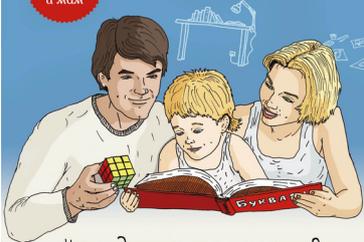


Валентина Горчакова  
доктор психологии

**Солнышко**  
рекомендует

# Развиваем способности ребенка

Школа  
для пап  
и мам



Как подготовить его к школе?

от 4 до 7 лет

**Валентина Горчакова**  
**Развиваем способности ребенка. Как**  
**подготовить его к школе? От 4 до 7 лет**  
**Серия «Школа для пап и мам»**

*Текст предоставлен издательством*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=6544440](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6544440)*

*Валентина Горчакова. Развиваем способности ребенка. Как подготовить его к школе? От 4 до 7 лет: Эксмо; Москва; 2014  
ISBN 978-5-699-67869-3*

**Аннотация**

Ребенок от 4 до 7 лет каждый день ставит перед родителями самые необычные задачи, проверяя их на зрелость, находчивость и креативность. Он – исследователь, творец, моралист. Каким образом занять его пытливым ум, придать его энергии созидательность, поддержать творческое фантазирование? Как не захвалить малыша, но и не развить у него комплексы? Что важнее на этом этапе развития – игрушка или книга?

Валентина Горчакова, доктор психологии, представляет уникальную авторскую методику воспитания и развития детей от 4 до 7 лет. С помощью этой методики вы сможете понять своих замечательных дошколят, развить у них самосознание и индивидуальность. Психологические тесты, идеи домашних поделок и творческие занятия помогут вам вовремя увидеть намечающиеся проблемы и грамотно подготовить своих детей к школе.

## Содержание

От автора	4
Глава 1	7
Рождение нравственности, а значит, душевного здоровья	7
Детский сад или домашнее воспитание: плюсы и минусы. Как минусы превратить в плюсы	12
Неосознаваемо. Как появляется совесть	15
Вижу, знаю, понимаю, но чувства сильнее меня	16
Движение – это жизнь дошкольника. Телесная психотерапия ребенка, что это?	18
Советы педагога, или Ребенку нужны ограничения	20
СССР: соревнуемся, сотрудничаем, сочувствуем ребенку	24
Показатели нормального развития ребенка четвертого года жизни	25
Конец ознакомительного фрагмента.	26

# Валентина Горчакова

## Развиваем способности ребенка. Как подготовить его к школе? От 4 до 7 лет

*Моим сыновьям, Никите и Александру, посвящаю*

### От автора

#### **Ребенок-дошколенок: открытый и любознательный.**

Какое это чудо – ваш дошколенок. Ребенок все понимает, многое умеет делать самостоятельно, а главное, он открыт для воздействия. Он доверчив, восприимчив, впечатлителен и активен.

Если что-то идет не так, в этом возрасте все можно тут же подправить – особенности психики это позволяют. Ребенок приобрел ценный навык? Его надо срочно закрепить. И тогда он ляжет в основу. Это фундамент благополучия малыша.

Его психика очень пластична, легко восполняет недостающее. Только вот не синхронна. То есть мозг, тело, эмоции развиваются неравномерно. При минимальных ресурсах – максимальные возможности.

К тому же это возраст непосредственности, обаяние ребенка безгранично. Можно бесконечно получать удовольствие от общения с ним. Кстати, для психики взрослого это тоже полезно.

Если до трех лет развивается чувственная природа ребенка, период от 3 до 7 благоприятен прежде всего для развития его эмоциональной сферы. А значит, творческих и художественных способностей.

Кроме того, эмоции – это энергия. Уровень энергичности ребенка, а значит, активности тоже формируется в эти годы. Либо частично блокируется, если малыш чем-то или кем-то подавлен, растет в неблагоприятной среде или физически не здоров. Дети – маленькие энерджайзеры в это время. Их эмоции, направленность внимания, интересы меняются каждые 15 минут. Нужна невероятная подвижность, гибкость, креативность молодых родителей для разрешения возникающих ситуаций, большая любовь и заинтересованность в малыше. А главное, стремление получить радость от его взросления.

Уже в первые годы жизни крохи родителям становятся понятны его основные способности. В последующие детские годы их нужно развивать, не дожидаясь школы, ненавязчиво, не форсируя успехи и не впадая в пафос от первых достижений. И вообще это время, когда ребенка ни в коем случае не стоит захваливать.

Дошкольник ненасытен жизнью, не удовлетворен вниманием, не наполняем информацией, но очень настойчив в своих желаниях. Для ребенка в это время характерно оптимистическое восприятие жизни. Важно не разрушить его и маленькими дозами вводить реалистическую информацию о мире.

Это время насыщенной и богатой эмоциональной жизни, буйного расцвета творческой фантазии, открытия мира в его первозданной красоте и чистоте. Это период доверия и любви, азарта и осуществления невозможного: «Весь мир направлен на меня. Я вижу на 360 градусов вокруг». Поистине беззаботное, счастливое детство, наполненное радостью и безграничными возможностями.

Ребенок не помнит невзгод. Он воспринимает недостающее как естественное, легко компенсируя это в своих фантазиях. Он знает, что он хороший, что он самый-самый. И удивляется, если кто-то его не любит, если он не получает что-то сразу.

Любознательность ребенка в дошкольном возрасте не знает границ. Его интересует буквально все, он задает взрослым тысячи вопросов и на каждый требует немедленного, понятного для него ответа, за которым должны быть работа вашей мысли, усилия вашего сердца. Благодаря вашим стараниям растет взаимопонимание.

В возрасте от четырех до семи лет отмечается период наибольшей активности ребенка в постановке вопросов перед взрослым. Он с удовольствием осваивает мир. Это возраст «почемучек». В это время в диалоге ребенка появляется настойчивость. Он во что бы то ни стало стремится получить ответ на поставленный вопрос. При этом он демонстрирует собственное отношение к ответу. Дошкольник не всегда удовлетворяется полученным ответом взрослого и не обязательно соглашается с ним. Он ставит парадоксальные вопросы и дает необычные ответы. Он гениально искренен и необычайно сметлив. Не зря говорят: «Устами младенца глаголет истина».

В это время важно научить малыша общаться с людьми, выражать себя, понимать других, учитывать обстоятельства. И говорить, говорить, говорить...

Для ребенка в этот период характерны пробуждение нравственности, появление совести, дифференциация своих и чужих поступков и яркость желаний до слез, до ярости, до осознания своего могущества и своей беспомощности. Важной особенностью дошколят является их склонность к подражанию родителям, открытость новому, доверчивость, впечатлительность.

Принципы воспитания вытекают из особенностей развития ребенка четырех-семи лет. Используйте тягу ребенка к самоутверждению и склонность к подражанию.

Не стоит рассказывать при детях различные страшные истории, говорить о тяжелых болезнях и смерти, потому что для иного ребенка подобная информация может стать сверхсильным раздражителем, своеобразным трамплином для нервного срыва. Нужно постепенно, крайне осторожно и в более старшем возрасте вводить маленького человека в сложный и противоречивый взрослый мир.

Помните, что это «стадия вопросов». *Очень важно давать детям правдивые ответы, доступные их пониманию.*

Для нормального развития личности ребенка и всех ее составляющих – интеллекта, способности к творчеству, эмоциональной и социальной сферы – необходимо, чтобы он с самого раннего детства испытывал чувство защищенности. Важно, чтобы он не только воспринимал заботу взрослых о себе, но и ощущал приверженность ему в любых жизненных ситуациях.

Период от четырех до семи лет – это период формирования комплексов, и застенчивость – один из них. Ребенок начинает осознавать всю сложность реального мира и ограниченность своих возможностей. Это новый и важный этап формирования межличностных отношений. Ребенок уже не столько демонстрирует свои возможности, сколько присматривается к другим. Именно в этом периоде, к пяти-шести годам, ребенок способен в течение продолжительного времени заниматься делами, требующими большого зрительного сосредоточения: рисовать, конструировать, шить, вышивать и т. д. В этом возрастном периоде идет бурное формирование личности, подготовка к школе.

Очень важно давать детям правдивые ответы, доступные их пониманию.

Примерно в возрасте пяти-шести лет, иногда и раньше, если семья, например, поменяла место жительства, у детей наступает известный в психологии «пик страхов». Возрас-

тает число детских боязней и их интенсивность. К шести годам отмечается осознание конечности отдельной жизни и формирование «страха смерти».

Раннее развитие – это кропотливый и долгий труд, который постоянно требует от детей активности, творческого напряжения и больших затрат сил. От взрослых – времени на то, чтобы вникнуть в ситуацию, оказавшись «здесь и сейчас», на подготовку пособий, занятий и разработку игр. Планирование занятости малыша должно стать вашей постоянной заботой. Привлекайте к этому взрослеющих детей.

Для ребенка характерны самостоятельное мышление, непосредственное восприятие, творческий подход к решению задач, изобретательность, активность и находчивость, умение жить настоящим и радоваться как крупным достижениям, так и мелочам.

Педагогам нравится ребенок послушный, исполнительный, аккуратный и усидчивый. И это гибель его индивидуальности. *Не превращайтесь в дрессировщика, который будет систематически угнетать волю ребенка*, заставляя его постоянно что-то делать, готовиться к различным конкурсам, концертам и соревнованиям. Если малыш от природы одарен какими-либо талантами, то неразумные поступки со стороны родителей, старающихся все это насильно вытащить наружу и проявить, могут привести к развитию у ребенка стрессов и неврозов. Ищите хороших педагогов и профильные школы. И благодарите их от души, если какой-то период жизни они были с вами. Многим из них просто нужно ваше искреннее признание их профессионализма и усилий. Для неблагодарных детей и родителей не хочется делать ничего.

Не превращайтесь в дрессировщика, который будет систематически угнетать волю ребенка, заставляя его постоянно что-то делать, готовиться к различным конкурсам, концертам и соревнованиям.

Дорогие родители, не старайтесь чрезмерно демонстрировать успехи малыша, наоборот, не преувеличивайте. Общительный ребенок сам покажет всем свои успехи. В этом возрасте все дети талантливы. Вот только развить свои таланты и реализоваться удастся не всем. Будьте деликатны, внимательны и мудры. Держите «руку на пульсе», не позволяйте себе и малышу лениться и верьте в его природу.

## **Глава 1**

### **Четвертый год жизни ребенка**

#### **Рождение нравственности, а значит, душевного здоровья**

Направленность психических процессов и сама психология ребенка меняются каждый год. И у каждого возраста есть свои наиболее благоприятные возможности для развития. Но чего-то одного.

И у родителей масса вопросов. Какие книги читать малышу? Куда его водить? Начинать сейчас готовить к школе или подождать? Учить ли его читать уже сейчас и как? Можно ли начинать изучать иностранные языки или еще рано? Стоит ли посещать спортивные секции? Можно ли ездить за границу? Можно ли оставлять ребенка одного и на какое время? Стоит ли привлекать к воспитанию бабушек и дедушек или лучше справляться самостоятельно? Какие поручения можно давать ребенку по дому и т. д.



В четыре года ребенок активно интересуется окружающим миром. Ему нужно знать все на свете. Почему светит лампочка, а ручей течет. Почему ночью надо спать, а днем бодрствовать. Почему взрослым нельзя грубить, а детям можно.

Четвертый год жизни малыша важен для его душевного и физического развития. Это возраст совести и ее ближайшей родственницы – нравственности. И это не только и не сколько вопросы морали. Нравственность – основа здоровья малыша, а значит, и общего благополучия тоже.

Не стремитесь, чтобы ребенок был лучше других, пусть он каждый день старается быть лучше себя самого нынешнего. Вы, как родитель, тоже стремитесь к самосовершенствованию.

Ребенок – это ваше творение физически и психически, и в то же время – это иная личность, история, судьба. *Счастье, любовь, семья должны стать лейтмотивом жизни дошкольника.* Для четырехлетки семья становится главной гордостью, радостью и опорой. Главное – мы, командный дух. Умение слаженно действовать формируется в это время.

Счастье, любовь, семья должны стать лейтмотивом жизни дошкольника.

У ребенка начинают формироваться первые понятия о добре и зле. Безусловно, нельзя еще говорить о том, что у дошкольника хоть в какой-то мере сформировались моральные принципы и нравственные оценки, тем не менее он уже отлично знает, как поступать не следует. Он уже может понять, что необходимо прислушиваться и уважать старших, что неприлично совершать те или иные действия. Он способен переживать такие чувства, как гордость и стыд. Кстати, не акцентируйте ни на одном из них свое внимание. Он уже способен в какой-то мере к сопереживанию и сочувствию. Отметьте это и не манипулируйте.

У него развивается, как выражаются медики, первичная аффективная привязанность к близким, появляется потребность в друзьях, резко возрастает интерес к окружающему миру, взаимоотношениям людей. Очень важно не бросать его в это время, всегда защищать, прощать и понимать ребенка, параллельно призывая его к устойчивости, мужеству, принятию реальности как таковой. Появляются ростки доброты и великодушия. Их нужно поддерживать.

В дошкольном возрасте у ребенка появляется способность считаться с потребностями и нуждами других. Это нужно отмечать и стимулировать. Пришло время обучать его ладить с другими детьми в семье, в гостях, на детской площадке, учить дожидаться своей очереди в играх, уступать при необходимости, делиться игрушками, понимать ценность другого, принимать его.

Откажемся от определений «правильно – неправильно», «хорошо – плохо». Будем руководствоваться понятиями – «нормально», «приемлемо – неприемлемо» и «неплохо бы». И будем давать более точные характеристики происходящему, в том числе руководствуясь значением, смыслом происходящего, влиянием события, поступка или явления на формирование личности малыша.

С развитием общения ребенок вовлекается в систему отношений и начинает ориентироваться на нормы поведения, которые приняты между людьми. Поведение значимых взрослых как пример становится особенно очевидным.

Нормативные представления, усваиваемые ребенком, отражают систему представлений, присущих конкретной социальной группе в определенный исторический период. Микросоциум, которым является семья, становится транслятором общественных норм. Усвоение ребенком норм возможно только при участии посредника – взрослого.

Развитие нормативных представлений идет не только по пути наблюдения за действиями значимых взрослых и их вербальными указаниями, но и по пути нарушения норм, совершения действий, предполагающих санкции со стороны взрослых. Ребенок как бы проверяет

– насколько значимо то или иное правило, всегда требуется его выполнение или только при определенных условиях. Даже появление некоторых качеств, свойственных данному возрасту, таких как негативизм, упрямство, своенравие, можно объяснить с позиции развития системы нормативных представлений. Ребенок уже знаком с существующими правилами и пытается понять – насколько крепка эта система, сможет ли он внести в нее собственные изменения.

Интерес к изучению развития морального сознания мы можем наблюдать в играх детей в это время. «Так делать нельзя!» – становится лейтмотивом любимых детских забав. Причем девочки усваивают нормы охотнее. Хорошая девочка и плохой мальчик. Их влечет друг к другу. Иногда навсегда (девушка и хулиган) – если моральное взросление детей не произошло и нравственное развитие человека зафиксировалось на этом моменте, усвоено, что мальчишки – плохие, а девочки все хорошие. Нет, нет и нет. Они не плохие, просто более автономны в это время. И эту автономию надо поддерживать.

«Буратино», сказки про Незнайку, «Пеппи – Длинныйчулок» (здесь вариант «плохой девочки» наконец) и «Снежную королеву» надо прочесть детям в это время. Обсудите с ребенком эти истории.

Психолог Ж. Пиаже в серии экспериментов пытался выяснить, как возникают моральные суждения детей и каковы их особенности на разных этапах возрастного развития. Ребенок, по его наблюдению, с первых месяцев жизни погружен в атмосферу правил. Мир социальный, как и физический, оказывает давление на ребенка, внушая ему понятие закономерности, что формирует у ребенка систему ритуалов. Ритуалы, по мнению Пиаже, являются прообразом будущих правил игры, а в дальнейшем и всей системы нормативной регуляции.

Первые нормативные представления, которые появляются в жизни ребенка, Пиаже обозначил как моторное правило, совпадающее в своей основе с привычкой. «Но не каждая привычка порождает сознание правила. Надо, прежде всего, чтобы эта привычка встретила противодействие и чтобы возникший в связи с этим конфликт породил активный поиск привычного. И особенно необходимо, чтобы последовательность наблюдалась регулярно, чтобы имело место суждение или сознание закономерности. Но кроме осознания закономерности здесь еще есть чувство уважения и авторитет взрослого. Одним словом, общество давит, ребенок сопротивляется и устанавливает границы дозволенного, часто устанавливая новые правила. Свои правила. Благо, если они приемлемы и развитые взрослые способны их принять.

К трем-четырем годам сознание ребенка уже наполнено взрослыми правилами. Считается, что действия каждого соответствуют одновременно законам моральным и физическим, что существует всеобщий порядок.

Начальную стадию развития морального сознания Пиаже называет стадией нравственного реализма. Под этим подразумевается способность ребенка рассматривать обязанности и ценности как существующие в себе, независимо от сознания, и как обязательные. Правило воспринимается как данное в совершенно готовом виде и оказывается внешним по отношению к сознанию. Предписаниям нужно подчиняться, так как неповиновение влечет за собой наказание, а за соблюдением правил следует одобрение, похвала.

Ранний детский возраст является не только начальным периодом в развитии многих важных личностных качеств, но и в некоторых случаях может стать определяющим. Именно с этих позиций можно рассматривать возраст в отношении развития моральных представлений. И, несмотря на всю сложность прохождения последующих стадий морального развития, значение начального периода очень велико.

Ребенок выбирает для себя нравственный ориентир: сила или красота. И то и другое несет тот самый, необходимый порядок. Красота – это правильность. Сила – соподчинение по животному, более примитивному принципу. Это и тест для возможностей развития

ребенка, его потенциала и выбор пути, выстраивание естественных барьеров развития. Иногда этот выбор бывает ошибочным, фатальным. Переопределяет выбор уровень врожденного и развитого в первые годы жизни ребенка интеллекта. Правда, и податливость малыша в эти годы может быть велика. Он делает выбор в пользу преклонения перед силой или достижения гармонии, баланса во всем. Носителя предпочитаемой ценности он считает образцом.

В дошкольном возрасте велики возможности развития воли за счет преодоления – эгоизма, лени, инертности, апатии, скуки, иждивенчества, слабости. А еще это период формирования терпения, усидчивости и настойчивости. Возьмите на контроль!

Детский этикет начинается сейчас. Сверхзадача: не закрепощать, а развивать, не сковывать, а раскрепощать, не ограничивать, а, наоборот, раздвигать горизонты. Как? Сделать соблюдение этикета естественным. Синхронно, вместе с эстетически ориентированным взрослым. Стремитесь все делать красиво и вовлекайте в это малыша. И не тушуйтесь, изящно поправьтесь, если что-то пошло не так. Наглядно показывать разницу между воспитанным и невоспитанным человеком комично. Это снобизм. Учите ребенка считать лучшие образцы.

*Добивайтесь гармонии, эстетики, красоты, вкуса в мелочах.* А красиво и есть правильно. Например, одеваясь, показывайте и отмечайте сочетающиеся и несочетающиеся цвета и части гардероба. Просто комментируйте происходящее и выбирайте наилучший вариант. Помните, что опрятность и оптимистичность – главные приоритеты в детской моде.

В цветовой гамме одежды, игрушек и детской комнаты/уголка приемлемы яркие, сочные краски и их необычные оттенки. Используйте контраст цветового распространения по Иттону. Это сочетание цветов первого (красный, синий, желтый) и второго порядка (зеленый, фиолетовый, оранжевый), а также черный и белый.

*Добивайтесь гармонии, эстетики, красоты, вкуса в мелочах.*

Помните, что романтика в детской одежде с трудом сочетается со спортивными вещами, а натуральный стиль со строгими, классическими вещами.

Можно создавать образ ребенка; цыпленок, ромашка, облако, цветок, пчелка, рыбка, кузнечик, бабочка и даже гусеница.

## **Детский сад или домашнее воспитание: плюсы и минусы. Как минусы превратить в плюсы**

Детский сад или домашнее воспитание – для многих матерей это непростой выбор.

Детский сад не очень благоприятен для детей в плане физического здоровья. И если мама хочет вырастить своего малыша счастливым и здоровым, тем самым обеспечить ему лучшее развитие, ей придется забыть о своей карьере и полностью посвятить себя ребенку. Возможно ли совместить?

Да, конечно. Взвесив свои возможности и возможности детского сада, взять лучшее. Работа должна давать определенную степень свободы, чтобы женщина могла быть рядом с детьми, когда это нужно, не забывая о собственной самореализации, иногда вовлекая в это детей.

### **Из практики**

Ольга, 34 года. Исследователь. «Свои первые рассказы мои дети написали, когда я работала над кандидатской диссертацией. Я всегда сажала своего малыша на колени, когда он подползал и тянул ко мне свои ручки. Через 10 минут нашей игры он сползал с рук и продолжал заниматься самостоятельно. Дети мне никогда и ни в чем не мешали. Скорее помогали. Я была более эффективной и организованной. Быстро переключалась, отдыхала на смене дел, с удовольствием занималась детьми, забывая при этом свои взрослые трудности. Дети ходили в садик, но когда я была дома, я рано забирала их или вообще в сад не водила».

После кризиса 3 лет, как правило, дети начинают играть вместе, а не параллельно. В этом смысле садик дает опыт слаженных действий и адаптирует к социуму.

Рассмотрим, однако, плюсы и минусы домашнего и «общественного» воспитания.

Детский сад, в хорошем смысле, – это коллектив специалистов, каждый из которых компетентен в своей области. Воспитательные и образовательные задачи решаются коллективно, во взаимодействии специалистов друг с другом. Только очень талантливая гувернантка или мама может их заменить. Скажите себе честно, вы такая?

В плохом смысле – детский сад это набор примитивных, ущербных людей, не понимающих своей ограниченности. Будьте внимательны, выбирая садик. Если выбора особенно нет, поручите малыша самому опытному или просто душевному, здоровому педагогу. Он не навредит, но и не поможет в развитии. Это будет вашей обязанностью, не отмахивайтесь от нее.

Однако детский сад становится сегодня и современным аналогом большой традиционной семьи, объединяющей взрослых и детей. В подобной обстановке у ребенка естественно формируется умение общаться. Он учится соперничать, отстаивать себя, отвоевывать свое место под солнцем тоже.

Только в разновозрастной группе, коей может явиться детское сообщество в дачном поселке, в кружке, малыш учится договариваться с ровесниками, старшими и младшими детьми, заинтересовывать своими идеями других детей, заботиться о младших и помогать им, учиться учиться у тех, кто умеет и знает больше, чем он. *Совместная игра обогащает жизненный опыт ребенка.*

А ребенок, воспитанный взрослыми дома, вообще лишен детской среды с ее правилами и традициями. Поэтому многие современные дети не умеют играть в групповые сюжетно-ролевые игры и игры по правилам, в которых происходит основное развитие дошкольников. В садике дети раскрывают свой потенциал, играя вместе и выбирая себе друзей по интере-

сам. В творческой группе дети учатся друг у друга, зажигаются друг от друга, бескорыстно творят сообща.

Как ни хорошо в нормальном детском саду, но не всем детям пойдет на пользу его посещение. И в отдельных случаях детский сад принесет больше вреда, чем пользы.

Это дети одаренные, прежде всего. Их трудно учить и невозможно воспитывать. Они любят общаться с детьми старше их либо со взрослыми. У них есть проблемы с социализацией, и им необходим индивидуальный подход. Воспитатели могут сделать из них своих помощников. Они быстро схватывают, могут помочь другим осваивать какие-то навыки. Им можно предложить более сложные игрушки и задания, рассчитанные на другую возрастную группу. Энергичным детям можно предложить роль организатора детских игр и подвижных забав.

Признаки детской одаренности следующие: раннее лингвистическое развитие (такие дети могут говорить с семи месяцев, а к году и трем месяцам произносят уже около 130–140 слов), склонность к языкам, любовь к энциклопедиям и придумывание новых слов, математические способности и фактическая (например, музыкальная) одаренность или спортивная, например (в четыре года это легко диагностируется) по силе, ловкости малыша. Грациозность, пластичность показывают способности к танцам.

Детям с повышенной тревожностью, с дефицитом внимания и гиперреактивностью, с нарушениями саморегуляции будет и комфортней, и полезней остаться дома и посещать отдельные занятия. То же касается и часто болеющих, ослабленных детей и детей с хроническими заболеваниями.

Детям с задержкой развития, с отклонениями и дефектами нужны специализированные детские сады.

Девочки обычно раньше начинают говорить и готовы к детскому саду раньше, чем мальчики. Общительные (экстраверты), подвижные дети адаптируются легче, чем те, кого называют интровертами. Интроверта следует оставить на некоторое время в покое с интересной игрушкой, а экстраверта поставить в центр внимания.

Как показали исследования, с раннего возраста малыши различаются целым рядом параметров: уровнем активности, реакцией на новизну, силой выражения эмоций, импульсивностью, способностью к адаптации и даже общим фоном настроения. На первых этапах следует позитивно принимать их индивидуальные особенности, демонстрировать «преимущество» этих отличий. Слишком активный не даст нам скучать. О плаксивом малыше мы можем позаботиться.

Дело может быть не в садике, а в самом ребенке, в особенностях его семьи. Держите в голове всю социальную ситуацию развития малыша в целом, включая прогулки во дворе, его сообщество на даче, взаимоотношения с детьми – родственниками. И умело сочетайте все влияния, не замалчивая, но преодолевая трудности.

Желательно, чтобы ребенок перед школой хотя бы в течение года посещал детский сад. В условиях дошкольного учреждения в подготовке будущих первоклассников участвуют специалисты разного профиля, это значительно повышает эффективность занятий. В результате дети хорошо подготовлены к школе не только в интеллектуальном плане (умеют читать, считать, имеют богатый словарный запас, хорошо развиты восприятие, память, внимание). Но только поначалу. А вот потом дети домашние, имеющие неплохих наставников, догоняют их и даже опережают. В данном случае речь идет не об оценках, а о максимальном развитии.

Психологическая готовность к обучению в школе, включающая умение слушать и слышать учителя, выполнять его инструкции, сдерживать свои эмоции и регулировать поведение в соответствии с ситуацией, становится сильной стороной подготовки дошкольников в детском саду. Но если вы способны даже за короткое время дать ребенку больше, оставьте его дома. Если нет – ведите в сад. И обязательно оцените его возможности, корректируйте

недостающее. А еще лучше комбинируйте домашнее воспитание с коллективным. Оцените свои возможности. Время, проведенное с малышом, – это инвестиции в семью и ее благополучие.

Садовские дети успешно работают в группе сверстников, умеют концентрировать внимание на ответах одноклассников, учитывать их успехи и ошибки. Благодаря этому они быстрее адаптируются к школе и более результативно обучаются по сравнению с центрированными на своей персоне воспитанниками гувернеров и нянь.

Важно, однако, заниматься своими делами, органично встраивая в них развитие потомства. *Дети не должны думать, что они – главный смысл жизни взрослых.* Это скучно и не вызывает уважения. Противоречие социальной ситуации развития дошкольника как раз и заключается в разрыве между его стремлением быть как взрослый и невозможностью реализовать это стремление без помощи взрослого. Единственной деятельностью, которая позволяет разрешить это противоречие, является сюжетно-ролевая игра.

## Неосознаваемо. Как появляется совесть

Когда внешние требования родителей становятся внутренними требованиями ребенка к самому себе – совесть сформирована. Бессовестный ребенок – это варвар. И дело не в том, что родителям с ним тяжело. Если ребенок в первые годы не научился приемлемым способом взаимодействовать с другими людьми, то в будущем восполнить этот пробел будет гораздо сложнее (и болезненнее для ребенка).

Однако совесть как нарушение гармонии – это одно. И это нормальное понимание совести. Она лежит в основе душевного и физического здоровья. И совсем другое, когда совесть – это образ добра и зла, заложенный родителями. Этот образ прост и достаточно примитивен. А главное – неоднозначен. Где есть добро – присутствует зло. Чрезмерно акцентированная совесть сдерживает ребенка, делает более управляемым и удобным. Духовно развитый человек перерастает родительские нормы, чтобы сформировать свои собственные. Он перерастает свою совесть. На смену совести приходят осознанность действий и ответственность.

Не каждый взрослый человек смог перерасти свою детскую совесть. У многих совесть часто превращается в проблему. Иногда совесть буквально мешает жить и думать самостоятельно.

Пример из практики

Оксана, 23 года.

– Мне стыдно, что однажды я взяла деньги, которые валялись на кровати и на полу веранды (мелочь), но не отдала их маме, а без разрешения купила себе мороженое. До сих пор считаю себя какой-то нечистой. У меня глазки бегают в незнакомом месте. Я как будто ищу что-то. Говорят, я честнейший человек. Раньше была слишком честной. Не могу сказать, что это мешает мне жить. Наоборот.

– Вспомните эту ситуацию. Опишите ее. Представьте и войдите в нее. В буквальном смысле слова. Вошли? Что почувствовали?

– Чувство вины и слезы.

– За что? Отчего?

– Оттого, что, не спросив, взяла деньги, купила мороженое и съела его.

– Выйдите из этой ситуации, посмотрите на себя со стороны. Что положительного может выйти из чувства вины на более высоком уровне? Гармоничное существование со своей средой. Умение честно заявлять о своих потребностях. Брать в семье то, что тебе надо! Снова войдите в ситуацию. Что чувствуете теперь?

– Гордость за себя, что смогла удовлетворить свои потребности, заявить о них в семье. Не прося, но провозглашая свое право брать в своей семье все, что мне нужно.

## **Вижу, знаю, понимаю, но чувства сильнее меня**

Дорогие родители, дошкольник в четыре года – это человек с богатым и разнообразным эмоциональным миром, он глубоко чувствует, помните об этом. Интенсивно начинают развиваться социальные эмоции и нравственные чувства. Его переживания, прежде всего, тесно связаны с отношениями в кругу близких. Любовь и гармония в вашем браке важны для него. Щадите психику ребенка. Не устраивайте ссор при нем, не демонстрируйте изнанку жизни и неприглядные стороны быта. Больше такта. Да, да, именно такта, по отношению друг к другу и к малышу. Ему тоже нужно уважение к его личности.

В четырехлетнем, а также пяти- и шестилетнем возрасте эмоциональный мир ребенка богаче и разнообразнее, чем когда-либо. От базовых эмоций (радости, страха) он переходит к более сложной гамме чувств: радуется и сердится, ревнует и грустит. Он учится выражать оттенки переживаний при помощи взглядов, жестов, улыбок, движений, интонаций голоса. А самое главное, именно в дошкольном возрасте ребенок осваивает высшие формы экспрессии: выражение чувств с помощью интонации, мимики, пантомимики, что помогает ему понять переживания другого человека, «открыть» их для себя.

Обычно эмоции и чувства дошкольников сопровождаются особыми движениями и голосовыми реакциями. Выразительные движения являются одним из средств общения. Развитие эмоций и чувств чрезвычайно важно. Доказано, например, что самореализация человека полностью зависит от его эмоционального интеллекта, то есть развитости чувств.

В этом возрасте эмоции и чувства в наибольшей степени связаны с речью. Именно в дефектах речи мы можем прочесть основные эмоциональные проблемы ребенка, а позже взрослого человека.

Дети, которые картавят, гениальные манипуляторы. Один Владимир Ленин чего стоит. Производит впечатление мягкого, почти ребенка, часто вызывает насмешку. Но он может принести колоссальный урон, в первую очередь самому себе.

Вся жизнь ребенка раннего и дошкольного возраста подчинена его чувствам. Управлять своими переживаниями он еще не может. Поэтому *дети гораздо больше подвержены переменам настроения, чем взрослые*. Их легко развеселить, но еще легче огорчить или обидеть, так как они почти совсем не знают себя и не умеют собой владеть. Вот почему они способны пережить целую гамму чувств и волнений за необычайно короткий промежуток времени. Настроение ребенка во многом зависит от взаимоотношений с взрослыми и сверстниками. Детям важен сам факт принятия и любви со стороны взрослых: маминой безусловной любви и папиной, строгой – за освоение, развитие, достижения.

Ребенок в это время уже понимает, что есть правильно и неправильно, дурно и не очень, что приветствуется, а что нет и как надо себя вести. Он это усваивает ощущениями, опосредованными знаниями, пониманием через что-то, через реакции людей, прежде всего, методом проб и ошибок.

Физиологическое развитие не поспевает за психологическим. Нейроны мозга, соединяющие миндалевидное тело (отвечает за эмоции) и неокортекс (рациональную, абстрактную обработку информации), разные по толщине. Нейроны, идущие к миндалевидному телу, толще, причем значительно. Именно поэтому в детстве закладываются комплексы. Ребенок понимает, что нельзя, что будет плохо, но ничего с собой сделать не может! Потому что чувства сильнее его.

В целом дети относятся к жизненным ситуациям оптимистично. Им присуще бодрое, жизнерадостное настроение.

Все эмоции, которые вы сейчас переживаете, переживает и ваш ребенок, запомните это. Если вам приходится в силу обстоятельств испытывать негативные эмоции, постарайтесь переключаться на позитив.

## **Движение – это жизнь дошкольника. Телесная психотерапия ребенка, что это?**

Ребенок четырех лет очень активен. Физическое развитие требуется ему как воздух. Свобода – определяющее условие этого развития. Почаще вывозите малыша за город, на широкие просторы, в естественную среду обитания всего живого, где есть лес, вода, солнце, горы. Именно здесь он ощущает необъятность мира и свои неисчерпаемые возможности.

А каким законам подчиняется рост ребенка? Рост ребенка – прямое отражение процесса его развития. Если малыш не растет – он не развивается! Увеличение длины тела является очень важным и тонким показателем развития ребенка в целом. Физиологи доказали, что рост замедляется в условиях дефицита любви. Ребенок хорошо растет в атмосфере счастья и радости, когда он чувствует защищенность и безопасность. И, напротив, психические нагрузки, депрессия, чувство угрозы и незащищенности, отсутствие искренней родительской любви и заботы могут привести к замедлению роста или недостаточной реализации генетически заложенной программы. Высокорослые дети тоже результат неблагоприятного развития, чрезмерно напряженного окружения.

Следует помнить, однако, что весь дошкольный возраст – период неравномерного роста и прибавки в весе. В промежутке от четырех до шести лет ребенок вырастает на 15 см, в то время как прибавка в весе совсем невелика, до 5 кг. На первый взгляд кажется, что ребенок похудел и вытянулся. Именно в эти годы он становится более подвижным и выносливым, его движения более скоординированны. Дети становятся сильнее, растет их мышечная масса. Им нужно увеличивать физические нагрузки и поручать посильные домашние дела: пылесосить, поднимать стулья, в саду – носить воду, копать, убирать старые листья граблями.

В этот период родители должны обратить внимание на физическое воспитание дошкольника и уделить время умеренной спортивной нагрузке. Доказано, что *двигательная активность стимулирует умственное и эмоциональное развитие*. Это происходит за счет насыщения мозга кислородом. Отдайте малыша в спортивные секции, пока что недалеко от дома. А когда спортивные «таланты» малыша станут более очевидными – посоветовавшись со специалистами, определите к хорошему тренеру. Общение с успешным тренером и отобранными в его группу детьми будет дополнительным мощным стимулом социализации.

Ослабленным детям или детям, чьи физические данные далеко не атлетические, можно начать заниматься в группах лечебной физкультуры. Неплохо записаться в бассейн, посещать спортивные семейные клубы. А еще лучше – устраивать походы на выходные.

Для детей в этом возрасте открываются двери спортивных секций, многие виды спорта: фигурное катание, гимнастика, теннис, легкая атлетика – становятся для них доступными.

Силовые виды спорта, занятия, сопряженные с высокими нагрузками, еще не подходят для детей этого возраста. К ним не готов даже хорошо развитый старший дошкольник, в такие секции принимают детей с 10–12 лет. Причиной этого является то, что дошкольный возраст – период незавершенного развития костей, некоторые из них имеют хрящевое строение. И вообще, у каждого вида спорта – свой наиболее благоприятный период. Помните – вид спорта формирует облик малыша.

Известно, что чем младше дети, тем они более восприимчивы к тому, чему мы их хотим научить. Тут важно, как умело мы это делаем. С трудом приобретает навык – значит, не так показали. Научить – это тоже талант. Здесь нужна изобретательность взрослого!

В четыре года легко освоить навыки личной гигиены, приобрести привычку к здоровому образу жизни, научиться получать удовольствие от двигательной активности и занятий

физкультурой и спортом. Именно в этом и состоит физическое воспитание малыша. Занятия спортом – это залог успеха и высоких достижений во всем в дальнейшем. Спорт формирует характер, волю, дисциплинированность, работоспособность и умение побеждать.

## Советы педагога, или Ребенку нужны ограничения

После рождения полноценного «Я» ребенка в три года нужно почувствовать момент, когда психика ребенка «расползается». Ребенок отстаивает свою самостоятельность, обозначил границы, которые переходить не следует. Далее начинается момент внешних естественных ограничений. Момент, когда надо вводить правила и ограничения, нужно почувствовать. Ребенок впадает в ярость, если не встречает ограничений, не понимает окружающего и тревожится. Начинайте с простых естественных правил.

Люди, которые рядом, – почти родственники и почти друзья. Какие они вызывают эмоции – важно для нашего здоровья, а потому следует относиться к ним вежливо, доброжелательно. Есть такое понятие, как добрососедские отношения.

### Детские капризы и упрямства

Особенности детской психики подметила известная писательница Агния Барто: «Ну что с тобой, Андрюшенька?» И сын признался ей: «Когда я вас не слушаюсь, я выгляжу взрослей!»

Эта тема знакома каждому, даже тому, у кого нет собственных детей. Наверняка многим доводилось наблюдать истерики малышей в каких-нибудь магазинах. Особенно богатый опыт в этом вопросе у родителей четырехлеток. Возможно, где-то в трехлетнем возрасте малыша взрослые переборщили с ограничениями его свободы. Поэтому теперь дети бунтуют, вот «атавизм» симптома разрыва пут и обнаруживается.

Вам, дорогие родители, приходится не только наблюдать за проблемной ситуацией, но и пытаться совладать с ней. Так что же стоит за детскими капризами и можно ли с ними справиться? – эти вопросы часто задают обессиленные родители.

Неплохо было бы обратиться к детскому психологу по поводу затянувшегося бунта. Однако под общим названием «детские капризы» часто подразумевают совершенно разные виды поведения – начиная от обычного нытья и заканчивая серьезной истерикой с криком и битьем всего, что попадет под руку. Условно даже можно выделить несколько типов детских капризов, они различаются доминирующим действием «капризули».

#### *Первый тип. «Крикуны»*

Привычка кричать возникает у детей по разным причинам. Это может быть и манера общения, свойственная всем членам семьи, и неожиданное открытие ребенком того факта, что подобное поведение позволяет немедленно получать желаемое.

Крик – это сигнал эмоционального неблагополучия и беспомощности маленького человека. *Ребенок не кричит без причины – за этим всегда стоит какая-то проблема.* Постарайтесь выяснить причину возмущения и оказать своевременную помощь. Предложите ребенку изложить свою просьбу в другой форме и откликайтесь, когда у него это получается. Главное – самим родителям сохранять спокойствие и самообладание, а не поддаваться искушению и не реагировать на требования собственного чада в такой же манере.

Ребенок не кричит без причины – за этим всегда стоит какая-то проблема.

В разговорах с детьми откажитесь от угроз и запугивания, иначе эти приемы быстро войдут в репертуар ваших детей, но будут направлены уже против вас самих. Будьте тверды в своих намерениях, но не путайте твердость с жесткостью и уж тем более с жестокостью.

#### *Второй тип. «Упрямы»*

Упрямство – один из самых распространенных видов детских капризов. Упрямцы обладают уникальным упорством в отстаивании своей точки зрения и осуществлении желаемого. Побуждающая их действия потребность очень сильна и не позволяет им думать ни о чем другом. В общении с упрямцами взрослым нужно, прежде всего, отказаться от противостояния. Не стоит превращать спор в перетягивание каната, в котором остается только одна победившая сторона. Попробуйте использовать прием, который применяется профессионалами в различных переговорах: попытайтесь встать на сторону оппонента и постарайтесь постепенно привести его к мнению, которое больше устраивает вас.

Дайте ребенку возможность самому принимать решения, не навязывайте свою волю. Часто упрямство является реакцией на чрезмерный авторитаризм взрослых. Родителям приходится учиться уважать право ребенка совершать собственные ошибки.

*Предлагайте ребенку варианты выбора «без выбора».* Вместо того чтобы спрашивать, будет ли он обедать, говорите: «Ты что больше хочешь – суп или кашу?» Иногда и этот прием может не сработать, тогда на помощь придет творческий подход, поскольку рецептов на все случаи жизни нет и быть не может. Любые попытки применить средство, которое сработало в прошлый раз или помогло кому-то из знакомых, могут привести совсем к другим результатам.

#### *Третий тип. «Плаксы»*

Еще в русских сказках мы встречаемся с темой детских капризов. Вспомните сказку про царевну Несмеяну, проливающую слезы по любому поводу. И детские писатели в своем творчестве не обошли стороной эту проблему. Агния Барто очень точно описала поведение ребенка такого типа в стихотворении «Девочка-ревушка».

Большинство детей – натуры эмоциональные, а среди них встречаются индивиды с особенно ярко выраженной эмоциональной нестабильностью. У них возникает привычка реагировать тихим плачем или бурными рыданиями на всякую затруднительную ситуацию, неудачу или простое замечание со стороны. Отучить ребенка плакать по поводу и без – задача не из легких. Успокоительные приемы, разговоры по душам и другие средства могут остановить плачущего в какой-то конкретной ситуации, но не изменят его личности. Только сам взрослеющий человек может справиться с этой особенностью, а родители могут научить его эффективным приемам саморегуляции, через игру демонстрируя адекватные формы поведения.

#### *Четвертый тип. «Скандалисты»*

Не так уж редко встречаются и подобные «экземпляры». Скандалисты используют визг, топот, швыряют на пол игрушки, книги и другие предметы, попавшиеся под руку. В эти моменты они действительно становятся неуправляемыми. Стараться урезонить их в такой ситуации – дело бесперспективное. И если речь не идет о безопасности для жизни самого ребенка и окружающих, то единственный продуктивный способ взаимодействия – непоколебимое спокойствие. Нужно взять себя в руки и постараться без ужаса и паники смотреть на творимые безобразия, не поддаваться на провокации маленького «чудовища».

Вспомните или понаблюдайте, когда у ребенка возникают вспышки гнева, что приводит его в такое состояние. Может быть, он голоден, устал или хочет спать?

Если скандалы происходят в магазине, то постарайтесь разработать план посещения магазина и объясните малышу, что есть определенный порядок движения. Называйте вместе продукты, которые вам необходимо купить, пусть он складывает их сам в корзину. Ребенку, занятому делом, некогда устраивать истерики.

Ребенок, утративший над собой контроль, нуждается в вашей помощи, и зачастую нескольких ласковых слов достаточно, чтобы вернуть его в нормальное состояние. *Умение сочувствовать малышу – это ключ к вашим отношениям в будущем.* Ничто так не помогает малышу раскрыться, как ощущение, что его понимают.

Умение сочувствовать малышу – это ключ к вашим отношениям в будущем.



С первыми шагами в освоении мира к ребенку приходят и первые ограничения. Детям нужны определенные дисциплинарные нормы, которые учитывают его реальные возможности. Но вместо того, чтобы все запрещать, лучше создайте такие условия, чтобы деятельность была безопасна. Дайте малышу достаточно свободы. Если его держать на слишком «коротком поводке», то он никогда не узнает в полной мере своих возможностей.

Если вы научитесь анализу ситуации, постараетесь выяснить причину происходящего, то это позволит не только справляться с детскими капризами, но и предотвращать их наступление.

*Пятый тип. «Гармоничные»*

И, наконец, рассмотрим гармоничный тип ребенка. Такой малыш вполне справедливо отстаивает свои детские интересы. Он твердо стоит на своем. Он не сдвинется с места, пока желание его не будет удовлетворено. Если родители это понимают – он вырастет в настоящую личность.

Как отличить его категоричные требования от истерики и капризов? В этих настоящих желаниях не присутствует невротический компонент, нет чрезмерно высокого накала страстей. Опытные и любящие родители вовремя почувствуют силу желания ребенка и удовлетворят его вполне нормальное (пока еще!) желание.

Непременным условием воспитания должно быть стремление к взаимному познанию, готовность к уступкам, гибкость и терпимость в отношениях друг с другом.

Для выражения своей любви к ребенку существует множество способов. Это не только выполнение всех его желаний, но и разумные ограничения и требования. Именно семья должна поддержать ребенка в трудном деле формирования навыков саморегуляции и самоограничения. Дети должны научиться получать радость не только эгоистического характера, но и альтруистического. Только в этом случае они вырастут добрыми друзьями и заботливыми сыновьями и дочерьми.

## **СССР: соревнуемся, сотрудничаем, сочувствуем ребенку**

В этом возрасте дети просто обожают соревноваться. И это объяснимо. В семье, как в любой группе, выстраивается иерархия. И кто кого больше любит – лейтмотив четырехлетнего детства.

Соревноваться, уметь выигрывать и проигрывать – этому тоже нужно учить четырехлетнего малыша.

Дети-лидеры органически не могут проигрывать. Они плачут и в буквальном смысле бьются от проигрыша. Им надо предоставить условия для взятия настоящего реванша, подготовившись к нему и избрав подходящий момент.

Четвертый год жизни ребенка идет под управлением папы, его требовательной любви, когда на первый план выходит «надо», идет апеллирование к разуму и развивается логическое мышление. Главным в жизни становится «мы». Дети четырех лет тяготеют к малой группе из 4–5 человек. Такая малочисленная компания способствует непосредственному общению участников группы и слаженности совместных действий – прежде всего через сюжетную или ролевую игру.

*Умение играть в малой группе формирует умение работать в команде.* Поэтому от того, насколько комфортно ваш малыш чувствует себя среди других детей, будет зависеть насколько ему удастся стать командным игроком и насколько легко он сможет в будущем вливаться в коллектив. Игра как образ, роли и правила и научает малыша сотрудничать в группе. Образ (тема, название игры) способствует этому незримо.

Сотрудничество также формируется в эти годы. «Помоги», «давай я помогу», «попробуем вместе», «сделайте вместе» – важные установки взрослых в это время. И всячески поддерживайте малыша, подсказывайте, распределяйте обязанности – как роли. Дети это любят.

Из практики

Четырехлетняя Оля любила играть в кукольный театр и шить одежду для кукол. Особенно ей нравилось, когда взрослые про нее говорили: «Модисткой будет!»

Сейчас девушке 28 лет, она профессиональный имиджмейкер, мечтает стать дизайнером и создать свою марку одежды.

Соревновательность и сотрудничество предполагают умение сочувствовать, сопереживать и помогать другим. Сочувствуйте прежде всего близким. Помогайте им справляться с эмоциональными проблемами. Лучше через психодраму. «Как?» – спросите вы. Разыграйте сложившуюся ситуацию в «домашнем» театре, с куклами и различными предметами. Отрадите свои чувства и переключите ситуацию по-своему. Сыграйте ее желаемым образом.

## **Показатели нормального развития ребенка четвертого года жизни**

У ребенка в этом возрасте должны быть сформированы математические навыки, речь, логическое и образное мышление. Должны быть приобретены базовые знания и умения, в том числе умение ориентироваться в окружающей среде.

Ребенок в возрасте от четырех до пяти лет должен:

- уметь определять расположение предметов: справа, слева, посередине, вверху, внизу, сзади, спереди;
- знать основные геометрические фигуры (круг, овал, квадрат, треугольник и прямоугольник);
- знать все цифры (от 0 до 9), считать предметы в пределах десяти, соотносить количество предметов с нужной цифрой;
- уметь расставлять цифры от 1 до 5 в правильной последовательности и в обратном порядке, уметь сравнивать количество предметов;
- понимать значение: больше, меньше, поровну;
- делать равными неравные группы предметов: добавлять один предмет к группе с меньшим количеством предметов;
- правильно писать цифры;
- использовать тысячу слов, строить фразы из 6–8 слов;
- понимать, чем отличается строение человека от строения животных, называть их части тела (руки – лапы, ногти – когти, волосы – шерсть);
- уметь правильно ставить существительные в форму множественного числа (цветок – цветы, девочка – девочки);

## **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.