда придется придерживаться правой стороны. Другое дело, что уже на этапе обучения письму леворуким детишкам можно приобрести специальные прописи, ручку для левой руки и другие необходимые аксессуары: фломастеры, ножницы, линейки

и т. д.  2.

Детский сад

Отправить ребенка в садик или школу, пожалуй, одно из самых ответственных и волнительных решений для родителей. Готов ли малыш к столь радикальным переменам, легко ли пройдет адаптация и стоит ли торопиться? Но если в детский сад теоретически можно вообще не ходить, то через школьное образование придется пройти в любом случае, и тут обнаруживается интересная закономерность. Домашние детишки, пришедшие в первый класс, минуя детсадовскую подготовку, как правило, отличаются лучшей подкованностью в интеллектуальном плане: пишут, читают, считают, имеют достижения на дополнительных занятиях и кружках (хотя стоит сразу оговориться, что необходимый общеобразовательный минимум, законодательно закреплённый Министерством образования и науки РФ за дошколятами, в обязательном порядке обеспечивается во всех садиках страны). Однако такие детки ощутимо отстают в навыках социальной адаптации. Им сложнее освоиться в новом коллективе, привыкнуть к правилам и завязать крепкие отношения, что, в конечном счете, отражается на психологическом комфорте и, как итог, способности посвятить себя обучению. Так что же лучше: отдавать в садик или нет? Все хорошо в свое время. Если ребенок достаточно подготовлен, почему нет. Существует ряд показателей, по которым специалисты определяют степень готовности малыша к детскому садику.

Готов ли малыш к детскому саду?

Отсутствие аффективной привязанности к матери

Любопытно, что дети, которых отдали в ясли до двух лет, легче переживают разрыв с матерью и в качестве эмоциональной опоры начинают воспринимать группу сверстников, что, несомненно, помогает проще устанавливать дружеские связи. С другой стороны, теряется связь ребенка и мамы, и это негативно отражается на внутреннем ощущении любви и безопасности. *Оптимальным для готовности к саду считается трехлетний возраст.* К этому моменту ребенок должен уметь быстро (не более 15 минут) засыпать без матери и специальных успокаивающих манипуляций, спокойно оставаться на непродолжительное время с папой и другими родственниками, а также уметь себя развлекать и самостоятельно играть.

Вопросы кормления

При правильно сформированном пищевом режиме у ребенка не должно возникнуть отвращения к пище и плохого аппетита. В детском саду дети едят за столом без дополнительной стимуляции: мультики, книжки, игры и т. п. Практика показывает, что даже крайне избалованные ребятишки на удивление родителям начинают хорошо кушать в садике, но в период адаптации столь непривычно жесткие требования могут вызвать лишний стресс у малыша. Так же, впрочем, как и строгие воспитательные условия: четкое следование общим понятиям: «надо», «нельзя» и конкретным правилам «убери за собой игрушки», «ложись в постель».

Навыки самообслуживания

В США в детский сад принимают только детей, способных самостоятельно ходить на горшок и вытираться! Дело в том, что многочисленные громкие скандалы плачевно отразились на местных нравах, не позволяя теперь нянечкам и воспитателям дотрагиваться до детей, кроме как за руку. В российских садиках все по-старому: и детей в младшей группе (3 года) только готовят к тому, что с четырех лет все придется делать самому. При этом малыши чувствуют такое сильное желание стать самостоятельными, что в короткие сроки сами начинают одеваться на прогулку, бегать в туалет и относить за собой посуду. И чем качественней была сформирована дома база для закрепления навыков, тем быстрее и успешнее пройдет обучение, а ведь от ощущения своей взрослости в сравнении со сверстниками напрямую зависит формирование самооценки малыша и его уважения в коллективе.

Крепкий иммунитет

Большинство детей болеют в первый год посещения садика. Многие болеют сильно и подолгу. Говорят, это неизбежно, и даже не отдав малыша в садик, вы рискуете впоследствии столкнуться с той же проблемой, но уже в школе, пропуская учебную программу, что гораздо хуже. С другой стороны, есть так называемые «несадиловские» детишки. Их отличает более позднее формирование иммунитета. На данный момент врачи склоняются к тому, что до четырех лет детей не стоит отдавать в детский сад. Иммунитет еще не успевает сформироваться, и малыш обречен на долгое и затяжное течение болезней. У девочек этот период может варьировать до шести лет. Кроме того, не стоит пренебрегать и тем фактором, что каждый насморк у малышки пагубным образом отражается на состоянии аденоидов. Являясь, по сути, лимфатической тканью, они растут на слизистых, угрожая вылиться в непрерывный кашель, затруднение дыхания, ночной храп и другие неприятности. Между тем, к пяти годам рост сам собой заканчивается, и ребенок перерастает критический возраст. Так что до пяти лет стоит побережь малыша от любого рода инфекций. Если, конечно, у родителей есть такая возможность.

Педиатры утверждают: да, живя в социуме, ребенок неизбежно должен приобрести «социальный иммунитет» и переболеть основным набором привычных для взрослого человека вирусов. Вопрос только в том, какими жертвами? Дети, с ранних лет не подвергавшиеся всевозможным атакам и сохранившие природный иммунитет, в школе болеют чаще. Но легче. Заражение, температура, спад – неделя, и ребенок снова в строю. Садиковские ребятишки так и продолжают начатый с младенчества алгоритм: заражение, температура, осложнения, реабилитация – итого месяц. Разумеется, не всегда так и не все так. Разные организмы, у каждого своя история.

Легче приходится детишкам из многодетных семей, где с самого рождения ребенок попадает в агрессивную среду вирусов и инфекций, принесенных старшими братьями и сестрами. Или в семьях, где родители ведут активный образ жизни, постоянно приглашая многочисленных друзей и контактируя в местах массового скопления людей. В любом случае существенно помогают закаливающие процедуры, занятия в бассейне и длительное нахождение на свежем воздухе. Кстати говоря, физиологи отмечают, что закаливание одних только ножек (например, обливание прохладной водой) приравнивается по терапевтическому эффекту к закаливанию всего организма в целом. Не стоит забывать также о поливитаминных препаратах и природных адаптогенах: мед, эхинацея, шиповник, настои из трав и т. п.

Навыки общения

Пройдет время, возможно совсем немного, и ребенку понадобятся усвоенные когда-то на детской площадке умения: знакомиться и завязывать отношения, приглашать в игру, уметь уступать и понимать чувства других детей, защищать себя от драчунов. Этому трудно научиться самому, многое может так и остаться за гранью понимания вплоть до взрослого возраста, когда ребенок удивленно воскликнет, обращаясь к родителям: «Почему вы мне не объяснили этого тогда?» Действительно, почему?

Девочке нельзя драться. Даже тогда, когда тебя бьют лопаткой по голове? Не надо нападать, но защищаться вправе и даже обязан любой человек. Агрессивные дети постоянно обижают ребенка. А не провоцирует ли сам ребенок подобное отношение к себе? Можно, не имея заднего умысла, забраться на горку и спокойно восседать там, пока нетерпеливые дети толпятся и пыhtят за спиной. Столько разных и совсем неочевидных тонкостей надо знать человеку, что помочь их усвоить не в силах лишь детский сад. Только мама, внимательно наблюдая каждую сцену и анализируя поступки, может дать дельный совет и обратить внимание на ошибку. Что никто не любит плаксу, и дети сами разбегаются, стоит кому-то «включить сирену» – вот уж не лучший способ завоевать авторитет. Что сложившаяся компания, возможно еще с грудничкового возраста, не станет сама бегать, уговаривая новичка влиться в их славные ряды, а потребуются немало сил и настойчивости, чтобы тебя приняли и включили на равных.

Это очень серьезная тема, заслуживающая самого пристального внимания. Так как именно в дошкольном возрасте закладываются основы социального общения. И от того, насколько четко усвоит их ребенок, будет зависеть вся его дальнейшая жизнь. Тут не важно, экстраверт он или интроверт. Темперамент определяет количество необходимого общения, возможно глубину общения, но не умение завязывать знакомства, объяснять правила игры или усваивать предложенные другими, делиться игрушками, не позволяя при этом ущемлять свои права, и многое другое. Лучшим вариантом будет еще с младенчества сформировать прочный дружеский союз на детской площадке, не разрушая который, плавно перейти в детский сад, надеясь на то, что дружеская поддержка и тут сможет помочь безболезненно пройти адаптацию и скрасить отрыв от мамы.

Детский сад едва ли сделает ребенка раскованным и уверенным в общении. Пожалуй, стеснительного тихоню жестокий необузданный коллектив трехлеток еще больше загонит в себя и изолирует от общества. Садик – своего рода полигон, где отрабатываются полученные за его пределами навыки, и задача родителей – не обезопасить крошку от ужасов открытого мира, а грамотно и последовательно подготовить к нему, так как рано или поздно человеку придется встретиться с необходимостью утверждать себя в группе себе подобных, и чем раньше он усвоит правила игры, тем более высокое положение сможет занимать впоследствии.

Сложности адаптации

Едва получив путевку в детский сад, стоит начинать подготовку с ребенком. Это не должно стать для него неожиданностью. Объясните малышу, что пойти в садик означает стать взрослым, а стать взрослым – ух-ты какая привилегия. Можно, например, приурочить к сентябрю первое знакомство с шоколадом или икрой, или какой-то другой едой, которую вы по каким-то соображениям (возможно, из-за опасности аллергии) не предлагали ранее. Желательно, конечно, чтобы ею не стали фастфуд или газированные напитки. Взрослый – значит, сам выбираешь себе одежду или игрушки в магазине; начинаешь ходить в цирк и

в театр на спектакли; а может быть, уже можно купить собачку или милого крошечного котенка, так как только взрослый ребенок сможет взять на себя ответственность заботиться о братьях наших меньших.

Рассказывайте о садике, давая малышу исчерпывающее представление о том, с чем ему предстоит столкнуться. Что в садике большая группа детей. Там очень весело, есть с кем поиграть, много игрушек. Воспитательницы, как мамочки, очень переживают за детишек и будут стараться во всем помогать. Так что если что-нибудь нужно, не стесняйся подходить и просить, они будут рады помочь. Не стоит заранее пугать тем, какое наказание последует за хулиганство и непослушание. Подразумеваем, что ребенок будет паинькой, а все остальное узнает на месте, а вот основы послушного поведения было бы хорошо узнать из многочисленных детских стишков и рассказов о садике, мультиков и даже кинофильмов.

Спустя некоторое время после первого шока малыш начнет плакать и бежать за мамой. Опытные мамы советуют не растягивать момент прощания. Обняли покрепче, поцеловали, дали четкую информацию о моменте своего возвращения: «Когда ты позавтракаешь, я за тобой приду» или «Когда вы погуляете и пообедаете, я приду» – и отдали ребенка из рук в руки воспитательнице. Родителям нужно сразу подготовиться к тому, что будут слезы и просьбы не вести в детский сад. Это неизбежно и нормально. Более того, в редких случаях, когда дети не испытывают адаптационного дискомфорта в саду, психологи ставят под сомнение его благополучие дома. Не торопитесь. Уверенно, слегка удивленно: «Ведь там так весело, ты просто еще не понял» продолжайте водить, постепенно увеличивая количество пребывания. Главное – не спешить. У некоторых мам уходит до полугода для того, чтобы настал тот день, когда ребенок сам скажет: «А почему ты меня не оставляешь на сон?»

Правила поведения для мамы

1. Отдать ребенка в детский сад – желание верное и в условиях мегаполиса целесообразное. Решившись на такой поступок, будьте до конца уверены в правильности своих действий, иначе ваши сомнения обязательно отразятся на ребенке. Помните, что все трудности временны и преодолимы.

2. Поддерживайте хорошие отношения с воспитателями и нянечкой в вашей группе, так как именно от них будет зависеть комфортное пребывание малыша в детском саду. Не ссорьтесь, даже если для этого есть основания: вы уйдете, а ребенок останется. Но и не позволяйте авторитетному мнению заглушать ваши опасения, воспитатели должны чувствовать, что вы внимательно следите за порядком и контролируете ситуацию. Старайтесь совместно находить пути выхода из затруднительных положений, помня, что у вас всех общая цель – сделать пребывание малыша в садике радостным и позитивным.

3. Ребенок, попадая в детский сад, быстро взрослеет, но это вовсе не значит, что он меньше нуждается в любви и заботе. Более того, теперь как никогда раньше ему требуется ваша помощь и участие.

Это интересно

*Самый первый в мире детский сад был организован в 1837 году немецким педагогом Фридрихом Вильгельмом Августом Фребелем в прусском городе Бад-Бланкенбурге. В своей книге «О воспитании человека» удивительный знаток детской психологии, непревзойденно умеющий заразить детей своим настроением и направить их энергию в полезное русло, писал, что детский сад основывается на двух свойствах, присущих всем племенам человечества: на свойстве детей **играть и играть в обществе** других детей. Отличительной особенностью тех садов было полное отсутствие сезонных эпидемий. Особые правительственные*

распоряжения обязывали родителей не приводить ребенка в детский сад, если в доме имеется заразный больной, а пол, мебель и игрушки два раза в день подвергались влажной уборке при открытых окнах.

Бич современных дошкольников

Особого внимания заслуживает почему-то непопулярная среди массовых специалистов, но тем более как нельзя более актуальная тема – *хламидии* и *микоплазма пневмония*. Это особая форма бактерий, проникающая в организм подобно вирусу и вселяющаяся внутрь каждой клеточки, отчего и излечение превращается в крайне сложный и неприятный процесс с использованием особой группы сильных антибиотиков. Самое плохое в них то, что болеть можно бесконечное количество раз и что в России инфицированы ими, по разным данным, до 80 % детей, т. е. почти все детсадовцы. Возбудитель передается воздушно-капельным путем и даже после проведения терапии остается в малых количествах в организме.

Сами по себе микроорганизмы не вызывают никаких болезней, но существенно ослабляют иммунитет. Считается, что не существует каких-либо отличительных симптомов заболевания, но в процессе наблюдения кое-что все же прослеживается.

! Дети, первично зараженные микоплазмой пневмония, очень долго (несколько месяцев) тяжело кашляют. Причем никакие средства от кашля не помогают. Первичное инфицирование хламидией пневмония вызывает длительный насморк и усиленный рост аденоидов.

Даже без антибиотиков острый период заболевания проходит приблизительно через три месяца. Симптомы уходят, но в отсутствие лечения болезнь грозит вызвать хронические расстройства и даже перейти в смертельно опасную пневмонию. Так что, заметив указанные симптомы, стоит незамедлительно сдать кровь на анализы и, проконсультировавшись с врачом, приступить к лечению. Но если вы уже опоздали и в титрах обнаружен лишь след перенесенного заболевания, пить антибиотики уже бесполезно. След останется, а организму только будет нанесен дополнительный вред.

Как бы ни было страшно это осознать, но первично переболеть этими очень заразными заболеваниями скорее всего придется всем детям, даже не посещающим детский сад. Утешает лишь тот факт, что, заразившись однажды, ребенок несет в себе каплю былой инфекции, отчего первичное знакомство уже невозможно, и если родители сумеют поддерживать иммунитет ребенка на более-менее стабильном уровне, то повторения острой формы заболевания, возможно, удастся избежать.

Готовность ребенка к школе

♦ Одним из признаков готовности ребенка к школе является *увеличение длины руки*. У маленького ребенка совершенно другие пропорции тела, чем у взрослого человека: большая голова и туловище и короткие ручки и ножки. Со временем рост головы и туловища замедляется, а руки и ноги удлиняются быстрее. Когда ребенок сможет достать кончиками пальцев до мочки уха, перекинув руку через голову, можно считать, что он готов идти в школу.

♦ Есть еще один признак готовности ребенка к школе – *начало смены молочных зубов*. Этот и предыдущий признаки говорят о начале гормональной перестройки в организме ребенка, которая помогает ему в усвоении новых объемов информации и перестройке поведения.

♦ Другим не менее важным критерием готовности к школе является *желание учиться*. Именно учиться, т. е. получать знания, а не стремление заполучить школьный портфель, дневник и пенал! Для определения этого желания проведите простой тест. Предложите ребенку в гостях у друга или маленьких родственников поиграть в незнакомые игрушки. После того как ребенок рассмотрел в течение нескольких минут игрушки, находящиеся в комнате, ему начинают читать сказку, но на самом интересном месте прерывают чтение. Родители спрашивают, что ему сейчас больше хочется – дослушать сказку или поиграть с игрушками. Очевидно, что при личностной готовности к школе доминирует познавательный интерес и ребенок предпочитает узнать, что произойдет в конце сказки. Детей, мотивационно не готовых к обучению, со слабой познавательной потребностью, больше привлекает игра.

♦ Важная примета интеллектуальной готовности к школе не просто разрозненные знания, представления о предметах, их свойствах, а прежде всего умение увидеть связи, закономерности, *желание ребенка понять*, что, отчего и почему, и, разумеется, *развитая речь ребенка*. Чем лучше развита у ребенка ко времени поступления в школу устная речь, тем легче ему овладеть чтением и письмом.

Подготовка к школе

1. Создайте у ребенка мотивацию на получение знаний: купите экспериментальные наборы юного физика, химика и т. д.

2. Научите его управлять своей эмоциональностью.

3. Сделайте человека «ответственным», заранее возлагайте на него ответственные обязанности и давайте важные поручения. Это, кроме того, поможет ребенку адекватно реагировать на задания на уроках.

4. Приведите самооценку ребенка к значению «адекватная», указывая объективно как на его сильные, так и слабые стороны.

5. Очень важно физиологическое развитие ребенка: мелкая моторика пальцев (придется много писать), способность усидеть 40 минут за партой, тащить тяжелый портфель.

6. Ребенок к этому возрасту должен усвоить основные правила сосуществования в коллективе: уступать другим, добиваться своего, предлагать совместные занятия.

7. Научите будущего школьника самостоятельности и умению решать свои проблемы, ставить цель и доводить ее до конца.

8. Чем лучше ребенок будет подкован дома, тем легче ему будет в школе и проще адаптироваться в остальных вопросах.

9. Объясните, зачем необходимо следовать правилам. Зачем на уроке поднимать руку или вставать, когда в класс входит учитель,

почему нельзя выходить из класса посреди урока и разговаривать с соседом.

10. Не пугайте ребенка трудностями в школе и не переутомляйте ожиданием сентября.

11. Купите книги про школьников, смотрите мультики, играйте в школу и игры по правилам.

Признаки переутомления и как с ними бороться

Если ребенок стал много плакать, плохо спит, чувствует себя утомленным. Только пошел в школу и тут же заболел. Появилась раздражительность. Жалуется на головные боли. Порой не может объяснить, почему не хочет идти в школу... Он переутомлен. Многие первоклассники начинают спать днем, хотя до школы уже много месяцев днем не спали. Это нормально. Но если при большей потребности во сне у ребенка еще и плохое настроение, тогда это тревожный симптом.

Р о д и т е л и:

- постарайтесь, чтобы ребенок вторую половину дня проводил дома, а не на продленке;
- ночью школьнику надо спать не меньше 11 часов. Желательно и днем поспать немножко;
- не нагружайте сразу ребенка дополнительными кружками и внешкольными занятиями, а вот физкультура и подвижные игры сейчас нужны обязательно;
- и конечно, психологическая поддержка. Ребенок должен быть уверен, что его очень любят, несмотря на все школьные трудности и возможные неудачи.

Общие рекомендации

Многие родители неправильно понимают сущность подготовки к школе. Не стоит обгонять время и записываться в школу, по крайней мере, раньше шести лет. Детский позвоночник еще не приспособлен к столь продолжительным нагрузкам, отчего повышается вероятность всевозможных искривлений, и так диагностируемых у значительной группы школьников.

В некоторых семьях родители еще до школы пытаются научить детей писать, читать, считать, но это не гарантирует, что ребенок будет успешно учиться. Он должен уметь сосредотачиваться, внимательно слушать, правильно выполнять задания и, главное, быть мотивированным на учебу. Стремиться к получению знаний и познанию окружающего мира, что по природе своей как раз-таки свойственно здоровому любознательному ребенку. Старайтесь не перегружать его не нужными на данный момент академическими тонкостями, напротив, максимально адаптируйте школьную программу к реальному уровню понимания ребенка.

Раннее развитие



Секреты IQ
Эпоха вундеркиндов
Игрушки для детей
Умная комната
Развивающие игры и упражнения
Музыкальное воспитание
Авторские методики раннего развития

Секреты IQ

Это интересно

Самым умным ребенком в мире Книга рекордов Гиннесса признала девятилетнего жителя Египта Махмуда Ваиля Махмуда, имеющего высочайший среди ровесников показатель IQ и способного производить в уме сложные арифметические действия со скоростью компьютера. Сам маленький гений в будущем мечтает стать врачом, как его папа, а на досуге развлекается умножением и делением в уме девятизначных чисел.

Возможно, тест IQ – некая лотерея, где каждому хочется вытянуть счастливый билет. Хотя, быть может, результат тестирования закономерен и действительно соответствует истине. Споры об этом не прекращаются вот уже более 100 лет, с тех пор как в 1905 году Альфред Бине совместно с Теодором Симоном создали первую шкалу для измерения интеллекта детей. Как это часто происходит с судьбоносными открытиями, шкала носила чисто прикладной характер и служила лишь средством для другой цели. Это был очередной выпад в горячем споре об определяющем влиянии наследственных или же внешних факторов на формирование интеллекта. Спор, начавшемся в 1865 году и не прекращающемся до сих пор.

Именно тогда, сорока годами раньше, в 1865 году английский ученый Фрэнсис Гальтон положил начало евгенике². Той самой, под флагом которой Адольф Гитлер впоследствии выводил новую расу чистокровных арийцев. Евгеника возносила превыше всего интеллект и подразумевала сознательное продолжение рода с упором на поиск одаренного партнера. И тут впервые возникла необходимость в точном измерении психических свойств человека. Гальтон основал в Лондоне первую антропометрическую лабораторию, и там же появился первый тест, разработанный американским психологом Джеймсом Маккином Кеттеллом. Ученые утверждали, что влияние среды на интеллект ничтожно, поэтому надо поощрять браки между здоровыми и интеллектуально полноценными людьми и стерилизовать «недоразвитых».

Работа Кеттелла вызвала настолько бурный резонанс, что повсюду стали появляться многочисленные лаборатории для тестирования интеллекта. Пока, наконец, во Франции не появился человек, категорически несогласный с исключительно наследственным происхождением интеллекта, – Альфред Бине. Он написал: «Мозг ребенка подобен полю, на котором опытный фермер посредством культивации может осуществить задуманные им изменения и в результате вместо бесплодной получить плодородную землю» и создал совместно с Симоном тест, получивший название *Коэффициент интеллектуальности* (IQ). Тест был разработан для детей от 3 до 13 лет с постепенным увеличением трудности заданий.

Удивительно логично происхождение результата в 100 баллов. Ребенок решает задачи своего хронологического возраста. Если для него это слишком просто, ему предлагаются задачи для старших детей: на год, на два... Если сложно, то в сторону понижения. Выявленный возраст «умственного развития» делится на хронологический и отображается в процентах от 100. На данный момент наиболее популярен классический тест Айзенка "3, хотя существуют и альтернативные методики "4.

Самые-самые

По последним данным, самый высокий средний показатель IQ в Европе – у немцев (107 баллов). У русских он составляет 96 баллов. Как показала практика, менее 2 % людей имеют IQ больше 148. Именно таких гениев,

² Е в г е н и к а – учение о наследственном здоровье человека и путях его улучшения. – Ред.

сейчас их свыше 110 000 членов более чем в 50 странах мира, принимают в общество «Менса»³. Совсем недавно в нем появился новый необычный член – двухлетний малыш Оскар Ригли, признанный самым юным участником за всю историю существования интеллектуальных клубов. Его IQ, по приближенным оценкам, составляет более 160 баллов.

Определяющий фактор

Что же все-таки является первопричиной развитого интеллекта: наследственность или среда? Безусловно, таланты и способности к совершению определенных умственных операций наследуются от родителей. Ярким примером может служить декрет товарища Сталина 1936 года «О педологических извращениях в системе наркомпросов». Знаковое событие, после которого какие-либо тестирования, как, в общем-то, и вся психология, стали табу для советского общества. Причина-то всего лишь заключалась в том, что по результатам широкомасштабного тестирования сотен тысяч детей конца 20-х – начала 30-х годов выяснилось, что дети из семей рабочих и крестьян, т. е. опоры и фундамента страны, уступают интеллектом детям из семей интеллигенции.

Не так давно были получены сенсационные данные группой ученых из США и Канады. Оказывается, проследивая динамику роста толщины коры больших полушарий головного мозга детей, можно делать практически достоверные прогнозы их будущего интеллектуального уровня. Так, у «очень умных» детей (IQ = 121–149) толщина коры увеличивается вплоть до 11 лет, после чего, как и у всех людей, начинает истончаться. У «просто умных» детей (IQ = 109–120) рост сменяется снижением уже к 8–9 годам. У ребят со «средними способностями» (IQ = 83–108) рост толщины коры прекращается в 6 лет.

Но не все определяется лишь наследственной информацией. В настоящее время ученые сходятся на цифре 40–50 % при определении влияния врожденных факторов на коэффициент интеллекта. Остальное – внешняя среда. Однако порой все так переплетается, что становится трудно определить истинную причину. Взять хотя бы многочисленные исследования грудного вскармливания. Уже никто не оспаривает тот факт, что продолжительное, более года, грудное вскармливание положительно сказывается на формировании интеллекта малыша. Вопрос только в том, какую пользу несет грудное молоко.

Интересна одна из последних генетических гипотез, полученных исследователями из Института психиатрии королевского колледжа в Лондоне. Факт: 90 % людей с высоким IQ являются обладателями гена FADS2, который даже называют *геном интеллектуального развития*. Известно, что именно этот ген помогает усваивать жирные кислоты, как раз те самые, которые содержатся в грудном молоке. Вывод: показатель IQ ребенка повышается при регулярном и длительном питании грудным молоком при условии, что в его генах содержится ген FADS2. Правда, существует и другое объяснение воздействия грудного вскармливания на интеллект малыша. По данным специалистов Эдинбургского центра медицинских исследований, женщины, предпочитающие грудное вскармливание, в целом оказываются более образованными, ответственными и заботливыми матерями по сравнению с теми, кто предпочитает молочные смеси, и создают в семье благоприятную обстановку для полноценного раскрытия способностей детей.

Так что в наших силах, используя влияние внешней среды, сделать все возможное для того, чтобы помочь ребенку реализовать дарованный природой потенциал.

³ М е н с а – крупнейшая и самая известная организация для людей с высоким коэффициентом интеллекта. – Ред.

Готовимся родить гения!

По статистике, интеллект у детей тем выше, чем старше их родители. В этой связи любопытен тот факт, что в старину мужчина считался созревшим для брака в 30–42 года. Современная наука объясняет это тем, что в отличие от юных мужчин, у которых и хорошие, и дефектные сперматозоиды имеют высокую подвижность, после 30 лет активность падает, и цели достигают только лучшие из лучших.

Изучение выдающихся личностей определенно свидетельствует в пользу того, что наиболее одаренные дети рождаются с января по март, что объясняется весенними колебаниями уровня тестостерона в организме женщины. Кроме того, полезно еще до зачатия ввести в рацион будущей мамы продукты, содержащие жирную кислоту Омега-3 (морская рыба, рыбий жир). Американские ученые в ходе эксперимента с участием 16 000 женщин нашли прямую зависимость между пропорциями бедер и талии (чем выше, тем лучше) и умственными способностями их детей. Причиной тому содержащаяся в тканях бедер Омега-3. Любопытно, что, по данным другого исследования, токсикоз у беременных – также свидетельство высоких умственных способностей будущего ребенка.

К шокирующим данным пришли ученые, исследовавшие влияние загрязнения в атмосфере на интеллект детей. Выяснилось, что загрязненная транспортом окружающая среда оказывает такой же негативный эффект на интеллект ребенка, как если бы их матери выкуривали во время беременности по десять сигарет ежедневно. Так что имеет смысл перебраться хотя бы на время в экологически благоприятную местность с нетронутыми зелеными ландшафтами.

Создание правильной среды

С рождением малыша в руках родителей появляются бесконечные нити воздействия на формирование его интеллекта. Наверное, неспроста новорожденный воспринимает только желтый цвет – цвет интеллекта. Малыш рождается исследователем, и ему непреодолимо хочется все увидеть, потрогать и понять. При этом ведущую роль играет тот человек, который наиболее близок ребенку в эмоциональном плане. Как правило, это мать, отсюда и название: «материнский эффект».

Подбирая правильное питание, помните, что умнее всего люди становятся от клюквы. Также в рационе не лишними будут черника, свекла, капуста и шпинат. Конечно, в списке еды для интеллектуалов никак не обойти жирную рыбу. Для активной работы мозга полезны богатые глюкозой десерты и зерновые продукты. Ускоряют мыслительные процессы и укрепляют нервную систему продукты, содержащие витамины группы В. Установлено, что у детей, которые регулярно едят на завтрак кашу, увеличивается уровень интеллекта, а вот злоупотреблять шоколадками малышам не стоит. Да, шоколад удивительно полезен для мозга, но только в таких количествах, которые можно получить, лишь употребляя черный горький шоколад. Молочный аналог слишком разбавлен для того, чтобы оставаться полезным, но содержит много сахара, что грозит множеством неприятностей.

Механизм развития интеллекта

Интеллект можно и нужно развивать

В природе законы едины, и мозг «качается» ровно так же, как мускулы у бодибилдеров. Залог успеха – регулярные тренировки. Представьте себе культуриста на пенсии. Груды... жира. Примерно так же выглядит и интеллектуал, переставший заниматься мыслительной деятельностью. Было обнаружено, что обучение умению читать и писать изменяет структуру мозга, увеличивая плотность серого и белого вещества в некоторых его отделах. При этом особое внимание стоит обратить не на время, отведенное занятиям, а на их качество. В мозге образуются сложные нейронные сети только и только тогда, когда человек затрачивает усилия, преодолевая себя для постижения чего-то нового.

Важно искренне заинтересовать ребенка и вовлечь его в задачу нахождения решения. Впрочем, это не должно стать непреодолимым препятствием, ведь дети любопытны сами по себе и все время стремятся к познанию нового, а любопытство свойственно гениям. Альберт Эйнштейн сам объяснял парадокс своего разума тем, что только в 16 лет по-детски наивно заинтересовался вопросами, которые задают все малыши в период «почемучек»: а что произойдет, если человек догонит лучик света? Можно ли подержать его в ладони?

Мозг – тонко настроенный механизм, с ним опасно переусердствовать

В погоне за достижениями порой совершенно не хочется делать паузу, особенно когда финиш уже виднеется на горизонте. Тут самое время вспомнить одно парадоксальное правило: *информационный голод – новая ступень развития*. Нельзя бесконечно впитывать, когда-то надо и переваривать. Ребенок тоже не может работать без выходных, а эффективность занятий становится очевидна именно после своеобразного «шага назад».

Более того, умным детишкам требуется большее время для восстановления. Как минимум, дневной сон обязателен. Считайте суммарную нагрузку: телевизор, компьютер, книги, занятия, игры. Для ребенка каждая форма деятельности развивающая, а значит, и изматывающая!

! | Помните, нервные волокна головного мозга покрываются защитными изолирующими оболочками только к 7 годам. нервы дошколят словно оголенные провода!

Избежать опасных перекосов в воспитании поможет и то знание, что физическая нагрузка – занятия спортом – как нельзя лучше сказывается на умственных достижениях. Мышечная активность снимает напряжение мозга и расслабляет его, тем самым сокращая время на восстановление, а глубокое дыхание насыщает мозг кислородом. Поэтому не будет ничего страшного в том, чтобы отложить серьезные занятия на дождливое и холодное время года. Тем более что как раз в это время мозг работает более продуктивно, совершая меньше ошибок.

Гений – не просто умный человек, это созидатель

В возможностях родителей не просто подарить мир малышу, но и дать в руки инструментарий, чтобы им пользоваться. Разумеется, первичен анализ. При каждом удобном случае демонстрируйте крошке *причинно-следственные связи*. В мире все не просто так, у

каждого явления есть объяснение. Старайтесь любую дилемму «разложить по полочкам» и представить в максимально упрощенном, понятном виде. Многие, если не большинство, выдающиеся деятели человечества признавались, что раскрытием своего потенциала обязаны грамотному учителю, вовремя встретившемуся на их жизненном пути.

Немного освоив анализ, переходите к синтезу, а значит, созданию чего-то нового. Поговорите о двух случайно взятых и не связанных между собой объектах. Рисуйте, конструируйте и, главное, прислушивайтесь к робким попыткам ребенка поделиться своей идеей. Во-первых, ваше доверие придаст ему сил и смелости, а во-вторых, «устаи младенца глаголет истина». Полезно упражнение в стиле Юлия Цезаря: выполнение двух задач одновременно. Удивительно, но дети подчас с этой задачей справляются лучше родителей.

Многие психологи поддерживают теорию Кеттелла о том, что интеллект можно разделить на гибкий и кристаллизованный. Русские ученые развили эту идею, заявив, что вся суть гибкого интеллекта, ответственного за нахождение новых решений, укладывается в наше слово «смекалка». Последним исследованием в этой области стало открытие того, что упражнения, развивающие кратковременную память, улучшают эту самую смекалку. При этом уже давно выяснено, что занятия музыкой детей с четырех лет стимулируют умственное развитие именно посредством улучшения памяти.

Не останавливаться на достигнутом

Детям свойственно отвлекаться и с головой уходить в новые увлечения. В этом есть свои несомненные преимущества, но бросаться из стороны в сторону все же не стоит. Любой чемпион скажет, что своими победами обязан, прежде всего, не таланту, тренеру и родителям, а колоссальному труду. Александр Карелин (чемпион мира по классической борьбе) говорил, что первое место, куда он отправляется, когда приезжает в новый город на сборы или соревнования, – это борцовский зал. Это никак не совет к принудительным занятиям, но с самого раннего возраста в ребенке надо воспитывать *настойчивость в достижении поставленной цели*. Вместе с ним продумывать конечную картинку и помогать ему не сбиться с пути и добиться победы. Победы над самим собой.

Чего делать не стоит

1. Не стоит растить из ребенка вундеркинда. Прежде всего, единицы из вундеркиндов вырастают гениями. Большинство становится заурядными, часть спивается, а часть и вовсе заканчивает свой век в психиатрической лечебнице. Потерянное детство, социальная дезадаптация, комплекс «аплодисментов» – вот лишь некоторые проблемы, с которыми зачастую сталкиваются такие дети.

2. Избегайте физических наказаний. Проведенные исследования убедительно показали, что дети, в отношении которых применялось физическое наказание, уступают интеллектом своим «небитым» сверстникам. Поразило и то, что даже незначительные или редко применяемые шлепки оказывают негативное влияние.

3. Не экономьте на игрушках. Порой в некачественных детских игрушках службы эпиднадзора обнаруживают *свинец*. Недавнее исследование показало, что средние показатели IQ детей, у которых уровень содержания свинца в крови составлял от 5 до 10 мкг/дл, были существенно ниже, чем у тех, у кого в крови содержалось менее 5 мкг/дл свинца. А результаты скольких исследований нам еще предстоит услышать? Так что все же спокойнее, когда есть четкое представление об уровне качества всего производственного цикла «лицензионных» игрушек.

Кривое зеркало

«Какая прелестная девушка!» – невольно крутится в голове при первом взгляде на оборотистую юную особу. Но впечатление быстро меняется, когда при разговоре вы обнаруживаете надменную холодность и бесконечное самолюбование своими сладкими речами, непослушными кудрями и аккуратными ногтями. Вскоре становится понятно, что этот человек не слышит, да и вовсе не слушает вас. Она видит только себя...

Как не хочется, чтобы собственное дитя выросло таким нарциссом и за внешней красотой не растаяла внутренняя. Чтобы не возникла губительная для личности связь между всесторонним восхищением и потерей таких необходимых для жизни качеств, как любовь и внимание к ближнему, способность понимать и чувствовать других людей. Да и есть ли она вообще, эта связь?

Эффектная внешность

Строго говоря, искусство очаровывать своей внешностью не является прямым следствием действительно красивых биологических данных. Кажутся красивыми не те люди и дети в частности, которые являются действительно красивыми, а те, кто умеет себя преподнести. Вспомните самых эффектных девочек своего класса. Нос с горбинкой или же поросячья носопырка, коротенькие ножки, худенькие ручки, жиденькие волосы. Но она звезда! Ее обожают мальчики, завидуют девчонки, а все дело в очаровательных бантиках на витиевато закрученных хвостиках, беленьких колготках с рюшечками в стиле Мальвины, коротеньком платьице и других милых мелочах вроде яркого браслетика и слегка подкрашенных розовых ноготочков. Ко всему прочему добавим «гламурный» пенал с принцессами, ручку с запахом и – не как у всех – рюкзак, а блестящую сумочку через плечо. Успех обеспечен.

Дети, равно как и взрослые, складывают свое представление именно по этим не имеющим отношения к реальной красоте мелочам. Поэтому очень жаль, что некоторые родители не понимают, как важно уже с дошкольного возраста, когда все только начинается и малыш ищет свое место в коллективе и на всю последующую жизнь определяет свой алгоритм поведения с ровесниками, уделять пристальное внимание внешнему облику своего ребенка. Каковы бы ни были правильными черты лица и точеной фигурка крошечной девочки, она будет обречена вечно смотреть со стороны на зажигающие игры и ослепительный успех другой, пусть не такой красивой, девочки, если мама подстригла «под мальчика» ее еще детские тоненькие волосики, забыла помыть глазки и выпустила в открытое плавание в бесформенных леопардовых штанишках и с сопливыми рукавичками. *Дети все видят и все подмечают.*

Выдающийся интеллект

Существуют довольно интересные данные ряда исследователей, провозглашающие, что люди с объективно красивыми показателями отличаются, ко всему прочему, и повышенным уровнем интеллекта. Красивый – значит умный. Помните? Талантливый человек талантлив во всем. Конечно, это уже евгеника. Да и в любом правиле, даже если такое есть, неизбежно встречаются исключения. Однако если предположить, что это правда, то, как ни удивительно, равно как с красотой, наличие высокоразвитого интеллекта не гарантирует ребенку уважения и признания в коллективе, часто даже не связано напрямую с хорошей успеваемостью в школе, и уж тем более не сулит взрослому человеку успеха в личной жизни и карьере. К сожалению.

И тут опять-таки на первый план выходят совсем другие качества. Чтобы хорошо учиться, прежде всего надо быть старательным и делать домашние задания. Именно это гораздо с большей вероятностью обеспечит хорошие отметки и, следовательно, явное со стороны отличников и скрытое от двоечников восхищение в классе. Как и с внешностью, так и с умом, очень важно не бояться проявлять себя. Родители, регулярно оскорбляющие своего ребенка, унижая его самолюбие и принижая самооценку, провоцируют страхи. Страх перед выступлением на публике, страх, что тебя, как обычно, посчитают неучем, страх быть осмеянным и не принятым. Плохие страхи, тяжело поддающиеся искоренению во взрослом возрасте и способные сколь угодно талантливого человека опустить на самое дно общественной жизни.

Другое дело, родители – слушатели своего ребенка. Способные подмечать его успехи, радоваться маленьким победам, грамотно презентовать сына или дочку вне дома. Их дети вырастают уверенными в себе и не боятся делать ошибок. Отчего им не кажется зазорным то и дело тянуть руку, выходить к доске и даже вступать в дискуссии с преподавателем, что в скорости поднимает их рейтинг не только среди детей, но и среди взрослых, что в обратную сторону еще более возвышает над ровесниками. Своего рода замкнутый круг, где каждый следующий виток укрепляет закрепившееся за человеком положение, программируя успешный путь на всю жизнь.

Главное, чтоб человек хороший был

Как видно, ни интеллект, ни истинная красота не являются определяющими факторами для того, чтобы человека считали умным и красивым, а значит, не приводят к таким патологическим изменениям личности, как чванство, безразличие, внутренняя пустота и т. д. Другое дело, маленькие звездочки с маленькими звездными болезнями. Они легко могут потерять содержание в погоне за яркой обложкой. И тут снова все дело за родителями. Разумеется, стремясь вырастить ребенка уверенным в себе и счастливым, помочь занять достойное место в социуме, стоит приложить усилия для поддержания внешнего лоска и раскрытия способностей в учебе. Но, окунаясь с головой в нескончаемые заботы о внешнем, *нельзя ни на минуту забывать и о внутреннем стержне человека.*

Мало воспитывать ребенка, нужно стать примером того, кем бы вы хотели видеть своего дитя. И тут чрезвычайно важно помнить, что характер закладывается до пяти лет. Да, какие-то коррективы жизнь вносит до самой старости, но именно в этом возрасте строится фундамент, переделывать который будет с каждым годом все сложнее и сложнее. Маленький изыск в пять лет обернется неудобствами в школе и вырастет до настоящей проблемы ко взрослому возрасту. А что окружает малыша до пяти лет? По большому счету практически ничего, кроме семьи и родного дома. Весь его мир – это вы. И как подсказывает заложенный от природы инстинкт самосохранения, чтобы выжить, крошке приходится учиться копировать старших.

Дети-обезьянки удивительно легко перенимают все, начиная от таких простых вещей, как манера ходить, кушать и поддерживать чистоту в доме, до таких, казалось бы, недоступных пониманию дошкольника сложных элементов, как умение и желание заводить друзей, способность сглаживать конфликты и решать бытовые трудности, добиваться своих целей и делиться не только материальными ценностями, но любовью и вниманием. Понятно, что трудно научить ребенка тому, что не присуще ни одному члену семьи, а также уберечь от тех пороков, что с малых лет он видит возле себя. Сразу вспоминается удивительно тонко подмеченная В. О. Ключевским жизненная драма: *«Привычки отцов – и дурные, и хорошие – превращаются в пороки детей».*

Какова бы ни была плодотворна почва и культурны посеянные в нее семена, без должного ухода: полива, прополки, доступа к свету – уже через год вы будете лицезреть лишь заросли крапивы да репейника. Сорняк сильнее и живучее зыбкой красоты. Он возникает словно из ниоткуда и нагло отвоевывает все имеющееся жизненное пространство. Взять хотя бы столь популярное в прошлом движение бихевиористов, которыми в основе поведения человека рассматривалась связь «стимул – реакция». Укололи – больно, погладили – приятно, позвали – значит, любят. Если не включать в эту формулу собственного интеллектуального анализа, а свести рассматриваемый объект до уровня животного, то, в общем-то, так оно и есть. В этом секрет множества психологических манипуляций, начиная от «пудель-трюка» (какой у вас красивый шарфик, милая собачка, чистая гостиная), правил Карнеги до некоторых тонкостей современной магии НЛП. Если не включать разум. Но разве может маленький ребенок, ослепленный собственным успехом, его включить? Это задача родителей.

Близкие люди при желании и некоторой внимательности к жизни своего принца или принцессы могут и должны постоянно включать некий фильтр между стимулом и реакцией. Отслеживать изменения в характере маленького человека, чтобы вовремя купировать негативные проявления. Обращать внимание на достоинства других детей, уметь отделять пустые чувства от искреннего отношения. Возможно, многие без ума от вашего ребенка. Это замечательно. Но эти эмоции поверхностны и могут столь же просто пропасть, как когда-то появились. Однако стоит приглядеться внимательней – и вы сразу увидите того мальчика, который испытывает не просто восхищение, а более теплые и высокие чувства к красавице-умнице дочке. Ту подружку из многочисленного «клуба приятельниц», которая готова закрыть глаза на внешний лоск и по-детски с головой увлечь вашего ребенка в мир игр и фантазий.

Пожалуй, именно по-настоящему родные люди в среде ровесников – друзья и подруги, способные открытыми глазами смотреть на сверкающего в лучах собственной славы ребенка, – прививка от внутреннего самоиспепеления. Но, как правило, звездочки безумно одиноки. Поэтому задача родителей – с самого юного возраста поддерживать эти зыбкие связи, вовремя предотвращать и сглаживать конфликты юных друзей, пропагандировать ценность дружбы. Так как в дружбе растет и крепнет личность, появляются и зреют положительные свойства характера.

Эпоха вундеркиндов

– Да у вас вундеркинд! – восклицает бабушка после общения с карапузом. – Что вы? Сейчас все дети такие, – смущенно пожимает плечами мать, – просто нужно заниматься с ребенком.

Случай из жизни

Мнения разделились. Приверженцы старых устоев запугивают молодых родителей нервными расстройствами, нарушениями сна и болезненной гиперактивностью, заиканием и даже дислексией – полным отсутствием речи, наступающим в ответ на чрезмерные интеллектуальные нагрузки. К сожалению, все это действительно может произойти. Как и почему? Врачи предпочитают не вдаваться в глубокие разъяснения, предостерегая уже на ранних этапах проявления сверх-способностей у ребенка. На приеме перед детским садиком логопед выговаривает маме: «Вашему малышу еще нет и трех лет. Какой оранжевый? Что вы? Он должен знать четыре цвета: синий, желтый, зеленый и красный. Больше ничего! Как Чуковский? Наизусть?! Вы хотите заработать заикание? Только Агния Барто. "Наша Таня громко плачет..." Не нагружайте ребенка. Считать не раньше четырех лет, а пока только "один" и "много"». И дальше в таком же духе. Мама выходит вся в напряжении: «Поставили на учет. Слишком нагружена головка. Велели посадить в "информационную колбу"».

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.