

Лидия Нейкурс

ДОРОГИЕ НАШИ ДЕТИ

От 0 до 3 лет

ПОПЕРЕК КРОВАТИ

Киев  2020

ББК 86.376

Н 13

Лидия Нейкурс

Поперек кровати. — К.: Джерело життя, 2020. — 160 с.

ББК 86.376

© 2020, издательство «Джерело життя»

Содержание

Об авторе	4
Глава 1. В начале пути	6
Беременность. Пренатальное воспитание	11
Эмоции и музыка	16
Голос матери	19
Глава 2. Рождение. Первый год жизни	31
Три потребности детей	34
Глава 3. Второй год жизни.....	44
Формирование правильного самосознания	48
Закладываем фундамент личности	50
Глава 4. Что лучше — дисциплина, свобода или любовь?	69
Авторитарная модель	71
Модель равнодушия	75
Вседозволенность, или разрешающая модель	78
Авторитетная модель	81
Влияние разных стилей руководства в одной семье	83
Глава 5. Маленькие упрямцы	92
Формирование личности до трех лет	104
Глава 6. Особенности развития детей до трех лет	121
Физическое развитие	122
Интеллектуальное развитие	123
Гаджеты и дети	127
Социальное развитие	135
Эмоциональное развитие	141
Духовное развитие	146
Список использованной литературы	158

ЛИДИЯ ДМИТРИЕВНА НЕЙКУРС – довольно известная личность в христианских кругах в Украине и за рубежом. Несмотря на свой почтенный возраст, она принимает приглашения из многих стран Европы провести семинары с семьями, молодежью и детьми. Ее всегда с удовольствием слушают и приглашают снова приехать, чтобы лично встретиться с человеком, имеющим 53-летний опыт работы в консультативной практике. Родилась Лидия на западе Украины, в семье пастора Колбача Дмитрия Куприяновича и Екатерины Ефимовны в мае 1945 года. Первое образование Лидии Дмитриевны – медицинское, которое она использует для помощи больным и нуждающимся. Кроме того, как супруге пастора, ей приходилось читать лекции по здоровью, воспитанию детей и укреплению семейных отношений. Поэтому второе образование Лидия Нейкурс получила как семейный консультант и психолог, проходя курс «Христианская этика семейной жизни» на выездных сессиях Адвентистского института семьи (г. Сидней, Австралия) и Университета Лома Линда (Калифорния, США). Работа с семьями, укрепление и коррекция отношений, вопросы воспитания детей и подростков, популяризация принципов христианской этики – вот главный труд всей жизни Лидии Нейкурс. Работа с подростками побудила заняться вопросом профилактики химической зависимости среди молодежи. Лидия Дмитриевна разработала проект «Я выбираю жизнь», который помогает родителям и преподавателям успешно проводить профилактику зависимости детей.

Лидия Нейкурс – автор книг «Я выбираю жизнь», «Мы сотрудничаем с Богом», «Добрачное консультирование», «Идите и научите», «Научи юношу», «Жемчужинка», «Свадебные программы», «Непростое состояние», а также свыше 300 статей, напечатанных в разных периодических изданиях. www.neikurs.com – это сайт Лидии Нейкурс, который ежедневно посещают тысячи пользователей.

На предложение издательства «Джерело життя» написать серию книг о воспитании детей Лидия Дмитриевна с готовностью откликнулась и тут же взялась за нелегкий труд. Было решено написать четыре книги под общим названием «Дорогие наши дети», в которых автор описывает проблемы воспитания детей и предлагает профессиональные советы. Серия охватывает основные периоды жизни ребенка, начиная с его внутриутробного развития и до 17-летнего возраста. Первую книгу «Поперек кровати» вы, уважаемый читатель, держите в руках. Вторая книга «Манипуляторы или интеллектуалы» уже готова к печати. Третья – «Необъявленная война» и четвертая – «Поступенькам вверх... или вниз?» еще в процессе написания.

В жизни Лидия Дмитриевна всегда придерживается одного правила: «Какие бы проблемы ни возникали в воспитании, поведении и характере детей, всегда нужно смотреть в корень – это зеркало, отражающее характер и поведение родителей». В этом ответственном нелегком труде над собой можем пожелать всем родителям и детям БОЖЬЕЙ ПОМОЩИ и БЛАГОСЛОВЕНИЯ!

В НАЧАЛЕ ПУТИ

*«Наставь юношу при начале пути его:
он не уклонится от него, когда и состареет»
(Притч. 22:6).*

На Востоке существует интересное повествование. К мудрецу пришла женщина и сказала: «Отец, я хочу воспитать своего сына так, чтобы он был хорошим человеком. Что я должна для этого сделать?». Мудрец спросил ее: «Сколько лет твоему сыну?». «О, его жизнь только начинается! Ему всего лишь один год!» — ответила женщина. Мудрец подумал немного и сказал: «К сожалению, ты опоздала на два года». Был ли прав мудрец? Верна ли народная мудрость: «Воспитывай ребенка, когда он лежит **поперек кровати**»? Жизнь доказывает, что народ прав. Когда дети подросли и уже не помещаются поперек кровати, у родителей возникают проблемы, которые невозможно решить легко и просто. Иногда это огромная родительская боль.

«Уроки и привычки, усвоенные и сформированные в младенчестве и в раннем детстве, больше влияют на формирование характера и направленность жизни, чем все наставления и воспитание последующих лет. Родителям нужно помнить об

этом... Вы произвели детей на свет, не спрашивая у них согласия, и тем самым в значительной мере взяли на себя ответственность за их будущее счастье и вечное благополучие» [17]. Так Господь представляет всем родителям цели и задачи воспитания детей.

Что означает «при начале пути»? Интересен рассказ о начале жизни одного человека, о его необыкновенной физической силе, важном предназначении от Господа и об указаниях, как подготовиться к его зачатию и рождению. Это — библейское повествование о Самсоне.

Одна семейная пара потеряла всякую надежду на рождение наследника. Причиной было бесплодие женщины. Они уже смирились с этой мыслью, хотя все же мечтали о полноценной семье, о сыне-наследнике. Однажды женщине явился ангел, вестник от Господа, и сказал, чтобы она готовилась стать матерью особенного ребенка. Благочестивая еврейская семья вела здоровый образ жизни. Они усердно работали, отдыхали, были честными и добрыми людьми. Как и весь народ, эти люди были научены Господом принципам здорового образа жизни. Однако до начала беременности нужно было знать и соблюдать еще кое-что, о чем сказал женщине ангел. Будущая мать ни в коем случае не должна была употреблять плоды и сок виноградной лозы и быть очень внимательной к своему питанию. Когда жена Маноя рассказала мужу о повелении



Уроки и привычки, усвоенные и сформированные в младенчестве и в раннем детстве, больше влияют на формирование характера и направленность жизни, чем все наставления и воспитание последующих лет.



Бога, переданном через ангела, тот начал усердно молиться: «Господи! пусть придет опять к нам человек Божий, которого посыпал Ты, и научит нас, что нам делать с имеющим родиться младенцем» (Суд. 13:8). Ангел снова явился, чтобы рассказать будущему отцу о том, как нужно растить и воспитывать ребенка. Почему Бог так тщательно готовил супругов к будущей беременности? «Привычки матери плохо или хорошо влияют на ребенка. Если мать желает блага своему ребенку, она должна придерживаться определенных принципов, проявлять умеренность в аппетите и быть самоотверженной. Неразумные советчики уверяют, что мать может удовлетворять всякое свое желание и каприз, но такая точка зрения неверна и вредна. По велению Самого Бога на будущую мать возлагается торжественная обязанность во всем проявлять воздержание.

Эта ответственность возлагается как на матерей, так и на отцов. Дети наследуют умственные и физические способности родителей, их наклонности, влечения и черты характера. Невоздержанность родителей часто приводит к тому, что дети становятся слабыми и физически, и умственно, и нравственно. Пьяницы и курильщики могут наградить и награждают детей неуправляемыми желаниями, вспыльчивостью и нервозностью. От безнравственных родителей потомству передаются низкие пороки и даже тяжелые болезни. И поскольку дети меньше, чем родители, способны сопротивляться искушениям, каждое новое поколение опускается все ниже и ниже. Еще больше, чем за дурные страсти и извращенные вкусы, родители ответственны за телесные недостатки тысяч детей, рожденных слепыми, глухими, больными или слабоумными» [18].

Маной очень серьезно отнесся к словам ангела и его советам по поводу не только питания, но и воспитания сына. «Что

нам делать с младенцем сим?» (Суд. 13:12) – спрашивал он ангела вновь и вновь. Благочестивые родители последовали советам вестника. У них родился сын, которого особенным образом благословил Господь. Он был необыкновенно сильным физически и стал освободителем и судьей еврейского народа. «В здоровом теле женщины — будущее народа!» — гласит восточная пословица.

Желанный ребенок

В настоящее время, когда во всем мире говорят о правах детей, люди забывают их неотъемлемое право: быть желанными и родиться здоровыми. Дети не должны быть случайным, нежелательным последствием несерьезных отношений мужчины и женщины. Дети заслуживают того, чтобы к их приходу готовились заранее, сознательно и терпеливо, чтобы их ждали с радостью. Если женщина узнает о своей беременности и это вызывает у нее отчаяние, горе, страх или нежелание иметь этого ребенка, то ничто другое не оставит такого глубокого негативного следа в его психике, чем этот «конфликт отторжения». Нежеланный ребенок может родиться с комплексом неполноценности, даже если через несколько дней или месяцев мать смирится с мыслью о своем будущем материнстве.

Согласно анкетным опросам, большинство детей, которых «не ждали», в дальнейшем заболевали неврозами, испытывали страх, беспокойство и были неуверенными в себе. Исследование, проведенное в Швеции, показало, что нежеланные дети в два раза чаще нуждались в психиатрической помощи, преступность среди них в возрасте от 16 до 21 года была выше, им было сложнее получить образование.

Изучение причин преступности выявило, что при прочих равных условиях у 84 % преступников матери не хотели рождения этих детей [14].

Еще одна беда, угрожающая детям, — это **курение** будущей матери. Организм девочки устроен так, что все яйцеклетки находятся в яичниках. В каком бы возрасте девочка не начала курить или употреблять алкоголь, эти яйцеклетки поражаются наркотическими веществами. И вероятность рождения в будущем больного ребенка увеличивается в разы. Доктор Р. Нейс из Университета штата Пенсильвания выявил, что курение может оказать отрицательное влияние на последующую беременность. Характерное последствие — низкое прикрепление плаценты в матке, ведущее к осложнениям при беременности и родах. Отслойка плаценты у курящих женщин встречается вдвое чаще. Синдром внезапной смерти новорожденных, болезни крови, нарушения в работе сердца и других органов, меньший коэффициент интеллекта, проблемы с поведением и худшая успеваемость в школе по сравнению с теми детьми, чьи матери не курили — вот неполный список больших проблем в жизни будущей молодой матери, решившей закурить ради любопытства или чтобы не казаться белой вороной в группе подростков.

В том, что курение вредно для здоровья, уже мало кто сомневается, хотя споры продолжаются. Но вот от конкретного, доказанного медиками факта отмахнуться уже не получится: будущий малыш знает о вреде курения для себя! Он не переносит даже мысли своей матери об очередной затяжке. В тот момент, когда она думает об этом, сердце ребенка начинает учащенно биться. Дело в том, что из-за материнского курения малыш испытывает кислородное голодание, что приводит к болезненным судорогам. Уровень окиси углерода в крови курящей бе-

ременной женщины на 600–700 процентов выше, чем у некурящей. Окись углерода препятствует клеткам крови переносить кислород к другим тканям. В утробе курящей матери ребенок буквально задыхается. Недостаток кислорода может сказаться на развитии практически любого органа плода.

Управление по контролю за продуктами и лекарствами США рекомендует беременным женщинам ограничить потребление или отказаться от продуктов, содержащих кофеин: кофе, колы, чая, какао, шоколада и некоторых продаваемых лекарств. Последние исследования продемонстрировали, что кофеин может вызвать больше проблем, чем предполагалось ранее. Теперь кофеин обвиняют в причине выкидышей и в уменьшении веса новорожденных [15].

Нарушая законы здоровья, будущая мать готовит своему ребенку тяжелое будущее, может сделать его больным и несчастным. Но она же может помочь ему стать здоровым и счастливым человеком.

БЕРЕМЕННОСТЬ ПРЕНАТАЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ

Многие будущие матери приходят с вопросами о своем поведении во время беременности. Вот некоторые из них.

Что думают ученые относительно внутриутробного развития плода?

В настоящее время ученые умы всего мира занимаются проблемами пренатального (внутриутробного) воспитания плода.

Ни у кого уже не возникает сомнений относительно тесной связи женщины и развивающегося человека внутри нее. И как может быть иначе, если первой средой, глобально влияющей на будущего ученого, музыканта или спортсмена становится уютный мир материнского чрева. Перинатальная психология использует новые технологии, позволяющие заглянуть внутрь матки. Специалисты по перинатальной психологии обнаружили многочисленные подтверждения тому, что если беременная женщина спокойна, окружена вниманием родных и близких, ведет здоровый образ жизни, хорошо и правильно питается, то шансы родить крепкого ребенка без отклонений возрастают во стократ [13].

В Древнем Китае были специальные клиники, куда на период беременности ложились состоятельные дамы. Там за ними ухаживали, следили за настроением, окружали красивыми вещами. Для всех сословий существовал свод правил, по которым следовало жить беременной женщине. Основные положения гласили, что она не должна произносить ругательства, гневаться, пустословить, тревожиться и грустить. Во всех случаях ей было положено успокаивать сердце, исправлять помыслы, постоянно слушать чтение духовных книг. Если следовать этим предписаниям, то дети будут умными и сообразительными, мудрыми и рассудительными, верными и честными, стойкими и добрыми.

Это свидетельствует о том, насколько в далекой древности понимали важность пренатального воспитания. К эмбриону относились не как к биологической массе, а как к сформировавшемуся человеку, у которого уже развиты мозг и чувства. Двадцатый век во многом разрушил эту сложившуюся традицию. Пик сексуальной революции пришелся на 1967 год, когда

люди решили, что секс нужен для потрясающих эмоций, а не только для продолжения рода. Отношения мужчины и женщины, та любовь, которую они дарят друг другу, фундаментально влияют на состояние психики их будущих детей. Об этом должны знать в каждой семье, где планируется появление новой жизни.

К сожалению, в настоящее время аборты делают повсеместно. Но в последние годы произошло кардинальное переосмысление этого вопроса и важнейший период в жизни женщины стал предметом серьезного изучения. Вернувшись к древним истинам, специалисты по пренатальному развитию взяли на вооружение технические достижения. А современные женщины справедливо считают первой фотографией своего будущего малыша снимок, сделанный во время ультразвукового исследования [13].

Во время беременности формируются основы, без которых невозможно стать полноценной личностью. Современная перинатальная психология посредством многих исследований выявила гораздо более глубокое влияние матери на плод, чем люди думали до сих пор.

Корреляция между мыслями матери и развитием личности плода — одна из многих удивительных задумок Творца. Конечно, через плаценту не могут передаться эмоции — передаются только гормоны. Когда будущая мама находится в состоянии стресса, у неерабатываются гормоны «катехоламины», которые и влияют на эмоции плода.

Как же живется маленькой личности в мамином уютном «домике»?

Первый триместр характеризуется интенсивным развитием нервных мозговых клеток (нейронов). Каждую минуту,

начиная с восьмого дня от зачатия, появляется около 220–250 новых клеток, и так в течение трех месяцев. Мозг — это центр деятельности всех систем организма, база психологических особенностей, интеллекта, способностей и склонностей будущего человека.

В первые восемь недель жизни организма эмбриона не выполняет самостоятельных функций, поэтому его благополучие полностью зависит от организма матери. После восьми недель растущий ребенок теперь получает название «плода» (в переводе с латыни — «юный») и выглядит уже как крошечное человеческое существо.

Процесс развития мозга завершается только к седьмому месяцу, но на четвертой неделе уже развиваются полушария головного мозга и зачаток спинного мозга ребенка, появляютсяrudименты мозга и многих других органов, у плода формируется центральная нервная система. А это означает, что он теперь чувствует боль так же, как мама. К 12 неделе кожа ребенка, которая все еще остается прозрачной (сквозь нее просвечиваются кровеносные сосуды), начинает реагировать на прикосновение. К 16 неделе развиваются внешние ушные раковины, а с ними слух, в результате чего усиливается реакция ребенка на звуки. Ученые обнаружили, что даже пятимесячный плод способен различать музыку разных стилей. К 23-й неделе слуховой аппарат ребенка уже достаточно развит и позволяет ребенку реагировать на внешние звуки. Исследователи убеждены, что, начиная уже с шестого месяца беременности, ребенок воспринимает все происходящее снаружи события и реагирует на них, также может двигаться в такт речи матери [15].

Не все органы чувств эмбрионов формируются одновременно. Зрение развивается только после рождения, однако к нача-

лу второго триместра ребенок уже может обнаруживать свет. В пять месяцев плод может испугаться яркой вспышки света рядом с животом матери. К третьему месяцу развиваются все органы чувств и соответствующие центры мозга.

Улыбка изнутри

В 2003 году ученым впервые удалось сфотографировать крупным планом улыбающееся лицо малыша на четвертом месяце беременности. До этого момента считалось, что улыбаться дети учатся после рождения и перенимают этот навык у взрослых. После этого сенсационного открытия специалисты, чтобы исключить кривотолки, снимали и других малышей, плавающих в околоплодных водах. И вот что они увидели: дети плакали, зевали и сосали палец. Когда в воду, которую пьет беременная женщина, добавляли несколько капель йода, малыш морщился, а когда в околоплодные воды попадала глюкоза, то с удовольствием и улыбкой поглощал двойную порцию вкусного напитка.

Большинство будущих мам инстинктивно испытывают потребность лишний раз погладить свой округлившийся животик и ласково поговорить с малышом внутри себя, чувствуя, как он реагирует на ласку. Ребенок начинает двигать головой, как бы подстраиваясь под материнское поглаживание. Но он не будет вести себя так же, если почувствует прикосновения «чужого» [13].

Однажды ко мне обратился молодой человек с необычной проблемой: у него периодически появлялся жар, при котором нарастал панический страх смерти. Можно было объяснить это состояние панической атакой, возникшей, к примеру, после стресса, который он пережил на работе. Но была еще одна

удивительная деталь: он панически боялся горячей воды и не мог принимать даже теплый душ. Сколько он себя помнил, эти неприятности сопровождали его всегда. Молодой человек принял решение поговорить со своей матерью. Возможно, что-то случилось в детстве, о чем парень не мог вспомнить. При разговоре с матерью выяснилось, что женщина во время беременности находилась в состоянии глубокой депрессии, связанной с тем, что ее бросил муж, не желавший иметь ребенка, и в панике, бросив ее одну в большом городе, сбежал. Депрессия обострилась к седьмому месяцу. В один из дней женщина в отчаянии решила избавиться от своего бремени и в неадекватном состоянии долго сидела в горячей ванне с мыслью, что это убьет плод. Однако организм молодой матери превозмог все испытания и выкидыша не было. Опомнившись и расплакавшись, она больше никогда даже не думала о таких вещах. С тех пор прошло более тридцати лет, женщина забыла о тяжелых временах и была счастлива, что у нее есть сын. А вот он, сам того не подозревая, в минуты стресса «вынимал» из своего подсознания тот ужасный день, когда на его жизнь покушалась собственная мать при помощи горячей воды.

ЭМОЦИИ И МУЗЫКА

Современность внесла коррективы в традиционное представление о том, что женщины весь срок беременности должны находиться в состояние покоя и умиротворения. Сегодня специалисты уверенно говорят, что в допустимых нормах мать должна передать еще не родившемуся ребенку весь спектр существующих эмоций. Ей не следует опасаться за свой плод, переживая приступ страха или нервное потрясение. Наоборот,

готовность к подобным эмоциям поможет ребенку в дальнейшем лучше приспособиться к жизни в сложном мире. Главное – матери нужно быстро справиться со стрессовой ситуацией и вернуться в состояние покоя. А что может в этом помочь лучше всего? Молитва, крепкая и постоянная связь с Господом дарует внутренний покой и мир. Ласковое, доброе отношение мужа и всех близких поможет будущей матери быть уверенной в защите и поддержке. Кроме того, согласно результатам исследований, хороший эмоциональный настрой могут подарить пение и музыка!

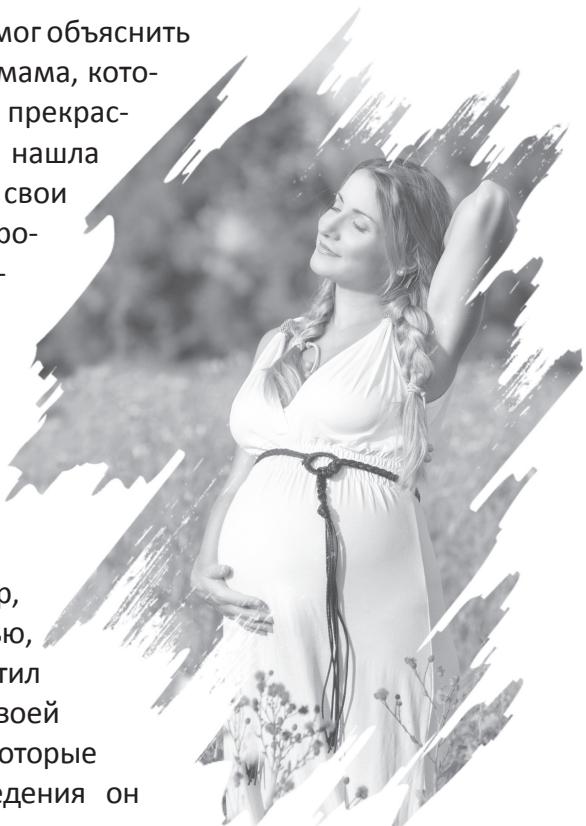
Самые интересные результаты были получены при изучении формирования слуха у эмбрионов, которые прекрасно слышат все внешние звуки и имеют свои музыкальные пристрастия. Почти все малыши — поклонники классики. Вивальди их умирает, Бетховен и Моцарт поднимают настроение, а вот тяжелый рок выводит из себя! Малыш активно бьет ножками на рок-концертах, но это не означает, что из него вырастет прекрасный барабанщик, как могут подумать его родители. Он протестует, как это делают дети после рождения, когда у них вдруг начинает болеть животик.

В Санкт-Петербурге в одном из родильных домов установлен орган, который время от времени используется для исполнения классической музыки. Это принесло замечательный результат: снизилась детская смертность, а дети и матери стали намного здоровее и крепче.

Знаменитый канадский дирижер Борис Бrott однажды сказал, что музыка жила в нем еще до рождения. Этот красивый ответ сначала воспринимался как художественный образ. Однако кто-то обратил внимание на детали биографии музыканта. Оказывается, Бrott заранее знал партитуры некоторых про-

изведений. Сам он не мог объяснить этот феномен. Но его мама, которая в прошлом была прекрасной виолончелисткой, нашла в семейном архиве свои старые концертные программы и обнаружила странное совпадение: в голове ее сына «жили» те произведения, которые она разучивала в период беременности [14].

Однажды молодой талантливый дирижер, разговаривая с матерью, рассказал ей, что заметил одну странность в своей учебе и работе. Некоторые классические произведения он запоминал очень быстро, как что-то близкое и родное для души, а другие должен был несколько раз внимательно слушать, чтобы усвоить. Мама попросила его написать названия легко запомнившихся произведений. Сын выполнил просьбу матери. Она посмотрела на список и нашла старую пластинку, на которой были записаны все эти произведения. Когда она была беременна, то, сидя в кресле с вязанием или что-то делая по дому, включала проигрыватель и слушала эти чудесные классические произведения. Развиваясь в утробе матери, сын их запомнил!



В своей жизни я также прочувствовала влияние музыкальных произведений на настроение и эмоциональное состояние. Мой папа всегда занимался духовыми оркестрами. Он их организовывал, обучал, писал новые произведения, готовил целые программы для исполнения. С самого детства, а также во время беременности моей мамы я присутствовала на репетициях духового оркестра. И в результате моя любимая музыка — это исполнение произведений духовыми оркестрами. Я не могу слушать их равнодушно, во мне все волнуется и восторгается, блаженствует и радуется! А брат всю жизнь после смерти папы создает все новые духовые оркестры, пишет музыку, организовывает, обучает и радуется коллективному исполнению произведений. Это специфическая музыка, особенно марши, и не все ее принимают и понимают. Но нам с братом она кажется райской музыкой, приносящей огромное удовольствие!

ГОЛОС МАТЕРИ

Легендарный французский отоларинголог Альфред Томатис стал основоположником новой школы по изучению влияния звука на человека. Он первым выдвинул теорию о том, что звук может быть неординарным источником энергии. Этот врач занимался проблемами внутриутробного развития плода. Первым выводом, сделанным отоларингологом, стало то, что материнский голос — лучшее лекарство от многих недугов, связанных с психическими нарушениями. Тревожный пациент успокаивался, когда слышал голос своей мамы, доносившийся из установки, имитировавшей внутриутробную среду. То есть голос доносился как бы через околоплодные воды. Голос матери — первое, что воспринимает ребенок, а если этот голос лас-

ковый, успокаивающий, то это помогает формировать уравновешенную нервную систему будущего человека.

Голос мамы способен успокоить, возбудить, обрадовать. Поэтому она должна следить за тем, как разговаривает, с какой интонацией выражает свои эмоции, желания или мысли.

Звук материнской речи — главный эмоциональный стимулятор ребенка: он радует, возбуждает, успокаивает. Малыш рождается с солидным запасом впечатлений. Последние три месяца внутриутробной жизни ребенок прислушивается, запоминает интонацию, ритмику, мелодию речи матери. Многое после родов стирается из памяти, только не мамин голос, который для него становится музыкой жизни, успокоительным средством.

Должны ли беременные удовлетворять все свои желания?

В одной телевизионной программе обсуждались вопросы беременности. Прозвучал вопрос: «Нужно ли удовлетворять все, даже кажущиеся причудливыми желания беременной женщины? Ведь в народе существует поверье, что ее просьбы нужно выполнять обязательно». Специалист ответил: «Да! Обязательно! Это даст женщине покой и уверенность, что ее любят!» Что об этом думаем Творец человека? Оказывается, нужно соблюдать нормы, чтобы не навредить ребенку.

«Многие советуют выполнять каждое желание будущей матери: если она пожелает съесть что-либо, — каким бы вредным это ни было, — ей надо дать полную возможность удовлетворить свой аппетит. Такой совет вреден. Да, физическим потребностям будущей матери никак нельзя пренебрегать,

от нее зависит жизнь двоих. Поэтому ее потребности должны быть великодушно удовлетворены. Но в это наиболее важное время она должна избегать в питании и во всем другом всего, что каким-либо образом может подорвать ее физические и душевные силы» [19].

И как понять где золотая середина: когда нужно удовлетворить потребности, а когда проявить будущей матери воздержание?

Тяга к определенным продуктам во время беременности может отражать мудрость вашего организма: многие диетологи, изучавшие этот вопрос, пришли к выводу, что некоторые распространенные желания действительно отражают потребность в определенных питательных веществах во время беременности. Но не стоит полагать, что вся тяга к продуктам во время беременности правильная. Из-за наличия обилия рекламы, многих внешних факторов, наличия ресторанов быстрого питания эта тяга может быть ложно «расшифрована». Ощущение, что жизнь кончится, если вы вечером не получите свою порцию горячего сливочного крема с орехами и фруктами, лежит скорее в области эмоций, чем диктуется потребностями ребенка. Поэтому если желания выходят из-под контроля, нужно проявить бдительность [15].

«Самообладание матери в питании будет оказывать огромное влияние на развитие ее еще не рожденного ребенка на всех уровнях: генетическом, физиологическом и нравственном. Так что мать получает многократную пользу. Влияние на гены: химические вещества, содержащиеся в продуктах питания могут изменять код гистонов и модифицировать генную экспрессию. Влияние на физиологию: благодаря правильным привычкам в еде и питье кровь сохраняется чистой» [16].

той, а кровью и плотью матери созидается естество ребенка и прежде всего его физическое естество. Влияние на нравственность: если мать употребляет возбуждающую пищу — жирную, мясную, приправленную острыми специями или с большим количеством сахара, это незамедлительно отразится на ее эмоциях. Появляется раздражение, сварливость, нетерпение, что влияет на унаследование определенных наклонностей у малыша» [16].

«Многие матери, кормящие своих детей... потворствуют своим пристрастиям в еде. Это приносит серьезный вред грудному ребенку не только потому, что он получает возбуждающие вещества с молоком матери, но и потому, что его кровь портится из-за нездоровой пищи матери, которая лихорадит весь его организм, оказывая влияние на темперамент ребенка» [21].

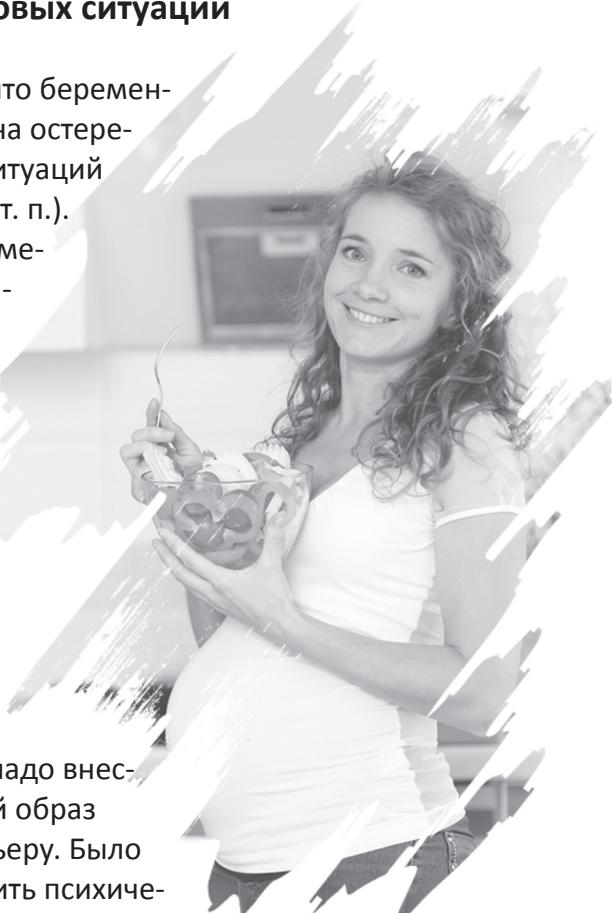
Правильное питание

При всей тяге к определенным продуктам очень важно соблюдение правильного питания во время беременности. Организм нуждается в шести видах веществ. Это белки, углеводы, жиры, витамины, минералы (больше всего кальций и железо) и вода. «Сбалансировать» свое питание во время беременности — это значит попытаться получить эти вещества в нужном соотношении: от 15 до 20 процентов белков, от 50 до 60 процентов углеводов и от 20 до 30 процентов жиров плюс рекомендуемая ежедневная норма витаминов и минералов. Традиционный режим трехразового питания не всегда подходит беременной женщине. Возможно более приемлемым будет пяти-шести разовое питание с меньшими порциями.

Влияние стрессовых ситуаций

Многие думают, что беременная женщина должна остерегаться стрессовых ситуаций (пожаров, аварий и т. п.). В настоящее время медицина подтверждает, что ежедневные, почти незаметные, но непрекращающиеся переживания матери передаются ребенку и оставляют след в его психике. Если работа приносит множество стрессов, то, возможно, надо внести изменения в свой образ жизни и в свою карьеру. Было бы хорошо уменьшить психические и физические нагрузки путем изменения рабочего времени или уменьшения обязанностей. Важно помнить, что вашему ребенку и вашей семье больше всего на свете нужна счастливая и отдохнувшая мама, как до, так и после рождения.

Подумайте о дополнительном сне, возможно немного вздремнув после работы или поспав 15 минут после обеден-



ного перерыва, положив голову на рабочий стол, вы сможете вернуть себе бодрость и силу духа и тела.

Нужно принять разумные меры, чтобы сделать жизнь более спокойной, выделять время на отдых, нужно делать все, чтобы обеспечить своему ребенку наилучший эмоциональный старт. Нужно помнить, что во время беременности все эмоции — положительные и отрицательные — проявляются наиболее сильно. Надо стараться быстро и позитивно справляться со стрессами. Разговаривать с будущим ребенком, петь ему песенки, рассказывать, как вы его любите.

Также для создания положительных эмоций и умиротворения следует ежедневно уделять время для прогулок в парке или на лоне природы. Например, в Японии созданы небольшие красивые «сады созерцания». Обычно в таких местах продумывается специальный пейзаж из деревьев, камней и цветов определенных цветов и сочетания. Беременные женщины проводят здесь по несколько часов в день, просто сидя в спокойствии и тишине, созерцая Божье творение.

Помощь мужа

Новый и по большей части теоретический раздел перинатальной психологии возлагает часть ответственности за развитие личности ребенка и на отца. Хотя эмоциональное состояние отца не может непосредственно влиять на ребенка, оно косвенным образом воздействует на его эмоциональную устойчивость через отношения с матерью. Чувства мужчины к жене и находящемуся в ее утробе ребенку оказывают сильнейшее влияние на чувство безопасности женщины и на ее уверенность в себе. Отец имеет возможность воспитывать ре-

бенка еще до его появления на свет, воздействуя на эмоции матери [15].

«Нужно с большим вниманием отнестись к тому, чтобы сделать окружение матери приятным и радостным... Мужу следует быть приветливым, вежливым, добрым, нежным и особенно внимательным ко всем ее нуждам» [21].

Перед сном важно отвлекаться от повседневных забот, неприятных мыслей, для этого можно вместе с супругом почтать на ночь, поговорить о радостях предстоящего материнства и отцовства. Можно положить вместе ладони на живот и поговорить с еще нерожденным ребенком, благословляя его. Это очень успокаивает и саму супругу, помогает расслабиться и мирно уснуть, а на следующий день проснуться с новыми силами и возможностями приносить счастье окружающим и, соответственно, своему ребенку в утробе.

Влияет ли поведение и самочувствие матери на характер и здоровье плода?

Давно уже не секрет, что большинство черт характера человека формируются на протяжении девяти месяцев, еще до его появления на белый свет. Неоспорим факт, что поведение мамы во многом определяет будущее ее младенца [13]. Малыш удивительным образом ловит настроение матери, подстраиваясь под ее режим и состояние. Если она спокойна, то и плод спокоен. Если она дремлет, то и малыш тоже. Надо всегда помнить о том, что ссоры так сильно влияют на беременную женщину, что это иногда приводит к выкидышам.

Будущие мамы должны быть научены контролировать свои желания и эмоции. Еще до беременности можно научиться

быть сдержанной, спокойной в эмоциональных ситуациях. Девушки, желающие выйти замуж, иметь семью, должны помнить, что семейная жизнь будет всегда касаться и ее будущего положения как матери. А это требует особой подготовительной работы над собой, своими привычками, мыслями, эмоциями и желаниями.

«Многие родители считают, что предродовое влияние непродолжительное, а потому незначительное. Однако Небо по-другому смотрит на это... Благополучие ребенка будет зависеть от привычек матери. Ее склонности и желания должны управляться Божественным принципом. Есть нечто, чего она должна избегать, чему должна противиться, если хочет исполнить Божье намерение, касающееся рождения ее ребенка» [21].

«Та, которая собирается стать матерью, должна хранить себя в любви Божьей. Мир должен наполнять ее ум; она должна покоиться в любви Иисуса, живя по слову Христа. Ей следует помнить, что мать — это соработница Бога» [21].

Передаются ли черты характера матери ребенку?

«Если до рождения ребенка мать потворствовала своим желаниям, если она была эгоистична, раздражительна, требовательна, то эти ее черты отразятся и в характере ребенка. Так многие дети по наследству получают почти непреодолимое влечение ко злу» [21].

«Основа правильного характера будущего человека утверждается в матери прежде рождения ребенка благодаря строгому воздержанию. К этому уроку не стоит относиться с безразли-

чием... Если мать неуклонно придерживается верных принципов, если она воздержанна и имеет дух жертвенности, если она добра, нежна и бескорыстна, то она может передать своему ребенку эти же самые драгоценные свойства характера.

Каждая женщина, которая готовится стать матерью, независимо от обстоятельств должна постоянно сохранять радостное, спокойное расположение духа, зная, что за все свои усилия в этом направлении она будет щедро вознаграждена физическим здоровьем и спокойным уравновешенным характером своего ребенка» [21].

Что делать родителям, когда ребенок становится неуправляемым, упрямым, требовательным и капризным? Появляется острая необходимость в советах старших людей, психологов, нужно искать выход из сложившейся ситуации. Даже вкусы и предпочтения в питании могут передаться ребенку в период беременности.

Часто в своей консультативной практике мне приходилось встречаться с проблемой психического и психологического состояния ребенка, когда мама просто не знает, что делать, потому что он неуправляем. Причину часто находим в психологическом состоянии матери во время беременности или в поведении родителей уже после рождения ребенка. Некоторые ошибки и отклонения в поведении родителей приводят к



Учитесь контролировать свои эмоции, слова, мысли и чувства. С бесконтрольностью вашего поведения вам придется столкнуться позже, когда будет развиваться рожденный ребенок.





Основа правильного характера будущего человека утверждается в матери прежде рождения ребенка благодаря строгому воздержанию. К этому уроку не стоит относиться с безразличием...



таким же нежелательным последствиям и отклонениям в поведении ребенка.

Однозначный вывод могут сделать все будущие мамы: учтесь контролировать свои эмоции, слова, мысли и чувства. С бесконтрольностью вашего поведения вам придется столкнуться позже, когда будет развиваться рожденный ребенок.

Мать может заложить в ребенке самое лучшее, что станет в его жизни крепкой базой для формирования многогранной, сильной и прекрасной личности. Если мы вспомним опыт жизни Анны, то увидим огромное влияние, которое она оказала на жизнь своего сына Самуила. Еще до беременности эта женщина отдала себя в руки Бога и никогда не отступала от Его повелений. Она всей душой любила своего мальчика, еще не родив его. Во время беременности Анна мечтала о том, как будет воспитывать своего сына, как будет учить его молиться, как вечерами будет рассказывать ему удивительные истории своего народа. Женщина радовалась этим минутам заранее, нежно разговаривая со своим растущим любимым сыночком.

«Каким чудесным образом была вознаграждена Анна! Какое поощрение верности таится в ее поступке! Каждой матери даны неоценимые возможности и преимущества. Скромный круг обязанностей, которые женщина считает утомительным бременем, должен рассматриваться как благородный и великий труд» [18].

Итак, мы убедились, насколько велико влияние матери на ребенка, насколько важно ее отношение к своему эмоциональному и духовному состоянию в период беременности.

И как же улучшить состояние плода? Как повлиять на его способности? Все, что делает и о чем беспокоится мать, оказывает огромное влияние на ребенка и на его будущее. Поэтому

всем женщинам, ожидающим ребенка, необходимо помнить простые правила:

1. Ни в коем случае не отвергайте свою беременность как нежелательную. Не допускайте мысли о том, что этот ребенок лишний, нелюбимый и ненужный.
2. Душевное равновесие и связь с Богом, молитвенное радостное состояние матери и отца будут стимулом к развитию огромного потенциала и интеллекта ребенка.
3. Правильное питание матери во время беременности поможет родить здорового ребенка.
4. Пребывание на природе хотя бы два часа в день поможет будущей матери сохранить в гармонии нервную систему.
5. Музыка и пение развивают интеллектуальный потенциал плода, если они освящены Богом и не содержат раздражающих и возбуждающих звуков.

Рождение. Первый год жизни

Наступает момент рождения ребенка. Для него это большое испытание. Ребенок попадает в другой мир, переполненный резкими звуками и ярким светом, его переворачивают, осматривают. До этого он был в состоянии покоя и тишины, слышал сердцебиение матери, которое его успокаивало. Теперь эта связь оборвана. Но без этого испытания, к сожалению, дальнейшая его жизнь невозможна. У ребенка возникает послеродовой стресс, который может снять только тесное общение с матерью, ее сердцебиение и знакомый голос. Поэтому после рождения его необходимо сразу положить на грудь матери хотя бы на 20 минут. Ребенок успокаивается до первого кормления, а стресс проходит. Какое же влияние на мозг ребенка оказывает изоляция от матери на сутки, а иногда и больше? Это очередной удар по его психическому, а иногда и физическому здоровью.

Первое кормление — это первое знакомство с матерью, когда она может помочь ребенку привести иммунную систему в действие. Первая порция молозива — лучшее средство для этой цели. И как много теряют те матери и дети, которые его не используют. Бог все создал совершенным. Поэтому

ребенок должен взять от мамы самое необходимое на этот момент и «включить» свою защитную систему от вирусов и бактерий. Дети, получившие свою порцию молозива, обычно не страдают от аллергии, потому что его особый состав защищает их от аллергических реакций и от многих видов вирусов и бактерий.

Ученые провели интересные исследования явления, возникающего у ребенка через 3–4 часа после рождения. У него появляется способность адаптировать зрение и фокусировать взгляд на расстоянии 40 см от своего лица. Это продолжается несколько часов. Потом эта способность исчезает и снова появляется гораздо позже. Что же должен запечатлеть новорожденный за эти несколько часов? Конечно же, образ кормящей его матери, который остается в его подсознании, и эта связь помогает ему развиваться полноценно и правильно в первый год жизни [4]. Многие мамы рассказывали о том, как они наблюдали первый выразительный, разумный, пристальный взгляд ребенка, всматривающегося в их лица. Это первые шаги по тропинке построения отношения с самым дорогим человеком на свете — мамой!

Что же видят наши родившиеся дети в эти особенные часы, если их сутками не приносят матерям, а иногда и сами матери от них отказываются? Стоит ли удивляться, что сегодня новое поколение не привязано к своим родителям, проявляет жестокость и даже ненависть, не испытывая никакой внутренней связи со своими родными?! [4].

Существует несколько особенностей воспитания ребенка в первый год его жизни. Каждый возраст имеет свои психологические особенности. Слово «потребности» иногда вызывает у нас определенные ассоциации: сон, пеленки, купание, корм-

ление. Да, это потребности, но только физиологические. Существуют и другие потребности — психологические.

Что такое психологическая потребность? Мозг ребенка и его способность мыслить развиваются в несколько этапов. Например, в 2–3 года ребенок имеет выраженную психологическую потребность нравиться маме. И если мама знает об этом, то сможет **на основании этой психологической потребности воспитать у ребенка такие прекрасные черты характера, как аккуратность, чувство долга и ответственность**. Если мама скажет своей маленькой дочке: «Сложи, пожалуйста, аккуратно игрушки (или одежду)», — то ребенок будет готов все сделать только потому, что это нравится маме. Постепенно формируется привычка, которая сопровождает человека всю жизнь. Он всегда будет испытывать комфорт, если все лежит на своих местах и аккуратно сложено. Он будет это делать с удовольствием.

Часто родители хотят научить этому детей старшего возраста, но испытывают постоянные разочарования и недовольство. А все потому, что потребность не была реализована в возрасте 2–3 лет. Многие матери видят проблему своих детей в лени, неаккуратности, неорганизованности, безответственности, но ничего с этим не могут сделать. Почему так получилось? Почему сын вырос таким безответственным и неаккуратным? Поздно обратили на это внимание.

Часто приходится наблюдать такую картину. Зима. Мальчик 6–7 лет прибегает со двора раскрасневшийся, счастливый и торопливо раздевается. Его одежда разлетается по всему коридору: куртка в одну сторону, варежки в другую, шапка на полу. Мама выглядывает из кухни и просит сына: «Что ты делаешь?! Собери одежду и повесь ее на место! Я уже устала постоянно

убирать за вами! Мне это совершенно не нравится!». Мальчик спешно оправдывается: «Мне некогда убирать. А если тебе не нравится, то сама убери!». И мама убирает, поддерживая чистоту и порядок в доме. Почему у сына сформировалась такая привычка? Почему ее так трудно устраниить?

Всем родителям необходимо запомнить основное правило воспитания маленьких детей: привычки и черты характера легче прививаются при наличии потребности. Если родители не знают о такой потребности и не удовлетворяют ее, то делают по дому все сами, а это приводит к разочарованию, неудовлетворенности, недовольству детьми и своей жизнью [4].

ТРИ ПОТРЕБНОСТИ ДЕТЕЙ

В первый год жизни у ребенка есть три основные психологические потребности, которые необходимо обязательно удовлетворить [4]:

I. Потребность в первоначальной связи удовлетворяется в первые шесть месяцев прежде всего между ребенком и матерью, а уже потом между ребенком и отцом. Посредством постоянного общения с матерью и отцом в психике ребенка как бы протаптывается своеобразная тропинка, которая будет иметь огромное значение для его будущей жизни и взаимоотношений.

Но если эта связь не была налажена, то есть потребность в первоначальной связи не была удовлетворена, то этому человеку сложно будет привязаться к какой-либо личности. Такие люди обычно имеют плохие семейные отношения, не верят в человека, не испытывают глубоких чувств, да и вообще не уве-

рены, что такие чувства бывают. Они обычно убеждены, что любви не существует.

Однажды ко мне обратилась пара, прожившая вместе около 25 лет. Их проблема состояла в том, что жена не была в восторге от брака и постоянно упрекала мужа в том, что он ее не любит. Она действительно страдала и не знала, как это донести до супруга. Была выявлена основная причина такого положения вещей: муж вырос в детдоме и никогда не знал материнской ласки. Мужчина был уверен, что любовь — это выдумки фантазеров, романтиков и для счастливой жизни она не нужна. Он не был виноват в том, что случилось в его жизни, но последствия были не в пользу семьи и жены. Плохо то, что семья страдает от этих последствий, дети не могут получить от отца той любви, которая способна сделать их счастливыми. Хорошо, что у нас есть Тот, Кто может научить человека любить людей с их изъянами. Обращаясь к человеку, Господь говорить: *«Любовью вечною Я возлюбил тебя и потому простирая к тебе благоволение»* (Иер. 31:3).

Удовлетворение этой потребности ребенка приносит совершенно другие результаты. В семейной жизни такие люди имеют сильную привязанность к своим родным: к женам, мужьям, родителям, детям. Иногда эта привязанность сохраняется даже после смерти любимого. Уместно вспомнить наших бабушек и дедушек, которые после рождения всегда находились со своими мамами — и в поле, и в доме, и днем, и ночью. Вырастая и создавая свои семьи, они были настолько привязаны к своим супругам, что даже смерть (война или болезнь) не могла нарушить эту связь. Они часто оставались одинокими, всю свою привязанность перенося на детей.

Даже если и были разногласия, то все улаживалось в кругу семьи без малейшего желания или намерения ее разрушить. Привязанность в семьях была огромной, а исток этой связи таился в первой тропинке, протоптанной в первые шесть месяцев первого года жизни ребенка.

II. Потребность в первоначальном доверии удовлетворяется в течение первого года жизни. Созидание доверия происходит при удовлетворении физических нужд ребенка. Если он голоден, его накормят. Если ему неудобно лежать, его перевернут на другую сторону. Если он мокрый, его перепеленают и т. д.

Бывает так, что ребенок кричит или плачет, но никто не берет его на руки. Родственники и знакомые обычно говорят: «Не бери на руки, разбалуешь ребенка! Ничего не случится, он поплачет и перестанет». И действительно, ребенок может поплакать и уснуть. Но вовремя не была удовлетворена его потребность в первоначальном доверии, что его нужды будут удовлетворены. Чем же это грозит ребенку в будущем? В его психике сохраняется глубокий след:

- а) он не будет доверять людям;
- б) он будет немного замкнут;
- в) не проявит желания быть откровенным с окружающими.

Человек с удовлетворенной психологической потребностью в первоначальном доверии:

- а) открыт для беседы;
- б) коммуникабелен;
- в) доверяет и людям, и Богу.

Коммуникабельным людям не нужно напрягаться, чтобы подойти и о чем-то спросить, что-либо предложить или просто поговорить. Они это делают с удовольствием. Также

могут доверить секреты или задать вопросы. Такие люди принадлежать к группе с удовлетворенным первоначальным доверием.

«По своей природе все люди привыкли воспринимать Бога и судить о Нем по тем меркам, с которыми они подходили к своим родителям, и для начала следует разобраться в себе самом. А что помогает нашим детям доверять нам, а в будущем и другим людям? Несколько советов:

- всегда говорите своему ребенку правду;
- выполняйте свои обещания;
- старайтесь быть последовательными при выполнении задуманного;
- будьте по-настоящему полезными для своего ребенка: уважайте его чувства, мнение, помогайте справиться с трудностями, выслушивайте, не унижайте, не дразните, прощая, забывайте проступок;
- пусть ребенок знает, что вы ему доверяете;
- учите ребенка осторожности» [24].

Почему Иисус так любил детей и в беседах с ними упрощал Свои уроки? Он знал особенности детей, знал уровень их восприятия и понимания окружающего мира. Дети видят все вокруг не так, как взрослые. Они воспринимают мир по-своему, для них взрослый — это тот, кому можно верить и у кого искать защиту и понимание. Вот поэтому сегодня психологи советуют родителям научить детей не быть наивно-доверчивыми, чтобы не попасть в беду.

Я запомнила рассказ одной мамы о своей дочери. Мама услышала, что во многих городах участились случаи похищения детей. Похитители вероломно пользовались их доверчивостью. К девочке подошел вполне приличный человек и ска-

зал, что мама просила отвезти ее к бабушке (домой, в детский садик, показать щенков). «А маму нужно слушаться. Она будет рада, если ты выполнишь ее просьбу», — убеждал он. И тут девочка, спокойно глядя в глаза дяде, выпалила: «ПАРОЛЬ?!». Мужчина растерялся: «Какой пароль?». «Ты не знаешь пароля? Значит, ты меня обманываешь! Тебе мама ничего не поручала!». И она начала звать на помощь. Мужчина убежал. Как же была рада мама, когда все уже было позади! Она заранее договорилась с дочерью о пароле, который будет знаком, что мама действительно поручила что-то передать для девочки. Этот случай может стать примером осторожности и мудрости в этом мире зла, чтобы никто не использовал детской доверчивости в злых целях.

Я много путешествую и часто знакомлюсь с людьми в транспорте. Опыт подсказывает, с какими людьми общаться будет легко и просто, а когда беседа не заладится. В таких случаях можно сделать много выводов о том, с кем общаешься. Не забуду встречу в поезде с женщиной по имени Людмила. Она ехала уже несколько часов и сидела в купе одна. Когда я зашла мы поздоровались, познакомились. И до самого конца нашего пути в столицу она все рассказывала и задавала разные вопросы. Искренне поведала о своей боли в личной жизни, о неутешительном состоянии здоровья, о печальном диагнозе «рак горла», о детях и родителях.

Появилась возможность помочь, посоветовать ей, как избавиться от депрессивных мыслей, как придерживаться принципов здорового образа жизни. Я ее спросила, почему она так открыто решила мне все рассказать, даже некоторые семейные тайны. Людмила улыбнулась и сказала, что ее мама доверяла людям, помогала, интересовалась их судьбой. Естественно, ее

мама внимательно относилась к своей дочери, удовлетворяя ее психологическую потребность в доверии. За время путешествия мы стали друзьями и дружим до сих пор. Советы по здоровью Людмила восприняла серьезно и недавно сообщила мне радостную новость: опухоль горла исчезла и она теперь совершенно здоровый человек. Испытывая радость от общения с людьми и удовольствие от того, что мы можем хоть чем-то помочь, мы помогаем облегчить их состояние.

Однако есть и другие люди. У них совершенно иное прошлое. Они замкнуты, неразговорчивы, боятся что-то рассказать, спросить или попросить помочь. Я часто встречаю таких людей, замечаю, как недовольно и осуждающе они реагируют на тех, кто открыт, считая их легкомысленными. Возможно, их поведение было запрограммировано в первый год жизни их родителями. Люди без первоначального доверия с трудом осознают ошибки в своем поведении.

Однако не всегда такая разница в поведении обусловлена только проблемами с первоначальным доверием. Существует много других факторов, влияющих на эту сферу жизни человека.

III. Потребность в первоначальной любви не имеет границ. Эта привязанность основывается на нежных прикосновениях, поглаживаниях, объятиях и поцелуях, добрых словах, в которых нуждается ребенок. Для нормального психического здоровья маленьких детей эта любовь имеет огромное значение. Недолюбленные дети могут в дальнейшем проявлять не совсем нормальное отношение к сексуальной жизни в браке. Это могут быть или фригидные, равнодушные, холодные партнеры, или, наоборот, проявляющие повышенный интерес к интимной стороне жизни. Эти последствия начнут проявляться

в подростковом и более зрелом возрасте: не совсем нормальный, болезненный интерес к оголенному женскому телу, подглядывание, зацикливание на сексуальных действиях и т. д. Недаром сексуальные извращенцы и маньяки обычно выходцы из неблагополучных семей или выросшие без родителей, без объятий, без любви.

Дети с удовлетворенной потребностью в первоначальной любви, как правило, имеют нормальное отношение к интимной стороне жизни, являются чуткими и нежными супругами, желающими больше давать, чем брать.

Неудовлетворенные психологические потребности ребенка вляют за собой:

1. Комплекс неполноценности.
2. Слабый иммунитет.
3. Последствия послеродового стресса.
4. Отсутствие привязанности к определенной личности.
5. Неверие в людей.
6. Неверие в глубокое чувство.
7. Не очень хорошие семейные отношения.
8. Скрытность, замкнутость.
9. Некоммуникабельность.
10. Недоверие к людям и Богу.
11. Замедленное психическое развитие.
12. Повышенный интерес к сексуальной жизни или наоборот, его нивелирование.

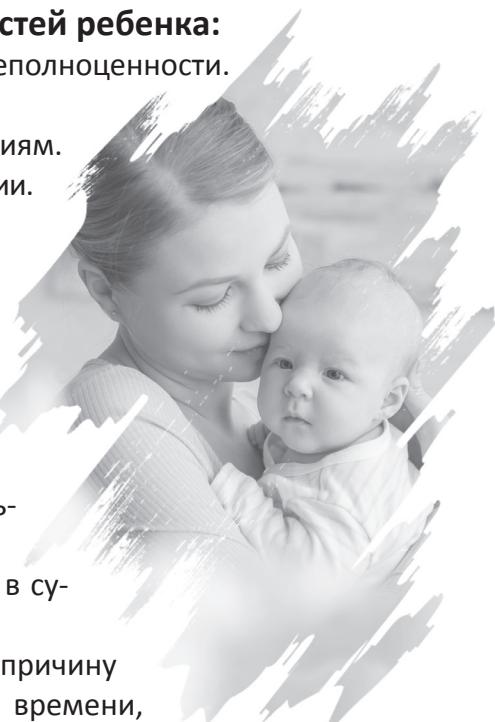
Необязательно все эти особенности проявятся в жизни одного человека. Но достаточно одной или двух-трех, чтобы человеку было некомфортно и сложно в кругу семьи или друзей.

При удовлетворении психологических потребностей ребенка:

1. Отсутствие комплекса неполноценности.
2. Сильный иммунитет.
3. Нет склонности к аллергиям.
4. Нет склонности к депрессии.
5. Хороший семьянин.
6. Крепкие связи в браке.
7. Вера в глубокое чувство.
8. Коммуникабельность.
9. Доверие к людям и Богу.
10. Нормальное психическое развитие.
11. Высокие интеллектуальные способности.
12. Чуткость и понимание в супружеской жизни.

«Если выявить истинную причину многих преступлений этого времени, то окажется, что она кроется в невежестве отцов и матерей, которые проявляют безразличие. Здоровье и жизнь приносятся в жертву этому жалкому невежеству. Родители, если вы не можете дать своим детям то воспитание, которое Бог обязал вас дать им посредством наставления и примеров, то вы должны будете ответить перед Богом за последствия. Эти последствия унаследуют не только дети. Они будут передаваться из поколения в поколение» [21].

«Что же делать? — спрашивают многие отцы и матери, с горечью наблюдающие картину гибели своих детей. — Неужели нет выхода?»



Выход есть! Господь не оставляет Своих детей. Он ободряет родителей Своим обещанием помочь им хотя бы частично исправить упущения в воспитании детей. Только с помощью Бога и Духа Святого мы можем добиться положительных результатов в спасении детей.

Психологи доказали, что **потребность в любви** — это одна из фундаментальных психологических потребностей человека. Эта потребность удовлетворяется тогда, когда вы говорите ребенку, что вы его любите, что он хороший, что он вам дорог, нужен, важен. Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, в словах: «Как хорошо, что ты у меня есть», «Я рада тебя видеть», «Ты мне нравишься», «Я люблю, когда ты дома».

Вирджиния Сатир, известный семейный терапевт, рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день! И не только ребенку, но и взрослому.

«Рассмотрим такие простые и бесконечно важные знаки любви к нашим детям:

- отзывчивость к нуждам своего ребенка;
- приятный взгляд и добрые слова, которые мы можем выражать в ласкательных именах, словах одобрения и искренней похвалы, в словах признания значимости, при этом всегда тон голоса должен быть мягким и спокойным;
- совместное времяпровождение: радостное и «качество», с вниманием относится к тому, что говорит ребенок (отложите дела в сторону, приветливо посмотрите в глаза и проявляйте заинтересованность);

- нежные прикосновения — наилучшие невербальные знаки любви и принятия, поэтому не бойтесь носить как можно больше свое дитя на руках! Будьте щедры на объятия и поцелуи как девочек, так и мальчиков» [16].

«Родители должны всецело полагаться на силу Христа, чтобы исправить порочные наклонности, которые передались их детям. Будьте терпеливы, отцы и матери. Часто ваша прошлая нерадивость осложняет воспитание ваших детей. Но Бог даст вам силы, если вы будете полагаться на Него. Поступайте мудро и осторожно со своими детьми» [21].

Пока ребенок лежит поперек кровати, уделяйте время его физическому развитию: делайте зарядку, массаж спинки, животика, ручек, ножек, купайте и закаляйте малыша, гуляйте с ним при любой погоде каждый день. Даже такие маленькие дети уже начинают проявлять свой характер, свои желания, и они часто не совпадают с задачами и желаниями мамы или папы. В таком случае просто направляйте его, отвлекайте от опасного места или действия. В первый год жизни это удается сделать легко.



Второй год жизни

Существует один общий принцип, без соблюдения которого все попытки наладить отношения даже с маленьким ребенком обречены на провал. Этот принцип — **безусловное принятие**. Что это означает? Безусловно принимать ребенка — значит любить его не за то, что он красивый, милый, умный, способный, помощник, а просто так, за то, что он есть! Нередко родители говорят ребенку: «Если ты будешь хорошим, то я буду тебя любить». Или: «Не жди от меня ничего хорошего, пока не перестанешь... (лениться, грубить и т. д.)». Условное оценочное отношение к человеку вообще характерно для нашей культуры. Такое отношение внедряется и в сознание детей.

Причина широко бытующего оценочного отношения к детям кроется в твердой вере, что награды и наказания — это главные воспитательные средства. Мы сегодня видим другую закономерность: чем больше ребенка ругают, тем хуже он себя ведет [22].

Конечно, ребенку знаки безусловного принятия особенно нужны, как пища растущему организму. Они его наполняют эмоционально, помогая психологически развиваться. Если же он не получает таких знаков, то появляются эмоциональные проблемы, отклонения в поведении, а то и нервно-психиче-

ские заболевания. Мама одной маленькой девочки как-то обратилась к врачу из-за возникновения у дочери симптомов невроза. У нее появился тик, губы и глаза постоянно дергались, мешая девочке читать, внимательно смотреть, рисовать. В разговоре выяснилось, что недавно дочь спросила маму: «У вас еще, кроме меня, были какие-то неприятности?». Можно себе представить, сколько раз эта девочка слышала в свой адрес поток агрессивных, неприятных слов, обвиняющих ее в том, что она «плохая», «не такая», «надоела», «сущее наказание» и т. д. И в результате все пережитое воплотилось в ее неврозе [2].

Доводы родителей о том, что «я хочу для тебя добра, хочу, чтобы тебе было хорошо», дети не слышат. Они буквально воспринимают любую фразу, сказанную с недовольством или раздражением. Эмоции только усиливают для них значение слов. Один мальчик буквально воспринял сказанное мамой: «Исчезни!». Он не знал, как это сделать, поэтому залез в ведро, которое стояло на самом краю колодца, и спрыгнул вниз. Колодец был довольно глубоким и стал бы могилой для мальши. Но, к счастью, по улице шла соседка и услышала шум разматывающейся цепи у колодца. Заглянув через забор, она хотела поздороваться со своей соседкой, но у колодца никого не было! Женщина вбежала во двор и позвала на помощь мать мальчика. Вместе они дрожащими руками вытащили ведро и мокрого мальчишку. Срывающимся голосом он проговорил: «Мама, я не смог исчезнуть...».

Дети понимают все буквально! Они искренни в своих чувствах и считают правдивой любую фразу, сказанную взрослым. Чем чаще родители злятся на ребенка, одергивают, критикуют его, тем быстрее он приходит к выводу: «Меня не любят». Для

него тон важнее слов, и если он резкий, сердитый или строгий, то вывод всегда однозначный: «Меня не любят, не принимают» [22].

Ребенок встал на ножки и пошел, иногда побежал, а некоторые продолжают ползать, увеличивая при этом скорость. В этот период родители считают главными своими заданиями кормление, сон, прогулки, одежду, безопасность. Но важен еще один аспект воспитания: **САМООЦЕНКА!** Почему так рано? Что малыш в этом понимает? Вот в этом и состоит задача родителей: развивать правильное понимание ребенка о мире, окружающем нас, и о себе. Некоторые родители допускают в своей великой любви к ребенку ошибки, имеющие не очень хорошие последствия.

Чрезмерная опека

Гиперопека — самая распространенная ошибка в этот ранний период развития. Поведение и отношение матерей можно объяснить беспокойством о жизни, здоровье и благополучии ребенка. Но все же мамам нужно помнить, что, опекая малыша на каждом шагу, предупреждая каждое его падение, они влияют на его самооценку. Привыкая к тому, что за него решают, постоянно на страже его интересов стоит защитник — мама или папа, вырастает человек, зависимый от этой помощи. Убеждение, что ему **ДОЛЖНЫ** помогать всегда и во всем, делает человека неуверенными в себе. Он страдает от заниженной самооценки и ощущает свою неполноценность [2].

Все дети, когда начинают ползать, пытаются добраться до любой дверцы, которую можно открыть. Реакция родителей

почти всегда одинакова: отнести малыша подальше, дверцу закрыть, заклеить, закрепить, чтобы не открывалась. Однако для развития ребенка следует разрешить ему познавать новый для него мир. Дети любят разбрасывать то, что попадет под руку. В такие моменты дети активно развиваются, испытывая прилив эндорфинов. Разрешите им это делать, убрав все опасные предметы, которыми можно пораниться. Если ребенок хочет открыть запрещенную дверцу, мягко скажите: «Нет, нельзя», — и направьте его к той дверце, где открывать можно. На каждое слово «нельзя» нужно произносить два-три «можно», «молодец». Уже с самого раннего детства ребенок должен понимать, что можно, а чего нельзя. Кричать при этом не нужно, интонация должна быть спокойной. Если ребенок привыкает к тому, что ему разрешено открывать именно эту дверцу, он применяет предметы, находящиеся за ней, по своему усмотрению, выгружает из полок все, что может, передвигает, стучит, рассматривает. Он развивается!

Я часто с удовольствием наблюдала, как мои маленькие внутри деревянной ложкой гоняют по полу небольшие кастрюльки или алюминиевые кружки. Это напоминало хоккей. При этом детям нужно было держаться на ногах, ведь они только учились ходить.

Этот период длится приблизительно год. А дальше можно начинать учить собирать предметы на место. Разговаривайте с малышом и не забывайте его хвалить за каждое правильное движение или действие. Вскоре он привыкнет не только разбрасывать с удовольствием, но и класть все на место. Этот процесс все время усложняется, удлиняется, совершенствуется.

Еще несколько вариантов неправильного воспитания:

Гипоопека — явно недостаточное внимание со стороны родителей: ребенок большую часть времени предоставлен самому себе, его воспитанием занимаются от случая к случаю, он беспризорен.

«Кумир семьи» — ребенка «любят», исполняют все его капризы, оправдывают все его поступки, захваивают, не приучают к трудовой жизни.

«Золушка» — ребенок лишен ласки и внимания со стороны старших, над ним издеваются, избивают, противопоставляют другим детям.

ФОРМИРОВАНИЕ ПРАВИЛЬНОГО САМОСОЗНАНИЯ

Именно в этом раннем возрасте родители могут продолжать развивать у ребенка адекватную самооценку. Без этого наши дети не только будут обречены на жалкое существование, но и не смогут в полной мере раскрыть потенциал, заложенный в них Богом. Многим кажется, что второй год жизни — это слишком рано для формирования самооценки, но это не так. Пришло время выполнить важную родительскую задачу — проанализировать свою самооценку и правильно развивать ее у детей.

В первые годы жизни у детей нет силы что-то делать; они часто бывают неуклюжи, потому что нет необходимых навыков, и они это чувствуют. Если дети часто слышат слова: «Ты маленький; не сможешь; не трогай; разобьешь», — то развитие самосознания пойдет по неверному пути. Появляются низкая самооценка, комплекс неполноценности, неуверенность в себе [5].

Самосознание ребенка зависит от реакции родителей на каждое его действие, на каждый новый шаг в освоении мира. Если мама видит, что ребенок хочет что-либо сделать и у него не получается, ей необходимо помочь ему в этом. Мамы, спеша сделать свои дела на кухне, часто не видят этих маленьких шагов в развитии их детей. Они намерены срочно выполнить свои задания, а потом «врываются» в маленький мир малыша и выхватывают его оттуда, одевают, сажают в коляску и везут куда-нибудь. И все быстро, быстро, быстро...

Дети всегда чувствуют, когда мама спешит, беспокоится или возбуждена. И в такие минуты они напрягаются, начинают капризничать, и их трудно успокоить.

На одной из консультаций мама пожаловалась, что ее мальчик, которому один год и шесть месяцев, бьет бабушку по лицу. Вообще-то ребенок больше никого не бил и в доме было спокойно, без крика. Папа и мама утром убегали на работу, а малыш оставался с бабушкой, которую любил и охотно с ней играл. «Что с ним случилось?» — спрашивала обеспокоенная мама.

А случилось вот что: каждое утро мальчик переживал стресс — уход мамы из дома. Дети такого возраста не понимают, что мама скоро придет. Ребенок знает одно: мама исчезла. Этот стресс накапливался в сознании мальчика некоторое время, пока он не увидел причины своего несчастья: виновата ба-



Пришло время выполнить важную родительскую задачу — проанализировать свою самооценку и правильно развивать ее у детей.



бушка, которая с ним осталась! Как только приходила бабушка, мама исчезала! Ребенок живет в режиме «здесь и сейчас». Если безопасный мир в лице мамы исчез, значит это навсегда. Отсюда у детей крики, истерики, слезы и протесты. Минимум до трех лет детям необходимо мамино присутствие с любовью и покоем.

Эмоциональные реакции у детей часто проявляются в зависимости от атмосферы в доме. Там, где взрослые говорят на повышенных тонах, спорят, дети обычно эмоционально возбуждены и нервны. Они часто устраивают истерики, упрямые, капризны и требовательны. Поэтому разговаривайте при детях спокойно и тихо, о чем бы вы ни говорили и как бы вам ни хотелось высказаться громко, сдерживайте свои порывы. Когда в доме начинался громкий разговор, мой папа всегда говорил: «На октаву ниже-е-е!» И все понимали: рядом дети, нервную систему которых нужно беречь.

ЗАКЛАДЫВАЕМ ФУНДАМЕНТ ЛИЧНОСТИ

«Неужели так рано нужно начинать эту работу? Они же еще совсем маленькие!» — удивилась мама, когда мы начали разговор о личности, которая уже многому должна быть научена. А маленькой личности в той семье было два года и три месяца. Что по этому поводу говорит Дух пророчества? «Родители начинают воспитывать детей слишком поздно. Они не подавляют первую вспышку недовольства и строптивости, и дети растут упрямыми. Вам нужно преподавать вашим детям первый урок достойного поведения, когда вы носите их на руках. Для этого родителям нужно в совершенстве владеть собой и мягко, но в

то же время решительно склонять волю ребенка в нужную сторону» [17]. Если есть желание правильно воспитать ребенка, то самым первым шагом в этой работе должен быть определенный ПЛАН. Это означает, что папа и мама четко представляют, что они хотят от ребенка, какими должны быть действия или поведение малыша. Обычно родители сразу отвечают на вопрос: «Каким вы хотите видеть своего ребенка в будущем?». Конечно, послушным, добрым, честным, аккуратным и т. д. Это хорошо, но только это список желаний родителей, а не план достижения. Поставленная цель облегчит ее достижение, а ответственные действия помогут пройти весь путь [23].

Без четко поставленной цели мы потеряем ориентиры и ничего не достигнем. Это довольно распространенная ошибка родителей. Вот несколько важных пунктов при достижении целей в воспитании детей.

1. Уважение и наказание

Даже если ребенку один или два года, он уже является личностью, нуждающейся в уважении. «Родители не должны пренебрегать ни одной обязанностью по отношению к детям, стремясь принести им настоящую пользу и благо. Детей нужно воспитывать таким образом, чтобы они стали благословением для общества» [17].

Мы часто надеемся на садики, церковь, пасторов, кружки, бабушек и дедушек. Нам кажется, что без их помощи мы ничего не сможем сделать со своими детьми. Но на самом деле Бог уже давно предоставил нам план воспитательной работы. «Воспитание ребенка должно начинаться в семье. Это его начальная школа. Здесь он должен научиться у своих родителей,

исполняющих роль наставников, урокам, которые поведут его по жизни, урокам уважения, послушания, благоговения и самообладания... На всех родителях покоится обязанность развивать детей физически, умственно и духовно. Целью каждого родителя должно быть формирование у ребенка уравновешенного, гармоничного характера. Это большая и очень важная работа, требующая глубокого размышления, молитв, а также терпения и настойчивых усилий. В ходе ее необходимо заложить правильное основание, воздвигнуть крепкий и прочный каркас. Каждый день должна совершаться работа созидания и совершенствования» [17].

Родители часто задают вопрос о том, **можно ли и нужно ли наказывать детей такого возраста?** Изучая библейские советы относительно поведения маленьких детей, родители понимают, что необходимо как-то реагировать на поступки детей. Но в то же время жалко их наказывать, ведь они такие маленькие. Возникает противоречие между словами «любовь» и «наказание». Для родителей это несовместимые понятия, которые не могут объединиться. Вот правила, которые помогут родителям сделать выводы для своих правильных реакций:

1. Никогда не кричите на детей, что бы они ни сделали.

А ведь первая реакция взрослого, если он увидел что-то разбитое, рассыпанное, исписанное, разлитое и т. д., — это крик! Нам кажется, что громкий голос поможет внушить, что ребенок сделал плохо и будет наказан. Но это не так. Первая реакция малыша на громкий голос, внезапное восклицание или крик — страх. А это очень сильная эмоция, способная заблокировать восприятие любой информации и всех дальнейших требований [5]. Ребенок может смотреть на вас, не понимая, что вы ему

говорите. Не думайте, что ребенок воспринимает громко произнесенные слова так же, как взрослые. Необходимая привычка для всех родителей — в любой ситуации говорить спокойно. Иногда мамы признаются, что для них это большая проблема, которую им сложно решить. Я вспоминаю, что, будучи молодой мамой, тоже переживала моменты, когда сын делал что-то не так, как нужно. И я, как все мамы, повышала голос, чтобы остановить своего маленького проказника. Но получилось так, что он, трехлетний мальчик, остановил меня однажды своим спокойным голосом: «Мама, говори со мной по-человечески». Это был хороший урок.

- 2. Наказание — это необязательно физическое избиение.** Слово «наказание» в Библии означает «обучение» или «терпеливое постоянное разъяснение». Иногда под воздействием разбушевавшихся эмоций взрослые считают своим долгом наказать ребенка за проступок. А что в этом такого?! Ведь нас родители тоже так воспитывали! Это еще одно доказательство, что модель отношений и наказаний, заложенная родителями, живет в памяти детей очень долго и передается по наследству. Она автоматически сработает через десятки лет в собственной семье. Однако лучше работает справедливая и уважительная модель. Если вы предупредили ребенка, что именно этого делать нельзя, и пообещали наказать, если он это еще раз сделает, тогда можете выполнять свое обещание. Но, прежде чем обещать, подумайте над тем, что вы сделаете, если ребенок повторит то, что ему было запрещено. Ведь ваше «наказание» может обернуться серьезными последствиями для здоровья ребенка.

- 3. Ограничение — еще один вид воздействия наряду с наказанием.** Если ребенку два года, то ограничение для него — это невозможность приблизиться к опасному предмету или месту. Он должен быть в этот момент под вашим надзором. Дети немного постарше должны выслушать, глядя вам в глаза, все аргументы, почему нельзя, и повторить их, отвечая на ваши вопросы.
- 4. Ребенок снова делает то, за что был наказан.** Как поступить? Часто родители называют это упрямством, умственной отсталостью. Но это не так. Маленькие дети обладают короткой памятью, и они могут фиксировать внимание на чем-либо в течение непродолжительного времени. Если то или иное действие либо предмет их очень интересует, то их внимание приковано к нему, а ваших слов они не слышат. Родители должны знать характерные особенности данного возраста и то, что «могенно» и «нельзя» необходимо повторить бесчисленное количество раз, пока ребенок научится это понимать. В чем действительно нуждается нашаливший малыш, так это в вашем спокойствии [5].
- 5. Как приучить ребенка к горшку?** Это еще одна трудность в жизни родителей. Почему именно здесь я упоминаю эту проблему? Часто родители используют наказание как способ решения этой проблемы. Но этот метод только ухудшает положение. Страх в этом случае не является хорошим учителем. Будет только хуже. Применяйте поощрение и ни в коем случае не наказание. Когда и как это нужно делать? Способность нервной системы сигнализировать о позывах окончательно сформируется только к восемнадцати месяцам, а иногда только к трем годам.

Приучать ребенка к туалету до того, как его организм будет готов к этому, — значит способствовать появлению негативных эмоций как у родителей, так и у ребенка. И, возможно, это приведет к возникновению психологических проблем [11].

2. Маленькая личность и ее контакты с другими детьми

С двухлетнего возраста ребенок должен начинать развивать отношения с другими детьми. Если у него сложились доверительные и доброжелательные отношения с родителями, то ему легче будет проявить себя и самоутвердиться в отношениях с другими детьми. Хотя, может быть, и не все получится с первого раза. С помощью родителей и при их поддержке начнут формироваться навыки общения. Чему должен учиться ребенок в группе такого возраста? Одно из важнейших качеств общения — умение делиться и участвовать в совместной деятельности. А как этому научиться без друзей? Это совсем не означает, что ребенок весь день должен находиться в каком-нибудь детском учреждении, ведь для большинства детей это лишняя нагрузка. Но час или два в неделю, проведенные в обществе других детей, полезны для ребенка.

Однажды ко мне на консультацию привели мальчика шести лет, который пошел в школу и чувствовал себя там очень неуютно, плакал на всех уроках и в напряжении ожидал маму. После разговора с родителями выяснилось, что у мальчика не было опыта общения с другими детьми, так как они жили за городом, к ним никто не приезжал, а они ездили только

в магазины. Он посещал церковь, но это было только один раз в неделю и только в группе взрослых людей. Естественно, что комната, полная детей, кричащих бегающих и прыгающих на переменах, пугала мальчика. Нужно было начинать привыкать мальчика к людям, к группе, помогать адаптироваться в обществе сверстников. Мы составили адаптационный план посещения школы, и в течение трех месяцев ребенок привык и понял, что в этой многоголосой среде для него нет угрозы. А было бы намного лучше, если бы эти навыки он приобрел вместе с умением ходить. В многодетных семьях таких проблем не возникает, там всегда шумно, весело и все друг другу помогают.

Интересно наблюдать, как ребенок разговаривает, на что обращает внимание, за его интонациями, словами, выражениями, ведь это — отражение поведения родителей! Из этого можно сделать много полезных выводов.

Как-то раз мне нужно было посетить одну семью, где была девочка трех лет. Мы с мамой беседовали, а девочка играла с куклами. Игрушек было много, маленькая хозяйка наводила порядок в «своем доме». В центре были помещены кукла-девочка и кукла-мальчик. Как я потом поняла, это были мама и папа, а рядом располагалась кроватка с пупсиком — их ребенком. Меня очень заинтересовал воображаемый диалог между «папой» и «мамой».

«Саша, пойди в магазин и купи хлеба».

«Я не пойду, сама иди, не велика царевна, не развалишься. Я смотрю телевизор!»

(Сердито) «Если ты не пойдешь, я не буду варить обед!»

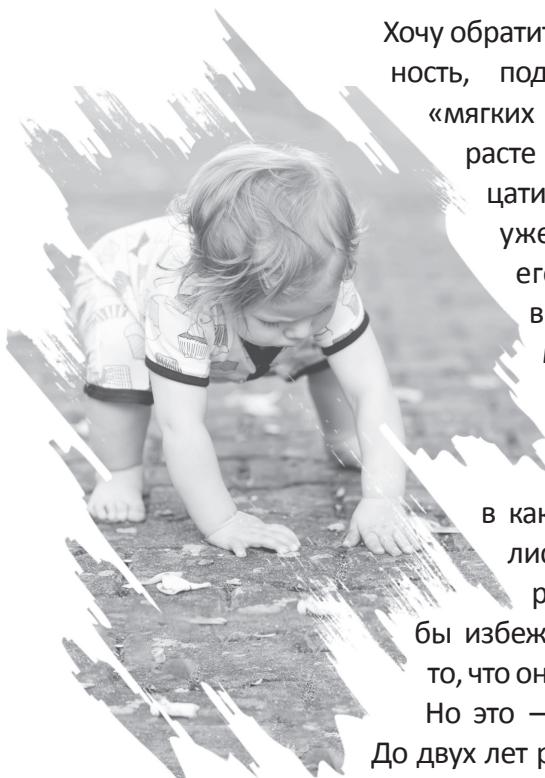
(Медленно растягивая слова) «Если ты не сваришь обед, я пойду кушать в ресторан, а вы умрете здесь!»

Далее возникла пауза. Девочка бросилась к маме и спросила ее тихо: «Мама, а ты потом куда послала папу, я забыла...». Мама покраснела и начала убеждать дочку играть в другую игру. Это было точное воспроизведение вчерашнего разговора родителей.

Понаблюдайте, как ваши дети играют в дочки-матери. Это довольно показательно, как они воспринимают все, происходящее в семье. Многие детские психиатры поступают так же, называя это игровой терапией. Она помогает проанализировать процессы, происходящие в семье, и выявить причины проблем у детей. Это необходимо для того, чтобы родители сами увидели свои проблемы отношений в семье и исправили или поведение ребенка, или свое.

3. «Мягкая фланель» или «проводка»?

Много лет назад супруги Гарри и Маргарет Харлоу провели интересное исследование важности проявления привязанности. Группу молодых обезьян разлучили с их матерями и предложили им сделать выбор между двумя эрзац-матерями. Одна из «матерей» была сделана из проволоки, к которой была прикреплена детская бутылочка, постоянно наполненная молоком. Другая «мать» была сшита из мягкой фланелевой ткани, но без бутылочки. Обезьянки пили молоко из бутылочки у «проводочной мамы», но в случае опасности всегда убегали к мягкой «фланелевой маме». Нежное прикосновение и постоянная забота с любовью чрезвычайно важны не только для маленьких обезьян. Ваши дети необычайно нуждаются именно в этом. Будьте мамой из «мягкой фланели», а не «из проволоки» [11].



Хочу обратить ваше внимание на опасность, подстерегающую некоторых «мягких фланелевых мам». В возрасте приблизительно пятнадцати месяцев, когда ребенок уже умеет ходить, многие его желания легко удовлетворяются. Избалованные малыши будут ожидать от окружающего мира выполнения всех своих желаний в той степени, в какой эти желания исполнялись родителями. Ведь если ребенок капризничает, чтобы избежать истерики, нужно дать то, что он просит. Он же маленький! Но это — неправильное решение. До двух лет ребенок, познавая мир вокруг себя, может интересоваться многими предметами, которые не должны попадать в его руки. Но в этом возрасте его легко отвлечь! Стоит вам развернуть его в другую сторону и отвлечь ярким цветом, словом или звуком, и он успокаивается, заинтересовавшись новым явлением. И этим нужно часто пользоваться, когда что-то происходит не так, как нужно.

Излишняя опека и вседозволенность в процессе общения могут привести к тому, что ребенок вырастет проблемной личностью. А в худшем случае — возможны проявления различных форм психопатии. Такой ребенок всегда будет ожидать,

что ему все должны принести, отдать и исполнить любое его желание. А приложить какое-либо усилие от него не требуетсѧ! Как много я видела родителей, у которых «на шее» сидят такие тридцатилетние «царьки», ожидающие от них постоянных подачек [11].

Период первых шагов — важный этап в развитии личности ребенка, когда у него закладываются основы самооценки и уверенности в себе. Властная, слишком требовательная мать, постоянно опекающая своего ребенка, сформирует у него заниженную самооценку, а также лишит его чувства собственного достоинства и инициативности. Если ребенок постоянно чувствует, что он не оправдывает родительских ожиданий, то у него появляется ощущение никчемности. Обычно эти проблемы появляются в той семье, где никогда не хвалят детей за хорошо сделанную работу или выполненное поручение. Об этом родители забывают или не считают нужным это делать. Но если у детей что-либо не получилось, разбилось, потерялось, то в доме слышен крик родителей. Обычно так ведут себя те мама и папа, которых никогда в детстве не хвалили и не поддерживали их родители.

4. Симпатичное слово «нет!»

Только начиная развивать свою речь, выговаривая первые слова, ребенок вдруг обнаруживает, что он тоже может говорить слово «нет!». И оно следует сразу после простых первых слов «папа» и «мама». Это начало открытого неповиновения, когда ребенок испытывает на прочность родительскую власть. Он хочет знать, кто в доме главный, и родители должны дать ему ответ.

Период первых шагов малыша — испытание для родителей, так как в это время он проявляет особое внимание к тем вещам, относительно которых ему постоянно говорят «нет», «нельзя». Почему бы и ему не попробовать произносить это короткое слово, которое на всех языках мира произносится легко и просто?! Чтобы не произносить постоянно слова «нет» маленькому ребенку, лучше вовремя убрать его из опасной обстановки и отвлечь, что легко удается в раннем возрасте. После удаления всех потенциально опасных для него предметов малышу все же нужно дать возможность познавать мир. В течение первых пятнадцати месяцев его жизни родители должны предоставить малышу как можно большую свободу действий. Но делать это нужно осторожно и под контролем. В последующие двадцать месяцев (период первых шагов) необходимо научить детей **уважать установленные рамки** и не идти на поводу их скоропалительных желаний. Только упорное неповиновение может служить причиной для наказания или ограничения [5].

Однажды я наблюдала интересную картину общения папы и его полуторагодовалой дочери. Она постоянно куда-то убегала, и папа не мог сразу сориентироваться, где находится дочь, потому что выполнял два задания: что-то писал и по просьбе жены занимался своей дочерью. Папе пришла идея создать видимую границу для малышки. Он взял мел и провел на полу четкую линию. Папа объяснил девочке, что проходить эту границу НЕЛЬЗЯ! Мне было очень интересно, что сделает ребенок. Девочка осторожно преодолела дозволенное пространство и приблизилась к запрещающей меловой линии. Остановившись возле нее, она хитро посмотрела на папу и начала продвигать ножку в сторону линии. Папа строго

посмотрел на дочку и погрозил пальчиком. Девочка отодвинула ногу от линии и снова посмотрела на папу. Так продолжалось несколько раз. Папа, не отвлекаясь, участвовал в этом «соревновании». Кто кого?! Противостояние длилось минут пять, пока девочка не убедилась, что разрешения не поступит. Она медленно отошла от линии и больше к ней не приближалась. Психологи согласны с мнением, что дети, если их во время и с любовью останавливают, вполне лояльно воспринимают ограничения. Они уважают границы! У них появляется необходимое ощущение **БЕЗОПАСНОСТИ**. Только нужно правильно эти границы выстраивать и вести себя последовательно и разумно.

Проблемы, связанные с границами, появляются у людей не во взрослой жизни. Люди усваивают определенные привычки еще в детстве и автоматически переносят их во взрослую жизнь. Проблемы взрослых людей, возникшие по этой причине, довольно серьезные и распространенные:

- Неспособность сказать «нет» людям, которые могут легко обидеть, оскорбить или унизить.
- Неумение принимать отказы от других и уважать установленные ими рамки.
- Неспособность ради достижения определенных целей и задач превозмочь в себе желание потакать собственным прихотям.
- Подчинение безответственным людям, способным обидеть другого человека.
- Неумение и нежелание взять на себя ответственность за жизнь другого.
- Неумение сближаться и налаживать близкие отношения с другими людьми.

- Могут легко оказаться объектом манипулирования.
- Неспособность отстаивать свое мнение и конструктивно разрешать возникающие конфликты.
- Склонность играть роль жертвы, вместо того чтобы ставить перед собой конкретные цели и ощущать себя хозяином своей жизни.
- Подверженность вредным привычкам и навязчивым состояниям.
- Неорганизованность и неумение довести начатое дело до конца.

Наверное, никто не планирует воспитать такого сына или дочь, но все же последствия влияния родителей показательны. Довольно много взрослых людей страдают заниженной самооценкой, а корни этого психологического состояния уходят в раннее детство.

Если в детстве у ребенка не сложилось четкого представления о том, где проходят его границы и за что он несет ответственность, а также о границах и ответственности других, у него не разовьется умение владеть собой, без которого он не сможет быть счастливым. Расплывчатое представление о допустимых границах приведет к тому, что такой человек станет требовать полного подчинения и совершенно не будет контролировать себя.

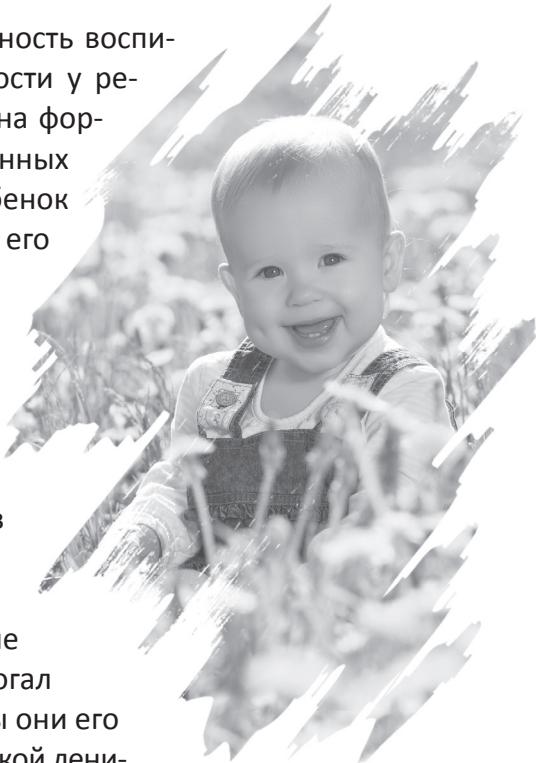
Дети часто не хотят согласовывать свои действия с требованиями мамы и папы. Они желают, чтобы родители изменили свои требования в угоду им. Дети не рождаются с пониманием границ. Они их усваивают в процессе воспитания благодаря общению и дисциплине.

Дети достигают того уровня зрелости, на который их выводят родители. Недостаточная зрелость и ответственность самих

родителей и их неспособность воспитать чувство ответственности у ребенка — основная причина формирования безответственных взрослых личностей. Ребенок вырастает таким, каким его воспитывают.

В одной семье была большая проблема из-за поведения сына, которому было уже 10 лет. Мальчик ничего не хотел делать дома: ни убирать в своей комнате, ни мыть после себя посуду, а уж об уборке в доме и речь не шла! Сын никогда не помогал ни матери, ни отцу, как бы они его ни просили. «Почему он такой ленивый? — спрашивала женщина, делившаяся своей проблемой. — Мы с мужем всегда работаем и в доме, и на даче, и на производстве у нас все кипит в руках. Откуда у сына такая лень?»

Как много матерей с такими же проблемами обращаются за помощью, желая изменить ситуацию в доме! Я попросила эту женщину провести консультирование у них дома, чтобы увидеть, как организовываются семейные часы общения. Во время беседы выяснились причины неприятных последствий. Как вы уже, наверное, догадались, трудолюбивые родители с удовольствием освобождали сына от работы, если он им объяснял, что много уроков, не очень хорошо себя чувствует,



голова болит и т. д. С самого маленького возраста мальчик видел кружящихся вокруг него родителей, беспокоящихся о его самочувствии. Мама убирала в его комнате и ожидала благодарности от сына, но этого не последовало. Папа покупал подарки, чтобы мальчик почувствовал, что его любят, и хотя бы обнял отца. Но этого тоже не происходило. Так мальчишка жил всегда! Он к этому привык, ему было комфортно. Черту характера, которая так не нравилась родителям, они сами

же и воспитали. Парень не чувствовал ответственности. Последней каплей в терпении мамы был отказ убрать за собой тарелку. Мальчишка произнес надменным голосом: «Тебе надо, ты и уберешь!». Вот и проявилась черта характера,

которая уже просто испугала родителей. Любое дело в доме теперь сопровождалось этими словами. А зачем что-то делать?! Родителям надо — пусть делают. Не только лень была проблемой. Обнаружились незрелость, безответственность, упрямство, бес tactность, неуважение и неблагодарность. А это уже очень тяжелый случай. Неправильное поведение родителей привело к формированию черт характера, с которыми человеку придется жить в обществе. И какой будет эта жизнь? С раннего возраста нужно было привлекать мальчика к ответственности за какую-нибудь работу в доме. Если ему два годика, он может отвечать за стоящую в коридоре обувь, чтобы ровненько и красиво выстроить ее в ряд, за игруш-



Никогда не делайте за ребенка то, что он может сделать сам!



ки, за свою одежду или обувь. Правило воспитания гласит: «Никогда не делайте за ребенка то, что он может сделать сам!» [2]. Но мамам некогда ждать, пока он неторопливо сложит вещи или книжки. Они делают своим детям медвежью услугу, выполняя все вместо них. То же правило, только наоборот мальчик хорошо усвоил: «Никогда не делай того, что мама делает сама, без тебя».

Возникает очень важный вопрос: ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ?

5. Три пути влияния на процесс формирования границ

1. Правила, которые необходимо выполнять в семье.
2. Последствия невыполнения правил.
3. Заслуженная награда и поощрения.

Как можно применить первое правило? Наши детки маленькие и не умеют читать. Значит, мы должны часто озвучивать правило, касающееся определенной ситуации.

Я помню, как мы это делали в нашей семье, когда сыну было 2,5–3 года. Ребенок тянется за вещью, которую брать нельзя. В этот момент он слышит запрет: «Не бери папину книгу, нельзя». Но тут же мягко произносится правило: «Если нельзя, значит нельзя!». Мы отвлекаем мальчика и даем ему другую игрушку или книжку. Много раз он слышал правило и запомнил его прекрасно. Как-то к нам в гости пришла семья с мальчиком, которому было уже около пяти лет. Это был очень любознательный и подвижный мальчик. Он сразу прошелся взглядом по полочкам в книжном шкафу и решил взять некоторые стоящие за стеклом сувениры. Славик очень хорошо знал, что их брать нельзя. Когда гость начал открывать дверцы шка-

фа, прозвучало очень четкое и громкое: «Если НЕЛЬЗЯ, значит НЕЛЬЗЯ!». Мы все бросились к детям и увидели интересную картину: сын стоял на пути к шкафу между дверцей и гостем и, поучительно помахивая указательным пальцем, рассказывал своему старшему другу правила поведения в гостях.

Таких правил для детей до трех лет может быть несколько:

- всегда говорить правду маме и папе;
- не разговаривать во время богослужения в Молитвенном доме;
- не говорить громко в общественных местах;
- уступать место старшим, особенно бабушкам;
- выполнять порученную работу в доме;
- ухаживать за животными в доме;
- складывать свои игрушки на место;
- если нельзя, значит нельзя;
- если нужно, значит нужно!

Правила должны быть для детей понятны и коротко высказаны. Но и самим родителям нужно эти правила выполнять. Это поможет без проблем формировать черты характера, необходимые как для взрослого человека, так и для ребенка, и быть зрелой личностью!

- 1. Зрелая личность не будет делать то, что нехорошо, даже когда очень хочется это сделать.** Даже в таком маленьком возрасте дети могут научиться поступать так, как это требует простое правило: «Если нельзя, значит я не буду это делать!». Развитие силы воли и умения управлять своими желаниями должно начаться после 2–3 лет.
- 2. Зрелая личность будет делать то, что хорошо и правильно, хотя иногда это делать не очень хочется.** Это правило кажется сложным для маленьких детей. Но если во-

время начать, то к четырем годам это становится чертой характера. «Если это хорошо и нужно сделать, то я буду это делать!»

Как-то мы ехали в метро с трехлетним внуком. Мальчика мы старались воспитывать, как было описано выше. Эти правила всегда и всеми выполнялись. Мы зашли в вагон. Внук взялся за поручень. Несколько женщин поднялись со своих мест, приглашая его сесть, как у нас это принято. И вдруг в тишине вагона прозвучало: «Я не могу сидеть, если женщина стоит!». Все с удивлением уставились на крохотного мальчика, который до конца поездки стоял у поручня.

Чтобы эти простые правила культурного поведения работали, нужно придерживаться метода похвалы и признания: хвалите детей за то, что они сделали хорошо. Не пропускайте возможности это сделать, если они заслужили похвалу. Если вы заслуженно хвалите ребенка, он получает удовольствие от сделанного и само действие запоминается как приятное. И он будет это повторять. Став взрослыми, наши дети будут совершать такие же прекрасные поступки и испытывать от этого удовольствие.

Но в постоянной похвале может таиться опасность перехватить, и без этого ребенок ничего не будет делать.

Одна мама позвонила мне и просила посоветовать, как исправить то, что случилось с ее дочерью. Девочке 10 лет, она неплохо учится, но есть одно но... Если ее не похвалят, не будет выполняться никакая работа, уроки не будут сделаны, помочь от нее даже не жди. «Подруг у дочери нет, она не подпускает никого близко к себе. Стала пренебрежительно относиться к своим одноклассникам. Что делать?» — беспокоится мама. Если мы постоянно оцениваем ребенка по самой высокой

шкале, несмотря на то, как работа была выполнена, мы уничтожаем способность человека сознавать свои ошибки и их исправлять. «Ты молодец! Выполнено гениально!», «Ты у нас самая способная!», «Наш гений!» — все эти слова могут стать причиной тщеславия, гордости, неадекватного самомнения и завышенной самооценки ребенка. А это грозит не менее отрицательными коммуникативными, социальными и духовными последствиями, и исправить их будет гораздо тяжелее, чем поднять заниженную самооценку. В Библии содержится особенное предупреждение об этом: *«Не думайте о себе более, нежели должно»* (Рим. 12:3), — и этому нужно обучать детей.

ГЛАВА
4

Что лучше — дисциплина, свобода или любовь?

МОДЕЛИ (стили) УПРАВЛЕНИЯ

«Атмосфера, которую создают отцы и матери, наполняет весь дом и ощущается в каждом его уголке... Родители своей манерой обращаться друг с другом должны подавать детям драгоценный живой пример того, какими они желают их видеть... Бог хочет, чтобы наши семьи стали прообразом Небесной семьи. Пусть же родители и дети помнят об этом каждый день» [21].

Каждая семья должна ясно представлять себе положительные и отрицательные стороны своего влияния на своих детей и на близких и друзей. У каждого человека своя модель управления, которую он подсознательно применяет, если ему приходится разрешать проблемы или конфликты. На работе, дома, в семье и даже в общественном транспорте человек вынужден каким-либо способом решить, как поступить, что сказать или какой сделать выбор. Поэтому каждый решает коммуникатив-

ные задачи, применяя свою модель управления. Откуда она появляется? Основанием для создания модели управления служит пример родителей. Картины детства, поступки, способы разрешения конфликтов родителей, поведение бабушки, дедушки и других родственников глубоко врезаются в память, потому что связаны с пережитыми эмоциями.

В этом процессе оценки ценностей важна принятая модель или принцип руководства в семье. Каждая модель состоит из двух факторов влияния:

- 1 — поддержка, забота, любовь;**
- 2 — дисциплина, ограничения, требования.**

Так как это совершенно противоположные друг другу факторы, то при их графическом изображении создается схема: пересечение двух линий, определяющих четыре сектора.



Каждый из этих секторов будет отображать разные модели с различными подходами к решению проблем, принципами управления и результатами влияния супругов друг на друга и на детей. В своей консультативной работе мне пришлось наблюдать результаты применения разных моделей, и не только в момент нашего знакомства или встречи, а и проследить за

развитием событий и отношений в течение десятилетий. Модели руководства действительно могут испортить человеку жизнь или сделать его успешным и привлекательным. Каждый из исследуемых нами стилей может стать характерным для человека не только в семье, но и в любых ситуациях, при разрешении разных конфликтных ситуаций, связанных с управлением, бытом, или в обычных человеческих взаимоотношениях. Рассмотрим каждую модель отдельно. Обратите внимание на принцип чтения графика моделей: там, где нули, этот фактор проявляется слабо, а там, где стрелочки, — достаточно сильно.

Сектор I. АВТОРИТАРНАЯ МОДЕЛЬ

При такой модели руководства проявляется **много требований и дисциплины, но мало поддержки и заботы**. Дети в такой семье послушны и ведут себя обычно тихо, потому что знают: за проступки и непослушание они обязательно будут наказаны. Этот стиль руководства называется **авторитарным**. Характерным для этой модели является желание подчинить мнение другого человека, не интересуясь тем, что он думает или что его волнует. Люди, использующие эту модель руководства, не склонны слушать или слышать другого человека, выслушивать его желания, мнение или ожидания.

Рассмотрим обычную жизненную ситуацию.

Представьте семью, состоящую из мамы, папы и сына. Ребенок получил в школе двойку и идет домой. Живет он в авторитарной семье, где физическое наказание за плохую оценку — обычное явление. Ему тяжело, страшно и плохо, он нервничает и беспокоится, потому что боится наказания. В том, что его

накажут, он не сомневается, как и в том, что его никто не спросит, почему так получилось. А даже если и спросят, то не будут ожидать объяснения. Выход сын видит только один: изъять двойку из дневника любыми обманными путями или потерять дневник, лишь бы избежать наказания. И это будет происходить много раз на протяжении его школьной жизни. Итак, авторитарный стиль формирует у детей склонность к обману и лжи. Это один из способов подсознательной защиты от родительского гнева. Самое неприятное в этой ситуации то, что склонность к обману остается на всю жизнь как основной способ защиты даже тогда, когда никто не нападает. Как часто я выслушивала просьбы родителей помочь их семье! И беда была в том, что дети начали обманывать родителей. Почти всегда причина обнаруживалась именно в том, что один из родителей был авторитарным человеком.

Родители своим отношением к детям показывают характер Бога. Дети воспринимают Господа таким, каким Его представляют родители. Это означает, что они могут закрепить в сознании своих детей ложное понятие о Божьем характере.

При авторитарном отношении у детей складывается впечатление о жестоком, бессердечном Боге, Которому ничто не доставляет большего удовольствия, чем наказывать людей за любой грех. Может быть, родители-христиане не раз говорили своему ребенку о Боге как источнике любви. Но для него большую роль играют не слова, а само отношение родителей, которое в данном случае является авторитарным. Хотя дети в такой семье обычно послушны в присутствии родителей, они выполняют все их указания, но не из любви или большого желания, а потому что боятся родительского гнева. Пока родители могут держать ребенка за руку или наказывать его, дети делают то,

что требуют папа или мама. Но если они почувствуют, что могут вырваться из этого «плена», они немедленно уходят и от деспотического правления родителей в семье, и от сердитого, грозного (как им кажется) Бога. Ожесточение, вызванное авторитарным методом обращения с детьми, очень длительное и глубокое, поэтому обратный путь к восстановлению будет чрезвычайно тяжелым и долгим.

Творец обращает внимание авторитарных, властных родителей на последствия их влияния. «Часто родители держатся слишком сдержанно и проявляют свой авторитет в неприветливой, отталкивающей манере, что не может завоевать сердца их детей... Помните, что дети нуждаются не только в порицании и исправлении...» [21].

Я была в семьях, где постоянно повелительным тоном раздавались приказы, где часто слышались упреки и применялись суровые наказания. Грубые слова ожесточают характер и ранят сердца детей, и в некоторых случаях бывает трудно исцелить эти раны. Опасно слишком строго критиковать детей за небольшие оплошности. Чрезмерно суровая критика, слишком жесткие правила приводят к неуважению всех устоев, и скоро дети, воспитанные таким образом, будут проявлять подобное неуважение к законам Христа.

Как-то в одной далекой стране я проводила занятия с подростками. Было интересно узнать, какие проблемы у этих детей в семье и почему они неохотно посещают богослужения, по-



Авторитарный стиль формирует у детей склонность к обману и лжи.

чему такие инертные, невеселые. После знакомства мы разговарили, поиграли в интересные игры, подняли настроение. И потом я задала им вопрос: «Чем вы обеспокоены в семье? Что вам не очень нравится и что бы вы хотели изменить в отношениях с родителями?». К моему удивлению, дети активно высказали все, что их беспокоит, не нравится, раздражает. Мы вместе составили план моей беседы с их родителями. Детей у меня на встрече было около 30 человек, а родителей в зале — больше 250. Во время лекции я прочитала список, составленный из претензий подростков. Как удивлены были мамы и папы, когда первые же претензии их детей говорили о том, что родители их **НЕ СЛЫШАТ и НЕ ИНТЕРЕСУЮТСЯ ИХ МНЕНИЕМ**, что они хотят разговаривать с мамой и папой, советоваться. Но им **НЕКОГДА!** Это был крик души! Вот дословный текст, записанный со слов детей: «Родители только приказывают нам, запрещают что-то, но сами это делают; никогда не объясняют, почему так нужно поступать. Мы чувствуем себя солдатами, которые ни на что не имеют права и которых постоянно упрекают в том, что их кормят, а мы должны за это подчиняться...». Можно представить, что чувствовали родители, слушая этот вопль. Каждый представлял свою семью и думал: «Не мой ли это говорил? Может, это я так себя веду?». Эта встреча кардинально изменила обстановку в семьях и отношение к этим детям.

Авторитарность может проявляться не только к детям, но и к другим членам семьи. Очень часто такой стиль управления используют мужья, потому что несут ответственность главы семьи, и тогда страдают жена, родственники и все окружающие его люди. Такой человек авторитарен в разговорах, работе, решении вопросов. Это его стиль поведения, он давит, добивает-

ся разрешения конфликтов только в пользу своего мнения. Все должно происходить только так, как он сказал.

Дорогие мужчины, обладатели авторитарной модели! Ваша жена была бы гораздо счастливее, если бы вы не считали, что облечены абсолютной властью, поскольку являетесь мужем и отцом. Ваше поведение показывает, что вы неправильно понимаете свое положение в доме. Вы нервны и властны, и часто вам не хватает рассудительности, спокойствия и любви. Вы полны решимости осуществлять свои планы, не интересуясь мнением вашей помощницы или детей. Обладая такой моделью руководства, вы, вместо того чтобы быть хозяином в доме, становитесь диктатором, который только и может, что притеснять и мучить своих родных.

Такими же авторитарными могут оказаться женщины — матери, бабушки, свекрови или тещи. Этот стиль управления приносит много горя.

Сектор II. МОДЕЛЬ РАВНОДУШИЯ

Во втором секторе (см. схему) видно, что в этой модели проявляется мало любви и понимания во взаимоотношениях. «Линия дисциплины» свидетельствует, что требований также не очень много или они вовсе отсутствуют. Этот стиль руководства назван **безразличным, или равнодушным**. То есть дети в такой семье предоставлены сами себе. Если это неблагополучная семья (пьяницы, наркоманы), то можно объяснить такое положение тем, что родители совершенно не интересуются делами и жизнью детей, а заняты лишь своими друзьями, выпивкой и развлечениями.

Но такой стиль руководства может проявиться, к величайшему сожалению, и во вполне нормальной и здоровой или даже христианской семье! Если пapa — очень занятой человек, а mama тоже работает, то дети предоставлены сами себе

и вынуждены заботиться друг о друге. Старший накормит младшего, уложит спать, укроет, еще и сказку расскажет на ночь! Родители довольны своими детьми, потому что они самостоятельны, развиты и очень ответственны. Часто я слышу от мамы, кото-

рая приходит поздно и видит, что старший ребенок сделал за нее большую часть домашней работы: «У меня такие чудесные дети! Я за них совершенно спокойна. Они и накормят друг друга, и спать уложат...». Однако напрасно родители так беспечны в этой ситуации. Да, дети раньше взрослеют, потому что на их плечи взвалена часть родительских обязанностей. Но каким они видят Бога, если родители уделяют так мало внимания их детским переживаниям и делам? И обманывать родителей им нет нужды. Безразличие и равнодушие к решениям своих проблем эти дети пронесут через свою будущую жизнь. Зачем решать проблему, если она не мешает жить?

Бог для них — безразличная, равнодушная Личность, которая находится где-то далеко и к ним никакого отношения не имеет. Дети знают, что на Него положиться невозможно. Он не поможет им, а в жизни всего необходимо добиваться своими усилиями. Но долго ли такие дети будут считать себя

христианами? Они ходят в детстве на богослужения, даже могут участвовать в мероприятиях общины, но в основе их представления о Боге лежит ложная информация: «Бог не проявляет ко мне лично никакого интереса». Со временем эти дети отдаляются от Христа, вера слабеет, они постоянно заняты устройством своего будущего, в котором не видят места для холодного и безразличного Бога! Именно по этой причине иногда в семьях вырастают дети-бездожники. Только лично пережитое потрясение может привести такого человека к Богу и познанию Его любви. Но это уже будет во взрослой жизни. А в годы детства они живут в атмосфере свободы от каких-либо ограничений, самостоятельны и представлены сами себе.

Если такой ребенок получает в школе двойку, он не очень беспокоится. Он знает, что никто не поинтересуется его дневником и не спросит заботливо: «Как у тебя дела?». На такой формальный вопрос можно ответить коротко: «Нормально!», — и больше вопросов не последует. Никого не волнуют его отношения со школьными товарищами, с учителями. Папа даже забывает, в каком классе учится сын (дочь) и сколько ему (ей) лет. В подростковом возрасте дети в такой семье часто связываются с неблагонадежными компаниями и там проводят много времени. Из 1000 опрошенных подростков на территории России и Украины на вопрос: «Где у тебя больше друзей — в мире или в Церкви?», — 80 % ответили, что в мире. И все эти дети одинаково ответили на вопрос: «Сколько времени вам уделяют родители (много, мало, сколько надо)?». Все подчеркнули слово «мало». Можно сделать вывод, что 800 из 1000 подростков нуждаются во внимании и заботе родителей, но не получают этого. Что их ждет? Они уже в возрасте от

11 до 15 лет имеют больше друзей в мире. Церковь и Бог остаются за кругом интересов этих детей, ощущающих равнодушие родителей.

«Дети были бы избавлены от многих зол, если бы они находились в более близких отношениях со своими родителями... “Нет времени”, — говорит отец. Тогда вам не следует брать на себя ответственность за семью. Отказывая детям во времени, которое по праву принадлежит им, вы лишаете их воспитания, которое они должны получить от вас... Обремененные множеством забот, матери порой сознают, что они не могут найти время, чтобы терпеливо наставлять своих детей, не могут проявлять к ним любовь и сострадание. Но им следует помнить: если дети не найдут в своих родителях и семьях того, что может удовлетворить их жажду сочувствия и общения, то они обратятся к другим источникам, где их ум и характер могут подвергнуться опасности» [21].

Если человеку присущ равнодушный стиль, то это будет чувствовать не только в отношениях с детьми, но и со всеми близкими — мужем, женой, родственниками. Если оба супруга в семье имеют такой стиль, то жизнь не принесет радости никому. Это будет сосуществование на одной территории без живого интереса к мнениям и переживаниям друг друга. Каждый имеет свое мнение, и ему совершенно не хочется интересоваться мнением другого человека.

Сектор III. ВСЕДОЗВОЛЕННОСТЬ, ИЛИ РАЗРЕШАЮЩАЯ МОДЕЛЬ

В третьем секторе (см. схему) «линия заботы и любви» говорит нам о большом внимании к ребенку. Но посмотрите

на «линию дисциплины и требований» — их минимум. Такое отношение приводит к тому, что именно РЕБЕНОК становится центром семьи. Выполняются все его желания и капризы, причем безоговорочно, по первому требованию. Потворство всем капризам ребенка возвращает в нем особый вид эгоизма — деспотизм. Ребенок быстро ориентируется, каким образом добиться того или иного от родителей. Если не помогают капризный тон и нытье, то всегда в запасе есть истерика. Это обычно и используется как последний «аргумент». Истерика становится привычным оружием в осуществлении желаний.

Такие дети знают свои права, но они не знают слова «обязанность». Слова сочувствия и сострадания им неизвестны. Но если возникает проблема, то сразу срабатывает умение найти виновного. Если такой ребенок получил двойку в школе, то он не только не беспокоится, а даже злорадствует по поводу того, как учительница при встрече с мамой или папой будет извиняться и исправлять оценку. Родители прилагают все усилия, чтобы испортить ребенка и сделать его и себя несчастными людьми. Обычно родители, обладающие моделью вседозволенности, рассказывают, что они живут ради детей и все делают для них, для их счастья и благополучия. С самого маленького возраста эти дети становятся центром родительского внимания, их гиперопеки и смыслом их жизни.

Каким же видят Бога дети, воспитанные в такой семье? Они уверены, что Бог для того и существует, чтобы выполнять их желания и просьбы. «Он должен это делать для меня!» — так они мыслят. И если в будущем, подрастая, эти дети молятся и о чем-то просят Бога, а Он не выполняет их просьбы, то они устраивают истерику, уходят из церкви и от Бога, в существовании Которого теперь сомневаются. Через некоторое время они

могут возвратиться к Богу, но только для того, чтобы высказать еще несколько своих требований и желаний. Следующая волна испытания не отвеченной молитвой может отбросить их далеко в море разочарования и неверия. Редко такие дети останавливаются на своем пути. Создавая свою семью, юноши или девушки превращаются в требовательных деспотов, жестоких, грубых супругов, которые не знают слов любви и сочувствия, то есть в обладателей авторитарной модели, о которой мы говорили выше.

Яркий пример такого стиля руководства описан в Библии. Первая книга Царств повествует об ужасных последствиях, постигших семью священника Илия. Два его сына хоть и работали в храме, но вели себя ужасно. Люди, приходящие в храм, возмущались их поведением, разнозданностью, развратными желаниями и поступками. Отец обладал разрешающим стилем руководства, он ни в чем не ограничивал своих детей.

«Хотя Илий и был избран править Израилем, он не управлял своим собственным домом. Илий оказался слабохарактерным отцом. Любя мир и покой, он не пользовался своим авторитетом для исправления дурных привычек и наклонностей детей. Вместо того чтобы бороться с их нравом или наказывать их, он подчинялся их воле и предоставлял им полную свободу действий. Вместо того

чтобы отнестись к воспитанию сыновей как к одной из важных обязанностей, он придавал этому мало значения... Илий уклонялся от этой обязанности потому, что

Создавая свою семью, юноши или девушки превращаются в требовательных деспотов, жестоких, грубых супругов, которые не знают слов любви и сочувствия.

это противоречило бы воле его сыновей и вынудило бы наказывать их и ограничивать в чем-то. Не задумываясь об ужасных последствиях своего поведения, **он разрешал детям делать все, что бы они ни захотели**, и пренебрегал воспитанием их для служения Богу и выполнения жизненных обязанностей...

Те... кто слепо любит своих детей, потворствует им в удовлетворении эгоистичных желаний и не порицает их греха, опираясь на авторитет Божий, не стремится исправить возникшее зло, ставят своих нечестивых детей выше Бога» [18].

Люди, обладающие разрешающим стилем руководства, готовы всегда уступить, изменить свое мнение, лишь бы не было неприятностей, ссоры или недовольства. Основным принципом взаимоотношений в этом случае является слепая любовь, приводящая к трагичным последствиям.

Сектор IV. АВТОРИТЕТНАЯ МОДЕЛЬ

Четвертый сектор (см. схему) показывает, что и забота, и дисциплина проявляются в необходимых количествах. Основой построения взаимоотношений являются понимание и внимательное отношение к детям, беседы при возникновении проблем, желание выслушать и дать совет. Но если появляется необходимость потребовать или дать полную информацию об ограничениях, последствиях поступков или предупреждениях, родители всегда готовы это сделать. Ребенок знает, что папа предупредил об ограничении, и это очень серьезно и обязательно для исполнения. Но он также уверен в том, что его родители всегда готовы выслушать и понять. Такая модель называется авторитетной.

Если ребенок, воспитывающийся в такой семье, получит в школе двойку, он будет удручен и подавлен тем, что огорчит своих родителей. Ему неприятна печаль в глазах мамы и папы из-за его нерадивости. Но ему даже в голову не придет вырвать страницу из дневника, потому что он уверен в том, что сможет объяснить то, что случилось с ним в школе, и будет выслушан. Действительно, первое, что он слышит от родителей после: «Что случилось?», «Почему так получилось?». Ребенок честно рассказывает о своей неподготовленности или забывчивости. Он с готовностью признает свою вину. Он не будет придумывать что-то невероятное и лживое для своего оправдания.

Далее следует фактор ограничения и дисциплины — выучить неусвоенный материал и только потом идти гулять. С великим облегчением ребенок выполняет требования родителей, вполне уверенный в родительской любви, понимании и справедливости.

Каким же дети видят и представляют себе Бога в такой семье? Во-первых, они уверены, что Бог их любит всегда, что бы в их жизни ни произошло. Бог есть любовь, и они это твердо усваивают, но также Он Бог порядка и дисциплины! И дети готовы выполнять все Божьи советы и предупреждения, потому что Он желает им только добра! Такие дети растут глубоко верующими людьми, доверяющими Богу, любящими Его и Его Закон.

Справедливость и доброта, требование и послушание, любовь и спокойное размышление — все это естественно укладывается в сердцах детей и остается с ними на всю жизнь как основа их взаимоотношений не только с Богом, но и с окружающими людьми.

Таким образом, родители становятся авторитетом для своих детей, обучая их своим поведением и пониманием честности,

внимательному и заботливому отношению к окружающим людям. В своих будущих семьях эти дети будут, конечно же, проявлять авторитетную модель, усвоенную от родителей.

«Совместное влияние авторитета и любви сделает возможным удерживать твердо, но нежно бразды семейного правления. Способность понимать, что служит к славе Божьей, и ответственность за наших детей перед Господом удержат нас от неопределенности

и от повторства злу...

Совместное влияние милости и справедливости должно ощущаться в доме... Семьи, в которых царит такая дисциплина, будутходить путем Господним, творить справедливость и суд» [21].

Справедливость и доброта, требование и послушание, любовь и спокойное размышление — все это естественно укладывается в сердцах детей и остается с ними на всю жизнь как основа их взаимоотношений не только с Богом, но и с окружающими людьми.

ВЛИЯНИЕ РАЗНЫХ СТИЛЕЙ РУКОВОДСТВА В ОДНОЙ СЕМЬЕ

Если вы попытаетесь определить свой стиль руководства (а это необходимо сделать), то встретитесь с определенными трудностями. Многие, исследуя этот вопрос, обнаружили, что способны в разных обстоятельствах и с разными людьми (детьми) поступать по-разному, проявляя при этом все четыре стиля руководства. Но если человек обладает авторитетным стилем, это становится его вторым «я», он не может поступать иначе. Если же он способен применять другие три стиля, в за-

висимости от обстоятельств, то это происходит совершенно по другим причинам.

Если вам удалось с первого раза определить свой стиль, то это будет легче сделать, ответив на вопрос: «КАК Я РЕШАЮ КОНФЛИКТЫ, ВОЗНИКШИЕ МЕЖДУ МНОЙ И ДРУГИМ ЧЕЛОВЕКОМ?».

Конфликт — это столкновение противоположных интересов или мнений двух личностей по одному и тому же вопросу.

Конфликты возникают по разным причинам и между разными личностями. Родители тоже иногда конфликтуют, имея свое мнение по разным житейским вопросам. Дети, руководители и подчиненные, соседи, сотрудники, друзья — все имеют право на свое мнение. Это разномыслие называется конфликтом мнений и является естественным в нашем мире. Но разрешать конфликт нужно умело, и лучший способ — авторитетный. Как реагируют на другое мнение люди с разными моделями руководства?

Авторитарный человек стремится добиться подчинения своему мнению любыми методами. Его девиз в конфликтной ситуации: «Будет так, как я сказал!». Ему все равно, какое мнение у другой личности, он не умеет слушать и никогда не заинтересован выслушать другого человека. Но он готов сломать, унизить, кричать, наказывать, бить, добиваясь выполнения его приказания. Даже если уже понятно, что оппонент прав, авторитарный человек никогда не признает своей ошибки или неправоты. Если конфликт возникает с ребенком, то авторитарный родитель решает его только запретами, выговорами, наказаниями, криком и нежеланием слушать.

Безразличный может даже не поинтересоваться позицией другого, но остаться при своем мнении. «А мне все равно, что

ты думаешь!» — это его решение. Воевать и доказывать он ничего никому не будет даже в том случае, если понимает, что человек крайне заблуждается и это может ему навредить. Он безразличен к мнению других и своего мнения не меняет. В семье со своими детьми это может быть оправдано усталостью, занятостью, темпераментом, неумением. Родители приходят поздно вечером, с детьми поговорить некогда, а завтра рано на работу, и поэтому дети сами справляются со всеми проблемами в доме. Кто и что думает, что у кого случилось, как решить проблемы — ничего не обговаривается. Дети сами решают свои задачи и проблемы, как могут и умеют.

При **вседозволенности** человек разрешает конфликт, измения свое мнение и подчиняя его мнению и желанию другой личности. Он стремится таким образом сохранить мирные отношения. Если другое мнение у ребенка, это становится законом и предлогом для немедленного исполнения. Родители имеют свое мнение о цели в жизни: «Мы живем ради детей и готовы жертвовать всем, чтобы ребенок имел все, что ему захочется!». Именно в такой обстановке вырастают эгоисты, бесчувственные и жестокие люди, не понимающие, что у других людей может быть нужда или боль, трудности или потери. «Главное — чтобы все, что нужно, было у меня!» — так они считают.

Авторитетный человек склонен к диалогу, чтобы выслушать и высказать свое мнение. Он может здраво взвесить все выслушанное и найти лучший путь для решения проблемы в сложной ситуации. Ему интересны аргументы даже маленьких детей, почему они именно так хотят сделать или поступить. Я уже не говорю о подростках, которые всегда страдают от того, что их не выслушивают, не интересуются их мнением или планами, не уважают как личностей.

К чему стремитесь вы в конфликтной ситуации? Ответ на этот вопрос поможет определить ваш стиль руководства.

Во многих семьях существует еще одна проблема: родители обладают разными стилями, и дети очень рано начинают понимать это и манипулировать обстоятельствами. Они интуитивно соблюдают все правила поведения разных стилей и подходят к тем, с кем легче в этот момент решить проблему: если папа запретил, то мама разрешит. Если мама спрятала, то бабушка обязательно найдет и даст.

Если родители будут так поступать при разрешении конфликтов со своими детьми и друг с другом, то они не научатся авторитетному стилю руководства не только в семье, но и в любой другой обстановке или конфликтной ситуации. **Уважение и только уважение к личности должно быть в основании любых отношений** [5].

Обладание различными стилями руководства в семье приводит к большим проблемам в воспитании. Дети учатся обманывать, изворачиваться, недоговаривать или скрывать что-то от родителей с ранних лет, и это станет их линией поведения на всю жизнь.

«Родители всегда должны твердо придерживаться принципа солидарности в управлении своими детьми. Существует просчет в этом вопросе, который допускают некоторые родители — отсутствие единства... Не должно быть никаких расхождений. Отец и мать никогда не должны в присутствии детей критиковать планы и суждения друг друга» [21].

«Родители должны трудиться сообща, как единое целое. Между ними не должно быть никаких разногласий. Но многие родители действуют наперекор друг другу, и поэтому дети портятся от неправильного обращения с ними... Иногда бывает так, что один из родителей чересчур снисходителен, а дру-

гой слишком строг. Это различие отрицательно сказывается на формировании характеров детей. Осуществляя преобразования, нельзя применять грубую силу, но в то же время не следует проявлять безвольное снисхождение. Мать не должна закрывать глаза отца на недостатки детей, равно как и побуждать делать то, что запретил отец... Дети быстро распознают все, что бросает тень на правила и уставы семьи» [21].

Как научиться авторитетному стилю?

1. Обоим родителям и всем, участвующим в воспитании ребенка, необходимо прийти к авторитетному стилю руководства.
2. Авторитетный стиль предусматривает обязательный диалог или стремление к нему, а также уважение личности.
3. Во взаимоотношениях в первую очередь проявляется **фактор заботы и понимания** (вертикальная линия на схеме), а потом уже **фактор требований и ограничений** (горизонтальная линия).
4. Необходимо правильно поступать шаг за шагом, чтобы эти два фактора руководства имели благотворное влияние и можно было бы добиться хорошего результата в воспитании детей.

Как разрешать конфликты в семье?

Для этого необходимо изучить и применять четыре шага:

Первый шаг. Сядьте рядом с ребенком. Это поза уважения — «глаза в глаза».

Это означает, что глаза ребенка должны быть на уровне глаз родителя. Если папа или мама говорит и смотрит сверху вниз, это воспринимается как определенное давление, то есть авторитарность, и провоцирует ребенка на сопротивление. Диалог должен начинаться как дружеская беседа.

Второй шаг. Говорите тихим и спокойным голосом.

Интонация должна соответствовать позе — уважительное отношение к личности ребенка, располагающее к диалогу и размышлению. В первую очередь, как мы говорили выше, проявите заботу и понимание. Можно объяснить ребенку, какие преимущества у него будут при правильном выборе.

«Мы очень любим тебя и поэтому подготовили вкусную кашу. Если ты съешь ее, то будешь быстро расти, будешь сильным и красивым, как папа. Но если не будешь ее есть, то станешь слабеньkim, ножки и ручки будут тоненькими, у тебя не будет силы... Хорошо подумай...»

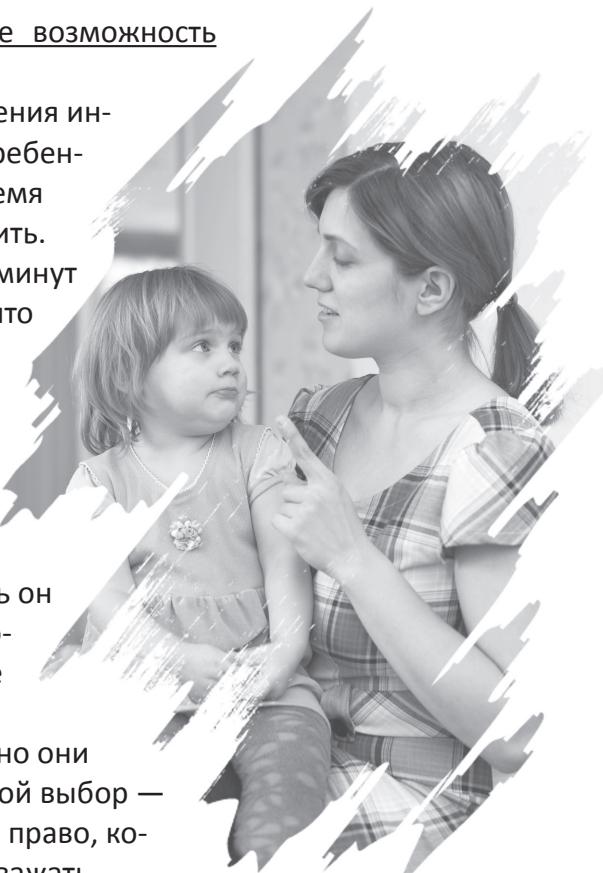
Папа должен предоставить полную информацию, необходимую для трехлетнего ребенка. Если он будет говорить спокойно, ребенок проанализирует сказанное, сможет сделать определенные выводы и примет самостоятельное решение. Если папа говорит на повышенных тонах, он начинает плакать, обижаться, упрямиться. Выраженная эмоциональная реакция мешает анализу, и диалога не получается.

Если приходится в чем-то убеждать ребенка старшего возраста или взрослого, необходимо поступать так же, то есть с позиции уважения, приглашения к диалогу и размышлению. Необходимо понимать, что от этого шага зависит результат всего процесса. Насколько доступно будет изложена информация, настолько верным будет принятое решение.

Третий шаг. Дайте возможность избрать.

После предоставления информации оставьте ребенка в покое, дайте время ему подумать и решить. Он будет несколько минут «переваривать» то, что вы ему сказали, а потом сам сделает выводы и решит, как поступить.

Ребенок не всегда делает правильный выбор, ведь он не знает, как папа поступит дальше. Чаще всего дети делают правильный выбор, но они могут сделать и другой выбор — не есть кашу. Это его право, которое необходимо уважать.



Четвертый шаг. Уважайте выбор ребенка.

Через несколько минут вы возвращаетесь к сидящему за столом ребенку и видите, что он не ел кашу. Он сделал свой выбор. В таком случае вы спокойно забираете тарелку с кашей, одеваете его и отправляете, например, гулять. Ребенок в течение этих коротких минут соображает, что не все так просто. Некоторые дети начинают просить кашу, желая быстро ее

съесть. Некоторые спокойно, немного удивившись, уходят. Но в любом случае ребенок усваивает за это короткое время самые необходимые и полезные жизненные уроки о правильном и неправильном выборе.

По мере взросления ребенок должен получать более подробную, точную и необходимую информацию для правильно-го выбора. Если маленького ребенка можно обучать навыкам выбора в очень узких рамках (грушу или яблоко, водичку или сок, красные или синие колготки), то с возрастом рамки вы-бора расширяются (какую музыку предпочесть, какие книги читать, какие телепередачи смотреть, с кем дружить). Наша наставническая родительская задача — вовремя предоставить достаточную информацию для хорошего, плодотворного раз-мышления. Недостаточная, несвоевременная, непонятная ин-формация, крик, повышенный тон со стороны родителей или учителей делают невозможным полный анализ и логическое сопоставление фактов. Особенно препятствует принятию пра-вильного решения запрет без объяснений.

В таких случаях ребенок, особенно подросток, обязательно эмоционально настраивается сделать так, как было запре-щено! Он не видит опасности, грозящей ему из-за недостатка информации. Поэтому мы ответственны перед Богом за ин-формацию, которую предоставляем, ведь на ее основании ребенок принимает жизненно важные решения — и правиль-ные, и неправильные.

«Помните о том, что дети имеют права, которые нужно ува-жать. Дети имеют притязания, которые их родители должны признавать и уважать... Ваш ребенок — не ваша собственность; вы не можете поступать с ним так, как хотите, потому что он яв-ляется достоянием Господа» [21].

То, что вы сейчас посеете, позже придется пожать. Очень часто родители не видят и не чувствуют опасности, пока не разгорится большой пожар. Потом плачут, страдают, стараются, бегают. Но, к сожалению, иногда бывает поздно, ведь время воспитания и приобретения детьми привычки правильно избирать упущенное, и родители встречают безоружными кризис в жизни детей. Тогда они совершенно беспомощны. Необходимо вовремя обучать детей тому, что им необходимо усвоить. Лучше сделать профилактику, зная об окружающих опасностях, чем тушить разбушевавшиеся пожары.

«Родители — представители Бога для своих детей... Пока сердца детей восприимчивы, их нужно учить важным истинам. Родителям следует помнить, что они живут, говорят и действуют в присутствии Бога» [21].

5

ГЛАВА

Маленькие упрямцы

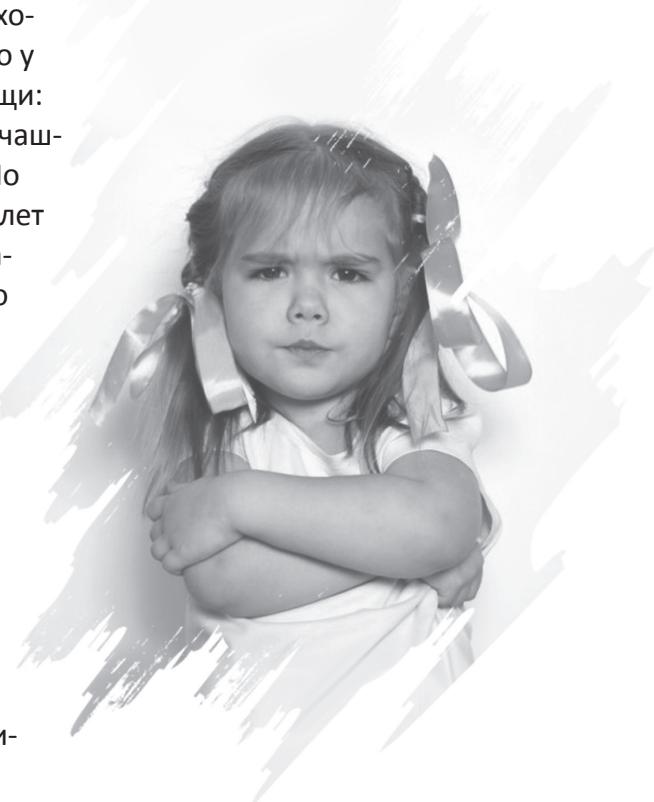
Что происходит в трехлетнем возрасте?

Наступает особое время в жизни детей — применить на практике то, что они изучили. Не могу сосчитать, сколько в моей практике было таких обращений: «Помогите, пожалуйста, разобраться с моим мальчиком. Не знаю, что с ним случилось! Был прекрасный ребенок, а сейчас я просто не знаю, как поступить. Он все делает наперекор, стал неуправляем. Мы не можем понять, чего он хочет. Что мы делаем не так?». Первый вопрос к расстроенным родителям: «Сколько ребенку лет?». Как правило, ему от двух с половиной до трех с половиной лет.

Третий год жизни ребенка характеризуется временем особого психологического состояния ребенка, когда он старается определить для себя индивидуальные приемы **влияния на волю и решения родителей**. Этот возраст в детской психологии называется **первой фазой возбуждения или периодом негативизма** [4]. Кризис негативизма еще называют кризисом сепарации, то есть отделения от родителя. Психологи говорят, что в этот момент происходит разрыв симбиотической связи, представления о себе и родителях как едином целом. Ребенок как бы выходит из нежного слияния с родителем и противопоставляет свою волю — воле родителя. Уверенность ребенка в

своей возможности справляться, в своем праве хотеть и достигать желаемого растет. А мозг пока по-прежнему некритичен, не видит всей сложности ситуации, не может учесть всех обстоятельств [12].

До трех лет дети хорошо усваивают, что у них есть личные вещи: кроватка, игрушки, чашка, ложечка и т. д. Но именно около трех лет ребенок вдруг обнаруживает, что у него есть не только личные вещи, но и **СВОЕ МНЕНИЕ!** Это уже входит в область познания интеллектуального мира. Начинается новый отрезок в жизни ребенка — познание себя как личности, идентификация себя среди окружающих, близких и родных людей. Ему интересно посмотреть, как будут реагировать на его **МНЕНИЕ** мама и папа. Эти процессы проходят через путь протеста и наблюдения за реакциями. Такой «прием» со стороны ребенка в психологии называется детским негативизмом, то есть негативной реакцией или протестом на то или иное действие либо требование со сто-



роны родителей. Чрезвычайно важно, чтобы в таких ситуациях родители действовали не спонтанно, а грамотно, добиваясь положительного результата для ребенка. Чаще родители даже не догадываются, что происходит, и реагируют на детский протест по настроению. Плохо, что такое поведение воспринимается родителями как злостное непослушание, за которое следует, по их мнению, наказать! А что происходит на самом деле? В ребенке «просыпается» личность, и он хочет увидеть, как примут его личное мнение окружающие его близкие люди.

Пошагово рассмотрим правильное разрешение созданного ребенком конфликта, чтобы не только не кричать и не сердиться, но и преподать ребенку жизненный урок, который поможет ему стать зрелой и мыслящей личностью.

Создается конфликтная ситуация со стороны ребенка. Например, каждый день он спокойно надевал ту одежду, которую ему приготовила мама. Также иногда ребенок учился одеваться сам, и это у него получалось не очень быстро, но мама его хвалила. В один «прекрасный» день он, наступив брови, сидит и не одевается. (Такая же ситуация может возникнуть за столом во время завтрака, в песочнице или в ванной). Ребенок без объяснений просто сидит, потупив глаза, уголки рта опущены, глаза тоже. **Это поза протеста.** Он подсознательно ожидает реакции родителей.

Обычная реакция родителей

Родители обычно не готовы к такому повороту событий утром, когда все спешат. Каждый из них реагирует по-своему, согласно со своей моделью управления. Вот самые популярные реакции родителей на подобную ситуацию.

ПАПА недовольным голосом спрашивает сына, почему он до сих пор не одет! Тут же он дает указание немедленно одеваться — и БЫСТРО! Если ребенок этого не сделает, то у него будут большие неприятности: останется дома, посадят в машину неодетого, поставят в угол и т. д. Папа дает сыну время — пять минут! Все приказы высказываются громким и возмущенным голосом.

МАМА тоже спешит на работу и приводит себя в порядок. Она слышит, как папа отчитывает сына и, как обычно все мамы, говорит в его защиту: «Не кричи на ребенка! Мог бы и помочь ему одеться!». Папа сердится, уходит к машине, заводит ее и ожидает всех остальных.

Как правило, если в семье живет бабушка, которая очень любит внука, она готова сделать для него все!

БАБУШКА: «Мой маленький! Золотой мой мальчик! Не хочешь сам одеваться? Давай я тебе помогу. Почему ты такой сердитый? Тебе не нравится эта рубашечка? Давай возьмем другую. Какую рубашечку ты хочешь?». Реакция ребенка будет соответствовать ситуации: да, рубашка не нравится, нужно другую, и эта тоже плохая, хочу вот эту. Бабушка беспрекословно выполняет требования внука. Внук повеселел, распоряжения бабушке теперь поступают одно за другим.

Мальчик за эти несколько минут усвоил для себя принципы разрешения конфликта, который сам же создал: **папу нужно слушать немедленно**, иначе будет плохо.

Маму необязательно слушать, она готова за него всегда заступиться. Мама изменила свое мнение о том, что он должен одеваться быстро, и ему помогать при этом не нужно.

А **бабушку можно использовать всегда**, она не откажет ни в чем, даже если папа не разрешает. С этих пор ребенок может успешно преодолевать все «рифы» родительских запретов и

своих желаний. Теперь он точно знает, к кому идти за разрешением. Ребенок становится профессионалом в построении отношений с каждым членом семьи. Малыш никогда не перепутает, с кем и как решить проблему.

Вечер. Нужно готовиться ко сну. Сын разбросал все игрушки. Мама говорит сыну: «Собирай игрушки, уже пора спать». Мальчик как будто не слышит маму, продолжая играть. Мама повышает голос, повторяет просьбу. Сын прекрасно слышит, но продолжает играть. Слышно, как подъехала машина: приехал папа. Мама говорит: «Папа приехал!». Больше сыну ничего не нужно говорить! Он в одну минуту собрал все игрушки и готов встречать папу, и совсем не потому, что очень любит его. Если бы не приезд папы, то бабушка помогла бы мальчику, сложив



все вместо него. Ребенок хорошо усвоил уроки папы, мамы и бабушки, ведь к каждому нужен свой подход. Главное — он никогда не ошибается! Если так будет продолжаться несколько лет, то станет привычкой или правилом жизни, чертой характера. Он будет использовать слабых людей, чтобы не делать самому. С сильными людьми будет прогибаться, никогда не выражая своего мнения. А мнения близких в семье ему не интересны и не нужны. Вот результат нашего родительского неумения.

Как правильно решить эту проблему?

1. Всем членам семьи необходимо усвоить правила разрешения конфликтов и всегда их применять. Никогда не противоречьте друг другу в присутствии детей, не критикуйте подходы для решения проблемы других, даже если они вам не нравятся.
2. Верная и действенная система подхода к разрешению конфликта называется **АВТОРИТЕТНОЙ**. Она предусматривает обязательное уважительное отношение к любому человеку любого возраста. Ваш ребенок тоже личность. И как каждая личность, он требует **УВАЖЕНИЯ**. Это первое и важное требование общения с любой личностью. Вы всегда будете уважать другого человека, каким бы он ни был и что бы он ни сделал, **если уважаете себя**.
3. Второе отличие авторитетного метода — **ДИАЛОГ**. Умение слышать другого — качество человека, уважающего прежде всего себя. В диалоге всегда легче увидеть всю картину в целом. Эти два правила общения учат ребенка

уважительному отношению и к себе, и к другим. Вот как происходит закрепление уроков адекватной самооценки и развития самосознания личности. Маленький ребенок не всегда будет отвечать на ваши вопросы, он может просто молчать и думать. И пусть думает и решает. Слово «диалог» здесь условно. Старшие дети вступают в диалог и аргументируют свою позицию. У них совсем другие причины вам противоречить. Малыши промолчат, но внутренний диалог все же продолжается.

4. Авторитетная модель управления работает не только с детьми, но в любом возрасте и во всех ситуациях, где возникают разногласия и конфликты.
5. Правильная поза для решения конфликта — сидя рядом. Она называется «глаза в глаза» или «поза уважения». Даже если ребенок не будет смотреть вам в глаза, но ваши с ним глаза должны быть на одном уровне. Ведь в этот момент важно, чтобы он вас услышал.
6. Говорите спокойным голосом. Не кричите, не приказывайте, не угрожайте. Наша задача — **помочь ребенку думать и делать правильные выводы, принять правильное решение**. Излишние эмоции только будут мешать. Чтобы привести свои эмоции в порядок и говорить спокойно, нужно за несколько минут до разговора задать себе вопрос: «За что я его люблю? Что в нем хорошего?». Ответив на эти вопросы, вы можете начинать беседу с ребенком. Не торопитесь, не злитесь в эти важные для вас и для ребенка моменты.
7. Первые слова, которые вы произнесете, сидя рядом с ним, должны быть именно из вашего продуманного ответа на вопрос: «За что вы его любите?». С этих слов и

нужно начинать разговор: «Мы тебя очень любим, ты замечательный малыш, очень добрый, милый и т. д.».

8. Далее наша задача — произнести слова, показывающие **НАШЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ** в этой ситуации. «**Но мне** очень жаль; **я** разочарована; **мне** не понравилось; **я** расстроилась и т. д.». «**Я-ЗАЯВЛЕНИЕ**» очень важно в этом разговоре, потому что именно оно обращает внимание ребенка на состояние другого человека и учит его сочувствию и состраданию.
9. И только после этого вы можете назвать причину вашего огорчения и точно определить ситуацию, о которой идет речь, — его неправильное поведение. Расскажите ребенку о том, как вы хотели сделать все, чтобы ему было хорошо, и он вырос бы красивым, хорошим, добрым мальчиком. Подбирайте аргументы в зависимости от той ситуации, в которой он сделал вам вызов. Если даже вы опаздываете на работу, ради будущего вашего малыша проведите этот воспитательный урок, не спешите его дергать или кричать. Не нервничайте, говорите спокойно. Вы проводите самый замечательный и важный урок в жизни ребенка. Это и есть **начало пути**, и вы должны пройти этот путь воспитания и влияния вместе с вашим ребенком. Если ваш малыш не будет пока ничего говорить, не сердитесь на него, ведь ваша задача — не заставить его что-то сказать, а **научить правильно выбирать и думать**.
10. Теперь нужно поставить перед ребенком задачу: «Если ты быстро оденешься, мы сядем в машину и поедем, а вечером встретимся и пойдем гулять (в гости, в парк — места, приятные для ребенка)». Это обещание должно быть обязательно выполнено, если ребенок сделает правильный

выбор, примет правильное решение. «Но если ты и дальше будешь сидеть, не желая одеваться, будешь капризничать, то мы **ВЫНУЖДЕНЫ БУДЕМ...** (ограничение или дисциплинарное взыскание по выбору родителей: без прогулок, ограничение в просмотре мультиков, отменяется поездка к бабушке, поход в парк, на игровую площадку и т. д.).

11. Теперь пришло время оставить ребенка в покое, пусть подумает. Время обдумывания, как правило, соответствует возрасту, то есть сколько ребенку лет, столько минут он может сидеть и думать. Дайте ему время осмыслить то, что было сказано. Но выбор может быть неверным, потому что каждая личность имеет право на свое мнение, и мы обязаны, как уважающие себя люди, принимать решения и мнения другой личности, даже если ей всего три года. Ребенок еще не встречался с такими задачами и не уверен, что вы выполните то, что ему обещали. Поэтому он может сделать неправильный выбор — продолжит сидеть.
12. Через несколько минут подойдите к ребенку и поступите согласно тому, что вы ему пообещали в случае правильного выбора и в случае неудачного выбора. Перед тем как будете выполнять обещанное продуманное ограничение, обязательно сообщите ему еще раз, что вы очень сожалеете, что он сделал неправильный выбор и вы вынуждены выполнить обещание, потому что уважаете его и его выбор. Наказание или ограничение в таком случае будет **ВЫБОРОМ РЕБЕНКА**, а не вашей отрицательной эмоцией. Выполните свое обещание. Но всегда нужно помнить, что **наказание должно быть выполнимым, и убедиться, что оно не принесет вреда здоровью и психике ребенка.**

13. После всего не стоит требовать от ребенка извинений, не стоит превращаться в сурового неумолимого, холодного судью, чье прощение нужно долго вымаливать или становится обиженной маленькой девочкой с надутыми губками, не стоит ребенка подчеркнуто игнорировать, в полной уверенности, что это учит того признавать свои ошибки. Ребенок «понимает» это иначе. Ему сказали по сути: «Теперь ты отвечаешь за то, чтобы мы были вместе, я с себя эту ответственность снимаю». То есть, если говорить прямо, родитель уволился с роли родителя. Это отношения, в которых ребенок был вытолкнут в доминантную роль и вынужден стать главным. Дети, конечно, долго сопротивляются, но, если раз за разом родители отдают им ответственность за отношения, позволяют себе детскую реакцию обиды, рано или поздно ребенок смиряется. Но в итоге иметь дело с таким ребенком будет очень тяжело, он станет грубить, требовать, а то и угрожать [12].

14. Дети могут испытать вас еще раз, решив, что, возможно, они чего-то не поняли. Это может произойти через несколько часов по совершенно другому поводу и в других обстоятельствах. Ваш урок правильного выбора должен повториться. Если все члены семьи без исключения будут выполнять эти шаги в разрешении конфликтов, ребенок быстро усвоит ТРИ УРОКА:

- а) оказывается, ему будет предоставлен выбор;**
- б) что он выберет, то и получит;**
- в) нужно хорошо подумать, прежде чем сделать выбор.**

Это станет привычкой не только в трехлетнем возрасте. Постоянного применения таких уроков, которые поддер-

жат все члены семьи, хватит мальчику или девочке на всю жизнь, чтобы выработалась прекрасная привычка: перед тем как принять решение, хорошо подумать о последствиях! Что может быть лучше такого подарка детям от любящих родителей?

Некоторые психологи против такого приема в воспитании детей. Но жизнь показала, что он хорошо работает и дает прекрасные результаты. Именно такому принципу учит нас Сам Господь. Это Его метод, и поэтому я считаю его правильным и совершенным. В книге Второзаконие Господь говорит: «*Если ты... будешь слушать гласа Господа, Бога твоего, тщательно исполнять все заповеди Его... то Господь, Бог твой, поставит тебя выше всех народов земли. И придут на тебя все благословения сии, и исполнятся на тебе... Благословен ты в городе, и благословен ты в поле*» (Втор. 28:1–3). Противоположные последствия в случае непослушания описаны далее: «*Если же не будешь слушать гласа Господа, Бога твоего, и не будешь стараться исполнять все заповеди Его и постановления Его, которые Я заповедую тебе сегодня, то придут на тебя все проклятия сии и постигнут тебя*» (ст. 15). И в конце этой беседы Бог предлагает человеку подумать и сделать выбор: «*Вот, я сегодня предложил тебе жизнь и добро, смерть и зло... Во свидетели пред вами призываю сегодня небо и землю: жизнь и смерть предложил я тебе, благословение и проклятие. Избери жизнь, дабы жил ты и потомство твое*» (Втор. 30:15, 19).

Этот метод прекрасно работает не только с детьми. Таким образом можно разрешать любые конфликты между мужем и женой, с подростками или с родителями. Дети никогда не накапливают гнева или мстительных мыслей, обиды за заслу-

женные ограничения или наказания. Ведь ребенок сам сделал выбор. Это Божественный принцип воспитания, и поэтому он является самым действенным и справедливым.

Бывает, что дети не просто «занимают позу» протеста, а громко протестуют, кричат, топают ножками. В этот момент важно привести в спокойствие лимбическую систему, которая отвечает за эмоции. Кортикальный, обучающийся, мозг не воспринимает слова в состоянии стресса, а значит все умные и правильные слова, все нравоучения ребенку в эти минуты останутся пустым звуком. Когда дети злы, испуганы, растеряны, когда они в сильных эмоциях — бесполезно в эти моменты сеять разумное, доброе, вечное с помощью слов. Если мы хотим, чтобы ребенок нас услышал и понял, надо дать ему понять, что мы по-прежнему готовы защищать и заботиться: обнять, утешить, проговорить его чувства, чтобы он понял, что вы с ним на связи, понимаете и чувствуете его, дать много тактильного контакта, можно предложить игру, увлечь каким-то вопросом. Важно и самому родителю быть спокойным. А все поучения, рассуждения о том, как надо было — после того, как ребенок уже поплакал, расслабился, утешился, кортикальный мозг вернулся к исполнению своих обязанностей, готов учиться [12].

Как-то перед началом лекции ко мне подошла одна мама и пожаловалась на поведение четырехлетней дочери. Она не слушала маму, была упрямой, капризной, и никто в семье не мог с этим справиться. Я посоветовала маме прийти ко мне вместе с девочкой. Они подошли, и мама еще раз при дочери рассказала о ее поведении. Девочка внимательно смотрела на меня, ожидая, что я буду говорить. Делая вид, что я не замечаю ее настороженного взгляда, я спокойно начала объяснять



Когда страдает внимание, автоматически страдают все функции мозга, а это снижает у детей желание изучать, исследовать, узнавать, но увеличивает раздражительность.



маме, как поступать, если дочь не хочет делать то, что необходимо. Оговорив с мамой ограничения и наказания, я сказала: «Ваша девочка довольно умный ребенок, и она не захочет сделать себе плохо, поэтому примет правильное решение, чтобы не нужно

было ее наказывать». На следующий день мама подошла ко мне без дочери и рассказала, что происходило дома. Оказывается, девочка все запомнила лучше, чем мама. Она прекрасно усвоила все мои советы и замечания. И особенно маму впечатлили слова дочери: «Мама, ты запомнила, что не нужно меня кричать? И не нужно шлепать меня рукой по попе, это неправильно».

Этот проблемный период довольно короткий — до 6–7 лет. Потом формируется привычка думать и правильно решать. После семи лет нужно не наказывать, а ограничивать или устанавливать особенные семейные правила.

ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ ДО ТРЕХ ЛЕТ

Первый и второй годы жизни прошли, путь продолжается, ребенок растет, умнеет. И родителям необходимо знать новые подходы в воспитании, общении и влиянии на молодое поколение.

Опыт, приобретенный в это время, становится фундаментом, на котором будут развиваться основные качества характера в

уже более позднем возрасте. Психологи утверждают, что личность человека формируется именно в первые три года жизни. У детей от нуля до 12 лет проявляются несколько фаз возбуждения. Первая фаза возбуждения — в трехлетнем возрасте — очень важная и ответственная. Родители могут до этого времени заложить сильный **фундамент для устойчивой личности** или подвергнуть опасности дальнейшее поведение, нервную систему, привычки и характер своих детей [4].

В этот период также важно **развивать внимание, память и мышление**. **Внимание** отвечает за восприятие информации, которая потом сохраняется (память), обрабатывается и воспроизводится (мышление). Когда страдает внимание, автоматически страдают все функции мозга, а это снижает у детей желание изучать, исследовать, узнавать, но увеличивает раздражительность. Иногда это является причиной истерик и повышенной раздражительности ребенка и в детском саду, и в школе. Это основные психические процессы, которые можно и нужно активизировать до трех лет [2].

Предлагаю несколько **игр для развития** внимания у маленьких детей.

1. **«Что забыл нарисовать папа?»** Папа рисует знакомых животных и «забывает» нарисовать им ушки, хвостик или глазки. Ребенок должен подсказать, что забыл нарисовать папа.
2. **«Зеленый или красный?»** Собираем в одну большую кучу игрушки ребенка. Затем он выполняет задание, распределяя их по двум кучкам. Задание простое: все зеленые игрушки сложить в одну кучку, а красные — в другую. Цвета можно менять каждый раз, если есть много разноцветных игрушек.

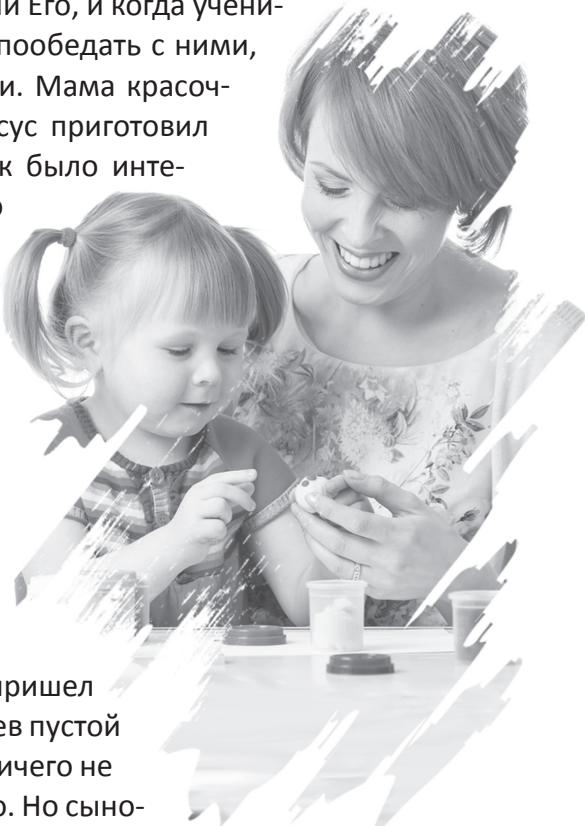
3. **«Фрукты или одежда?»** Мама называет фрукт. Ребенок хлопает в ладоши. Если названо что-нибудь несъедобное — топает ножками.
4. **«В магазин».** Магазин устраивается в каком-нибудь месте комнаты. Мама посыпает ребенка «купить» два кубика и одну машинку. Ребенок должен запомнить, что «купить» и в каком количестве. Количество с каждым разом увеличивается, а предметы меняются.
5. **«Платочек».** На столе раскладывают 4–5 предметов или игрушек. Мама накрывает платочком один предмет. А ребенок должен назвать, какой предмет мама накрыла платком. Усложнить игру можно просьбой закрыть глаза, когда мама накрывает игрушку. Количество игрушек можно увеличивать со временем. Но накрывать нужно только одну из них.

Внимание развивается во время беседы и увлекательного рассказа. Дети имеют хорошее воображение. Они фантазируют, постоянно представляя то, о чем мы говорим. А также ребенок может свободно «дорисовать» в своем воображении то, о чем вы даже не упоминали в своем рассказе. Когда мы ярко, красочно рассказываем, ребенок это представляет. Иногда это пугает родителей, и они обращаются к психологам за советом. Что случилось с ребенком? Ничего особенного не случилось. Он живет в выдуманной ситуации и верит в то, что это все происходит на самом деле.

В одной семье произошла такая история. Игорь, мальчик трех лет, всегда сидел за столом во время обеда с родителями. В один из вечеров мама рассказала сыну историю о том, как Иисус шел со Своими учениками после Своего воскресения.

По дороге они не узнали Еgo, и когда ученики пригласили Иисуса пообедать с ними, Он зашел к ним в гости. Мама красочно рассказала, как Иисус приготовил хлеб и другую еду, как было интересно им узнать Его во время обеда, как они были рады, что Христос живой! Это так впечатлило мальчика, что он начал жить этой историей. Когда приблизилось время семейного обеда, он приставил еще один стул рядом с собой и спокойно ел суп. Папа пришел немного позже и, увидев пустой стул рядом с сыном и ничего не подозревая, сел на него. Но сынок вдруг начал громко плакать! Папа испугался, подскочил, взял Игоря на руки. Он не мог понять, что произошло! Немного успокоившись, мальчик свзь слезы сказал: «Ты же сел прямо на Иисуса! Это Его стул, я для Него поставил! Он тоже сидел с нами, я Его пригласил на обед. А-а-а-а!». Еле успокоили малыша, настолько ярко он представил эту картину из жизни учеников. Некоторое время он жил ей, а потом все забылось.

Я слышала много жалоб родителей на другие яркие фантазии. Взрослые почему-то сразу упрекают детей во вранье.



Дети доказывают, что было именно так, но родители не понимают, почему дети не признаются в том, что врут! Истории о похищениях, о встречах с разговаривающими животными, о своей жизни до рождения и т. д. Как немного отвлечь ребенка, если он уж очень увлекся фантазией? Расспросите его о деталях, поиграйте с ним в эту игру. Он вскоре забудет воображаемую ситуацию. Способность фантазировать у некоторых детей остается до пяти лет. Развивайте своих детей дальше, работайте над их вниманием и памятью.

Для развития мышления нужно постоянно **разговаривать** с ребенком, даже в городском транспорте не молчите. Говорите, показывайте, рассказывайте ему, что видите интересного на улице, среди людей, машин. **Задавайте ему вопросы**, пусть он развивает свою наблюдательность и умение рассказывать о том, что видит. Необходимо **много читать** книг с картинками, которые ему понятны. Помните, что ребенок до трех лет может воспринимать **только одну деталь на картинке**, которую долго рассматривает. В это время задавайте ему вопросы по картинке, пусть пальчиком показывает, что он понял. Очень важный момент: заниматься с ребенком можно не больше 3–4 минут. Перерыв должен быть активным, и через 3–4 минуты занятие

на развитие внимания и памяти можно продолжить.

Если ребенку трудно что-либо сделать и он просит помочь, обязательно помогите ему. Но помните:

Способность фантазировать у некоторых детей остается до пяти лет. Развивайте своих детей дальше, работайте над их вниманием и памятью.

возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте ребенку [2].

Обычно дети активны, они постоянно стремятся взять на себя то, что делаете вы. Например, если, играя с сыном с электрической железной дорогой, отец вначале складывает рельсы, потом подключает дорогу к сети, то мальчик через некоторое время будет делать то же сам. При этом он начнет укладывать рельсы по-своему, иначе и интереснее, чем папа. Естественную активность детей необходимо поддерживать. Здесь родителей подстерегает двойная опасность.

Первая опасность — **слишком рано переложить свою часть работы на ребенка**. Это может отрицательно отразиться на его желании выполнять то или иное действие. Например, мальчику купили кубики разного размера. Он высыпал их на пол и начал строить. Но не может мальчик 2,5 лет сообразить, как удержать пирамиду из предметов разного размера. Через некоторое время он расстроился, начал сердиться, потом заплакал. Папа сел рядом с ним и начал ему толковать, что большой куб на маленьком не удержится. «Разве ты не понимаешь?» — повысил голос папа. А вот **НЕ ПОНИМАЕТ** малыш этого! Он еще не может понять соразмерности разных величин. А папа тем временем начал показывать сыну, как нужно строить. Мальчик наблюдал, как это делает папа, потом отошел и издали смотрел на



Если ребенку трудно что-либо сделать и он просит помощи, обязательно помогите ему. Но помните: возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте ребенку.



папин домик. Вдруг мальчишка подбежал, ударил ногой по строению и развалил все. Папа рассердился и обозвал сына грубым словом. На помощь пришел гость, наблюдавший за этой картиной. Он присел рядом с малышом и отвлек его от неприятных воспоминаний о неудачах, рассказал мальчику, какими красивыми бывают дома. Потом они начали складывать домик из кубиков. Дядя подает, мальчик ставит, дядя спокойно поправляет, мальчик смотрит и дальше ставит кубики. Через несколько минут мальчик сам сложил домик и даже поставил треугольную крышу. Через несколько недель я была в этом доме и наблюдала, как поумневший мальчишка строит домики довольно интересной формы.

Вторая опасность — **слишком долгое и настойчивое участие родителя**. В данном случае папа допустил обе ошибки, вызвав отрицательную реакцию сына. Дети обычно смотрят, как нужно делать, и тут же хотят попробовать сами. У ребенка именно сейчас возникло желание повторить. Дайте ему эту возможность и радуйтесь. Первая попытка может быть неудачной, поэтому родителям необходимо тактично поддерживать желание, а также нужно хвалить детей за успешные результаты. Радость и удовольствие — прекрасные помощники для возникновения огромного желания **СДЕЛАТЬ САМОМУ!** Обдуманные и разумные действия родителей будут формировать думающую и зрелую личность.

Мой ребенок не хочет этого делать!

Ребенок способен выполнять многие обязательные дела. Он может сам сложить игрушки, убрать книжки, подмести пол. Но **ОН ЭТОГО КАТЕГОРИЧЕСКИ НЕ ХОЧЕТ ДЕЛАТЬ!** Как поступать в

таких случаях? Начинать все сначала и с ним вместе? Все зависит от причины этого непослушания и нежелания делать. Возможно, вы еще не прошли с ним весь необходимый путь. Ведь это вам кажется, что ребенку легко расставить все игрушки по местам. Наверное, если он просит вас сделать это вместе, то, возможно, ему еще трудно организовать себя, а может быть, ему нужно просто ваше участие, моральная поддержка.

Если ребенок вас не слушает, не хочет выполнить ваше требование или просьбу, то недостаточно просто применить определенный принцип воспитания. Некоторые пугают ребенка наказанием, ограничением или привлекают покупкой сладостей и думают: теперь все будет хорошо. Принципы, конечно, важны, но без дружелюбного тона они тщетны. Такой тон — главное условие успеха. И если ваше участие в занятиях ребенка не помогает, если он отказывается от вашей помощи, остановитесь и прислушайтесь к тому, как вы обращаетесь с ним. Может быть, вы упустили главное условие, без которого любая ваша просьба о помощи превращается в приказ и требование. Это главное условие — **дружелюбный тон общения** [9].

Как только появляются указания, прекращается **совместная** работа. Ведь совместно — значит **на равных**. Не следует занимать позицию **над** ребенком. Дети к ней очень чувствительны и восстают против нее. Вспомните, как четко определяют свою позицию мальчики, которым мама пытается завязать шнурки на ботинках: «Я сам!».

Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему. Пусть вас не пугают слова «снимайте с себя заботу». Речь идет о послаблении затянувшейся опеки, которая просто

мешает вашему сыну или дочери взросльть. Передача им ответственности за свои дела должна начинаться с трех лет. Это самая большая и мудрая забота. Она делает ребенка более сильным и уверенным в себе, а ваши отношения — более спокойными и радостными.

Процесс передачи ответственности ребенку за его дела очень непрост. Его надо начинать с мелочей. Но даже по поводу этих мелочей родители сильно тревожатся, ведь приходится рисковать: а вдруг не сможет! Но для преодоления этого шага родителям нужно всегда помнить, что ваш ребенок **нуждается в отрицательном опыте**, конечно, если это не угрожает его жизни и здоровью [10].

Одна мама задала мне вопрос: «А если, несмотря на все мои старания, ничего не получается? Ребенок ничего не хочет делать, и я начинаю выходить из себя». Вот ответ таким уставшим мамочкам: «Наберитесь, пожалуйста, терпения!». Если вы будете постоянно следовать этим советам и придерживаться правил поведения с ребенком, результат обязательно будет, но станет заметным нескоро. Иногда проходят дни, недели, месяцы, а то и годы, прежде чем посевенные вами семена дадут всходы. Некоторым семенам надо побывать в земле дольше. Не теряйте надежды и продолжайте старательно «рыхлить» почву.

Почему ребенок плачет?

Дети в этом возрасте очень эмоциональны, поэтому говорить нужно **спокойно и негромко**. Он изучает не только слова, но и интонации, с которыми вы рассказываете ему истории. Ваше эмоциональное состояние и его влияние на ребенка во

время беременности теперь может сыграть большую роль, когда вы будете обучать малыша двух-трех лет правильному выражению своих эмоций.

Если ребенок плачет или капризничает, нужно не ругать его за это, а выяснить причину такого поведения. Почему ребенок плачет?

1. Он проголодался.
2. Ему жарко или, наоборот, холодно.
3. Стало скучно.
4. Болит живот, возможно, от скопившихся газов.
5. Он хочет спать, потому что устал.
6. Неудобная одежда или обувь.
7. Хочет в туалет, но не говорит об этом и т. д.

Часто на улицах города можно увидеть: стоит плачущая девочка двух-трех лет, а рядом — беспомощная мама, которая не может выяснить причину плача. И тут мама произносит: «Сейчас же перестань плакать! Дядя смотрит на тебя и смеется. И тетя думает, что ты некультурная девочка, на улице расплакалась!». Девочка, очевидно, уже не раз слышала эту важную для мамы причину не плакать: что тетя или дядя скажет! К сожалению, внимание мамы приковано к самому факту плача ребенка и к тому, что скажут люди, а не к причине. Ей неудобно перед людьми, которые проходят мимо и обращают на них внимание. И маме кажется, что все вокруг только и думают, глядя на них: «Какая мама непутевая, не может успокоить ребенка!». Зависимость от мнения окружающих мешает маме подумать и найти причину плача малышки. Именно в таких ситуациях родители могут легко привить девочке или мальчику чувство собственной неполноценности. И с этого возраста ребенок будет все больше беспокоиться о том, что скажут люди,

как они будут оценивать его поведение, одежду, прическу, украшения. Потом в этом списке появятся косметика, дом, машина, муж и т. д. И так всю жизнь: для них нет ничего важнее, чем то, что скажут другие. Поэтому они не принимают правильных решений, не высказывают своего мнения. Последствием такого поведения мамы будет полная зависимость личности от мнения окружающих: знакомых и незнакомых людей, соседей, сотрудников, сокурсников или просто прохожих [10].

Если ваша подруга приведет такого малыша к вам в гости и вы надеетесь, что дети поиграют вместе, пока вы разговариваете, то вы ошибаетесь. Ваши дети после года и до четырех лет не умеют играть вместе, у них нет еще коммуникативных навыков. Чаще последствием такого общения будет плач из-за неразделенной игрушки. **Они играют рядом**, но не вместе. В игре пока они одиночки.

Исследователи окружающего мира

Существует еще одна проблема для родителей: маленькие дети **все ломают и рвут**. Машинки без колес, куклы без рук и ног, а как интересно на маленькие кусочки рвать газету или бумагу! Но это нормальное явление для человека, изучающего окружающий мир. Новые игрушки изучаются глазами, ртом и пальцами приблизительно две минуты, а потом нужно обязательно посмотреть, что внутри. Это нормально. Ребенок постигает мир через предметы, поэтому в доступной дистанции должны быть неопасные предметы, а остальные далеко спрятаны.

К трем годам почти все дети начинают хорошо выражать мысли предложениями, быстро запоминают новые слова,

каждый день **расширяя свой словарный запас**. В это время родители должны следить за своими эмоциональными реакциями, интонациями, хорошо думать о том, что и как говорить. Дети точно копируют и воспроизводят поведение родителей. Часто мне звонят мамы и спрашивают, почему дети устраивают в этом возрасте истерики, капризничаят, не подчиняются просьбам и приказам. Причины такого поведения детей чаще всего кроются в примере родителей. Если папа и мама разговаривают на повышенных тонах, резко реагируют, не сдерживая своих эмоций, ошибочно предполагая, что маленький ребенок ничего не поймет, то они глубоко ошибаются. В это время как раз и **усваивается ребенком модель поведения**.

Иногда истерики являются результатом наблюдения и копирования поведения других детей, когда те чего-то требовали от мамы и добились этого таким способом. Ваши дети скопируют этот «удачный прием» для себя. В таких случаях нужно помнить, что **истерики — это театр для вас, родители**. Если есть «зрительный зал», то истерики будут продолжаться очень долго. Поэтому первое, что необходимо сделать, — уйти в другую комнату, если это случилось дома. Если на улице, то ни в коем случае не удовлетворяйте истеричного требования детей. Это будет только началом их постоянных требований и ваших мучений. Дети наблюдательны. Они быстро начинают понимать, как далеко можно вторгнуться на вашу «территорию», чтобы вами управлять. Сначала применяется «разведка боем», и если это удалось, тогда держитесь! Как решать проблемы при таком конфликте, будем говорить далее.

Хочу указать на одну ошибку, совершающую многими родителями. Так как ребенок подвижен и родители устают от постоянного напряжения, выход, кажется, простой: включить

мультики, посадить ребенка перед телевизором, и мама может хоть что-то сделать по дому. Иногда дети сидят и смотрят мультики до двух часов и больше. Но родители не подозревают, что такое созерцание быстро сменяющихся кадров в течение более 10 минут навредит психике ребенка: его **творческие центры блокируются**. Такие дети не могут играть сами, постоянно просят родителей быть рядом с ними, им не интересно рисовать, лепить, строить. К пяти годам **процесс торможения усиливается**, однако родители никак не связывают это явление с просмотром телевизора или с пользованием гаджетов. Умственное развитие детей напрямую связано с фалангами пальцев. Если развивать мелкую моторику играми, мозаикой, собиранием мелких предметов, то дети психически развиваются намного быстрее. Пусть ваши детки моют вместе с вами ложки, подметают пол, стирают свои носочки и платочки. Это время для беседы с ними, рассказов, пения. Пусть они лепят с вами вареники. Это замечательно развивает детей, и они испытывают множество положительных эмоций от домашнего труда. Попробуйте заинтересовать ребенка работой с вами на кухне, в ванной, в огороде или во дворе. Это займет больше времени, чем хотелось бы потратить на эту работу, однако вы получите прекрасный результат. Ваш ребенок обучится многому, **вы сможете воспитать его трудолюбивым и аккуратным**. Жалобы на лень детей и подростков, на нежелание работать в доме поступают почти беспрерывно, а все потому, что мама или бабушка выполняют работу быстро и аккуратно, но без участия детей. Родителям нужно обязательно учесть, что в 2,5 года у детей проявляется психологическая потребность **нравиться маме**. Мы помним правило воспитания — **прививать ценные качества детям легче на основе потребности**. Ис-

пользуйте выраженную потребность нравиться для того, чтобы привить сыну или дочери **ТРУДОЛЮБИЕ, АККУРАТНОСТЬ, УСИДЧИВОСТЬ И ЧУВСТВО ДОЛГА**. Покажите ребенку, как нужно складывать одежду, потом — книжки, игрушки. Скажите ему, что, если он будет это делать именно так, это очень понравится маме. Хвалите его, и ребенок будет очень стараться. Постепенно у него выработается привычка все складывать ровно и красиво. Практика показала, что эта удивительная потребность — нравиться маме — длится до 3,5 лет. За это время можно многому научить любого ребенка, было бы терпение и желание.

Я проводила семинар на эту тему в большом городе. Слушателей было много, поэтому многих не запомнила. Через 10 лет приехала в другой город для работы с семьями, и ко мне подошла молодая женщина с предложением: «Я хотела бы вам показать наш дом, а главное — “последствия” ваших семинаров. Я посещала занятия по добрачному консультированию и многое запомнила. Когда вышла замуж, решила испытать на практике, будет ли работать то, о чем вы говорили на семинарах». Я заинтересовалась этим предложением, и мы пошли к ним домой. Светлана показала мне дом, как они устроились в этом городе. Она рассказала свою историю: вышла замуж, есть прекрасный муж и дочь, которой сейчас уже три года и девять месяцев. «А это ее комната. Посмотрите, пожалуйста!» Я открыла дверь в детскую и увидела идеальный порядок. Все

Иногда дети сидят и смотрят мультики до двух часов и больше. Творческие центры ребенка блокируются. Такие дети не могут играть сами, им не интересно рисовать, лепить, строить. К пяти годам процесс торможения усиливается.





игрушки были разложены на три группы по цветам: зеленая, розовая и белая. Шарики были надуты и прикреплены к стенке в один ровненький ряд, книжки на полочке выставлены «по росту», постель идеально застелена. Я сначала спросила, зачем она это все сделала в детской комнате и сколько времени на это все потратила. «Так это не я! — воскликнула она. — Это все Даша! Она сейчас у бабушки и там наводит порядки. А дома у нее всегда так. Она строго следит, чтобы у нас и на кухне был порядок, все стояло и лежало на своих местах, чтобы на полу не было ни одной крошки. И если вдруг я не сумела вовремя убрать или вытереть, то следует строгое замечание: “Мама, какая ты неаккуратная!”». Я даже подумала, не перестаралась ли моя студентка? Ведь девочка будет такой чистюлей всегда,

это ее черта характера. Но когда мы обсуждали этот вопрос с мамой, то пришли к выводу: ЭТОТ ПРИНЦИП РАБОТАЕТ! Итак, в начале пути можно добиться многого, если приложить усилия и стараться.

Развитие потенциала детей

Особенностью этого возраста является способность легко переключаться с одного эмоционального состояния на другое. Поэтому разговаривать с детьми нужно мягко, спокойно и тихо, даже если это требование или замечание. Разговор **на повышенных тонах** отразится на психическом состоянии не только в 2–3 года, но больно отзовется в подростковом возрасте, когда почти все родители жалуются на агрессивное поведение и излишek отрицательных эмоций своих детей. Первые учителя в этом плане — родители [5].

«Родители, не позволяйте себе ни слова раздражения. Учите ваших детей быть добрыми, терпеливыми и внимательными к близким» [17]. «Раздражительные слова приносят вред семье, так как раздражительная речь одного побуждает другого отвечать в том же духе и в той же манере. Родители дают волю своим эмоциям в присутствии ребенка, а затем удивляются, почему он так трудно поддается исправлению. Дети быстро копируют взрослых, и ребенок лишь претворяет в жизнь уроки, преподанные его родителями во вспышке гнева» [21].

Не цепляйте своим детям ярлыки, которые их унизят. Когда родители устали, их начинают раздражать медлительность или неумение детей. И тогда они цепляют своим детям много ярлыков: и растеряши они, и неряхи, и непослушные, и упра-

мые, и нехорошие. Много неприятных и незаслуженных слов можно наговорить маленькому мальчику или девочке, когда родители в плохом настроении. Однако, произнося такие слова, родители все делают для того, чтобы **отрицательный потенциал возрастал в характере ребенка**. Это приводит к тому, что малыш действительно начинает считать себя плохим. И **он будет таким!** Задача любящих родителей — развить весь положительный потенциал ребенка. Он — хороший, у него получится, он сможет! И ребенок действительно сможет, ведь в каждом заложено положительное начало. Ваши дети гениальны, у них много хорошего, и они вас любят!



Особенности развития детей до трех лет

«Пустите детей приходить ко Мне и не возбраняйте им, ибо таковых есть Царствие Божие» (Лк. 18:16).

«Когда Иисус повелел ученикам не запрещать детям приходить к Нему, Он обращался к Своим последователям всех времен — к руководителям Церкви, священнослужителям, их помощникам, ко всем христианам. Он повелевает нам: “Пустите их приходить ко Мне”, как будто говорит: “Они придут, если вы не помешаете им”... Не говорите о религии как о чем-то таком, чего дети понять не в силах. И не поступайте так, как будто от них и не ожидается, что они примут Христа в детстве. Когда Дух Святой трогает сердца детей, сотрудничайте с Ним» [20].

«Величие неба снисходило до того, что отвечало на их вопросы и упрощало Свои важные уроки до такой степени, чтобы они были доступны детскому восприятию. Он насаждал в их молодых растущих умах семя истины, которое могло взойти и принести обильный урожай в их более зрелые годы» [21].

Дети развиваются физически, интеллектуально, эмоционально и духовно. И эти стороны развития имеют свои особенности, о которых родители должны знать и активно в этом участвовать.

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

- **Быстрый рост.** Здоровые дети физически развиваются очень интенсивно. Иногда за два-три месяца они вырастают из всей своей одежды и обуви. Будущие мамы покупают так много детской одежды, что ее хватит на нескольких детей. Однако через полгода она уже вся мала и ее нужно отдавать кому-нибудь. Единственное, чего нужно будет много, — это подгузники.
- **Изучение и контроль своего тела.** Дети смотрят на взрослых. С появлением первого зуба можно начинать учить ребенка чистить зубы. Но они будут делать это только тогда, когда видят, как чистят зубы папа или мама. Им нужна активная деятельность, игровые движения пальчиков, перемещения по комнате.
- **Тренировка физических навыков** (ползание, сидение, прыжки, бег, ходьба, раскачивание). Все родители знают, как тяжело уследить за ребенком, который начал ползать, а потом и ходить. Он перемещается со скоростью ракеты, без движения не может посидеть ни минуты.
- **Остается спокойным недолго**, и то, если занят таким «важным» делом, как отрывание листочеков из книги или разрывание на части газеты, которая интересно шелестит. Родители знают правило: если в доме стало тихо и

ребенка не слышно, значит он задумал что-то «интересное», необходимо срочно искать и проверять.

- **Развитие больших мышц.** Ребенку нужно давать в руки крупные карандаши, мозаику, кубики. Мелкая моторика начнет развиваться немного позже.

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

- **Мир познается через ощущения** (осознание, обоняние, зрение, слух, вкус). Развивайте ребенка через прикосновения к предметам или животным. Например, лучше погладить щенка, чем показать его на картинке. Хорошо дать ему возможность понюхать живой цветочек, чем показать искусственный или нарисованный. Если вы рассказываете о чем-то, чего дети никогда не видели, старайтесь все же это показать или нарисовать. Слова «твёрдый», «мягкий», «теплый», «холодный», «большой», «маленький» можно в этом возрасте изучать на практике. Все, что ребенок слышит или трогает руками, он запоминает. Для этого ему нужно обязательно дать возможность это сделать.

Я до сих пор помню свой личный урок познания мира в мои три года. Уж очень мне захотелось проверить, правда ли, что дверца в печке такая горячая, как мама сказала. Бабушка, девушка, мама и папа — все убеждали, что там горячо и будет больно. Но у меня не было собственного опыта, поэтому я рвалась потрогать дверцу. Мама решила, что под ее присмотром это будет не так страшно. Мне разрешили подойти и потрогать дверцу одним пальчиком. Крика было много, но урок запомнился, потому что мир познается через ощущения.

- **Ребенок верит всему, что говорят.** Дети доверчивы, поэтому Христос говорит в Писании, что мы должны быть, как дети. Это означает, что глубокая связь с Богом через доверие будет основой нашего благополучия. Христос взял пример для взрослых людей из жизни и поведения маленьких детей. Насколько они доверяют своим родителям, настолько их жизнь будет в безопасности. Если случилась какая-нибудь неприятность, они со всех ног бегут к папе или к маме. Уроки веры и доверия дети начинают усваивать на практике с раннего возраста. Начало этому — первый год жизни.
- **Зрительный контакт обязателен.** Если мы говорим с ребенком, то желательно иметь зрительный контакт. Если мы решаем с ним какую-либо проблему и рассказываем, чем это может окончиться, или речь идет о том, что ему грозит в случае неправильного выбора, обязательно старайтесь установить в этот важный момент зрительный контакт. Но никогда не говорите ребенку грозным голосом: «Посмотри мне в глаза!». Лучше нежно поверните его к себе. Говорите спокойно, повторите несколько раз. В таком случае он лучше запомнит то, что вы сказали. Проверьте, запомнил ли он, задавая дополнительные вопросы.
Иногда дети пытаются скрыть от родителей то, что случилось. Но внимательные мамы и папы всегда раскрывают даже маленький обман. «Мама, а как ты узнала?» — спросил трехлетний мальчик у своей мамы, когда она рассказала ему правду о том, что произошло. Мама ответила: «По глазам знаю. Там написано, что ты сказал не-правду». После этого он старался закрывать глаза, если хотел что-то скрыть.

- **Развитие речи за три года — до 400–900 слов.** Каждый ребенок имеет свои особенности в развитии речи. Не беспокойтесь, если ваш ребенок не будет к этому возрасту произносить много слов. Многое зависит от темперамента, пола, особенностей домашних занятий, отношения родителей друг к другу и времени, которое вы уделяете ребенку.
- **Восприятие рассказа при многократном повторении.** Одну и ту же историю ребенку можно рассказывать 5–6 раз подряд, и каждый раз он слушает еще более внимательно. Родители часто удивляются тому, что ребенок просит рассказать, например, сказку о репке уже который раз. Они предлагают ему рассказать или прочитать что-либо другое, еще более интересное, но ребенок категорически не хочет. Это нормальное явление. Связано оно с тем, что ребенок развивает свое внимание и воображение только при многократном повторении. Каждый раз он сам себе режиссер и сценарист, развивает фантазию в определенном сюжете и живет в нем. Это для него очень увлекательный и приятный процесс. Попробуйте изменить что-то в своем рассказе! Он сразу это заметит и исправит. Все наши рассказы, истории, сказки, опыты нужно повторять несколько раз.
- **Исследуя окружающий мир.** Любознательность — чрезвычайно важная черта детей этого возраста. Каждая щелочка, оторванная дощечка, ползающий червяк, идущая по дороге кошка, птичка или бабочка — все входит в круг изучения, ведь в жизни малыша все только начинается и ко всему происходящему у него огромный интерес. Благодаря любознательности он получает массу

информации, которая сделает его умным и развитым ребенком. Помогите вашему мальчику или девочке открывать для себя мир растений, животных, звезд, планет, червяков и насекомых.

Мой полуторагодовалый внук начал активно интересоваться окружающими миром. Как-то он наблюдал за тем, как пчелка берет из цветочка нектар. Он еще не мог сказать о том, что видит, но выразил свое полное восхищение происходящим. Он долго наблюдал за ползающими по асфальту мухами и разными жуками. А когда подрос, каждый день ходил с папой на площадь кормить голубей, которые начали отличать его от других детей и слетались к своему «кормильцу» целыми стаями. Не кричите вслед ребенку: «Нет!», «Нельзя!», «Ты куда?!» и т. д. Он познает мир, поэтому будьте рядом с ним и также восхищайтесь увиденным.

- Музыка — это еще один способ активно развивать детскую психику и положительные эмоции. Но музыка для детей должна быть детской, то есть нести радость, хорошее настроение и желание двигаться, петь, улыбаться. Никакого минора и больших текстов. Ритмичная, радостная песенка делает ребенка счастливым. Я иногда слышу, как дети исполняют произведения без радости, улыбки, счастливого выражения лица. И мне очень жаль таких детей. Когда мне приходилось работать с группами детей и в программе были детские хоры или соло, я видела нужду в детских песнях, которые радовали бы детей и взрослых. А для этого нужно было просто сесть за инструмент и написать. «Шаг за шагом рядом с Христом!» — радостная песенка с движениями, а также «Высока, как

небо, Божья любовь», «Бабушка милая, бабушка моя!». Эти песенки дети пели много лет, даже вырастая и собираясь на молодежные встречи.

Обычно дети обладают прекрасным чувством ритма, и это нужно использовать для их развития. Даже если никто в семье не играет на инструментах, включите веселую, ритмическую песенку, и пусть ребенок отбивает ритм, как он это чувствует. А если вы владеете инструментом или вся семья музыкальна, то с раннего детства, с первых шагов используйте ритмические мелодии для развития ребенка и его позитивного настроения.

ГАДЖЕТЫ И ДЕТИ

В настоящее время эта проблема является актуальной, потому что в каждой семье, где есть ребенок, возникают вопросы.

Можно или категорически нельзя?

Если можно, то в каком возрасте?

Если нельзя, то почему?

Что делать, если ребенок уже зависим от гаджета?

Какие последствия будут в жизни детей и что делать, если эти последствия уже проявились?

Есть ли безопасный возраст, когда проблем не будет?

Можно ли использовать гаджет для интеллектуального развития ребенка?

Также много других вопросов задают родители, которые задумываются над изменениями в поведении детей из-за увлечения гаджетами.

Мнение ученых ярко выражено в ответе двух авторитетных источников.

Американская академия педиатрии и Канадское общество педиатрии заявляют, что дети от 0 до 2 лет вообще не должны подвергаться воздействию электронных устройств, в 3–5 лет пользование электронными гаджетами должно быть ограничено одним часом в день, а в 6–18 лет — двумя часами в день (*American Academy of Pediatrics, 2001/13; Canadian Paediatric Society, 2010*).

Однако дети и подростки используют гаджеты в 4–5 раз больше рекомендуемого, что чревато серьезными, угрожающими здоровью и жизни последствиями (*Kaiser Foundation, 2010; Active Healthy Kids Canada, 2012*). Мобильные телефоны, планшеты, электронные игры значительно увеличили доступность и использование современных технологий, особенно очень маленькими детьми (*Common Sense Media, 2013*).

В психиатрии уже давно существует термин для психических нарушений, связанных с пристрастием к играм, — игромания. Этой проблемой доктора начали заниматься еще в конце XIX столетия, на которое пришелся пик популярности карточных игр. Но научную базу подвели только во второй половине XX века.

Игromания — это болезнь, связанная с пристрастием к азартным играм, в том числе к играм в казино и игровые автоматы, в

**Дети от 0 до 2 лет
вообще не должны подвергаться воздействию электронных устройств,
в 3–5 лет пользование
электронными гаджетами
должно быть ограничено
одним часом в день,
а в 6–18 лет —
двумя часами в день.**



карты и компьютерные игры. Игromания может проявляться как отдельная болезнь и — что случается чаще — как один из симптомов других психических болезней: депрессии, маниакальных состояний, даже шизофрении. Основное

проявление игромании — навязчивая потребность постоянно играть. Симптомы болезни: человека невозможно оторвать от игры, он становится замкнутым, у него сужается круг общения и интересов, возникают психические расстройства [12].

Средний возраст игроманов — 12–16 лет, но начинается эта зависимость гораздо раньше, когда неокрепшую психику маленько-го ребенка «атакуют» современные мультифильмы. Мозг ребенка в 2–3 года не может уловить смысл всех движений и слов. Некото-рые родители усаживают своего малыша на горшок с гаджетом на коленках. Родители спокойно выполняют свою работу, зная, что малыш никуда не двинется с места. Это и есть первое вред-ное влияние гаджета на мозг в очень раннем возрасте [8].

Ниже приводятся 10 основных причин обратить серьезное внимание на такие явления, как игровая зависимость, задерж-ка психического развития, лень и т. д. Они основываются на данных многочисленных исследований.

1. Влияние на мозг

Мозг младенца втрое увеличивается в размерах от рожде-ния до двух лет и продолжает расти вплоть до 21 года. Раз-витие мозга в раннем возрасте определяется раздражителя-ми окружающей среды или их отсутствием. Стимулирование мозга избыточным воздействием гаджетов, интернетом или телевидением, как показывают исследования, чревато когни-тивными задержками, повышенной импульсивностью, **сниже-нием способности к саморегуляции и самодисциплине** [1].

2. Задержка развития

Недостаток движения из-за сидения за планшетом или смарт-фоном может привести к задержке физического и умственного

развития. Эта проблема стала очевидна в США, где каждый третий ребенок поступает в школу с отставанием в развитии, что ярко отражается на его успеваемости. Физическая активность улучшает внимание и способность к познанию и усвоению нового. Ученые утверждают, что применение электронной техники вредит развитию детей и отрицательно влияет на их обучаемость. Мы говорили о том, что маленькие дети до трех лет чрезвычайно подвижны, и это необходимо постоянно поддерживать и развивать. Смартфон в руках никак не способствует развитию движений.

3. Ожирение

Увлечение просмотром телевизора и компьютерными играми — примеры непищевых привычек, которые напрямую связаны с эпидемией лишнего веса. Среди детей, которые неконтролируемо и постоянно пользуются портативными электронными устройствами, ожирение встречается на 30 % чаще. Каждый четвертый ребенок и каждый третий подросток страдают от лишнего веса, причем среди них в 30 % случаев будет диагностирован диабет.

Вдобавок к этому подростки, страдающие ожирением, подвергаются более высокому риску раннего инсульта и сердечного приступа, что серьезно сокращает продолжительность их жизни. Ученые бьют в колокола, призывая всех родителей следить за весом детей, ведь первое поколение XXI века имеет большие шансы умереть раньше своих родителей.

4. Проблемы со сном

Статистика говорит о том, что 60 % родителей вообще не контролируют, как тесно их чада «дружат» со всевозможными гаджетами, а в трех из четырех семей детям разрешают брать

электронные устройства даже в кровать. Свечение экранов телефонов, планшетов и ноутбуков препятствует нормальному засыпанию, что приводит к сокращению времени отдыха и недосыпу. Ученые по вредности для организма сравнивают недостаток сна с недоеданием: и то и другое истощает организм и отрицательно сказывается на усвоении знаний.

5. Психические заболевания

Ряд исследований проводит четкие параллели между видеоиграми, интернетом, телевидением и нарушениями психики у молодых людей. Например, игромания часто становится причиной неудовлетворенности жизнью, увеличения тревожности и усиления депрессии. Интернет-зависание приводит к замкнутости и развитию фобий. Этот список психических недугов можно смело дополнить биполярным расстройством, психозом, поведенческими отклонениями, аутизмом и расстройством привязанности (то есть нарушением тесного эмоционального контакта с родителями). Например, один из шести канадских детей имеет какое-либо психическое заболевание, что часто лечится лишь сильными психотропными препаратами [3].

6. Агрессивность в реальности

Жестокость из телевизора и компьютерных игр находит свое отражение в реальной жизни. Просто внимательно взгляните на участившееся физическое и сексуальное насилие в современных онлайн-СМИ, фильмах и телепередачах: секс, надругательства, пытки, истязания и убийства.

Ребенок получает готовую схему поведения, которую он может реализовать в окружающей его действительности. И множество исследователей приходят к одному и тому же выводу:

насилие с экрана имеет как краткосрочный, так и долгосрочный эффект, ведь агрессия может проявиться далеко не сразу [7].

7. Цифровая деменция

Научные наблюдения доказывают, что увлечение телевизором в возрасте 1–3 года приводит к проблемам с концентрацией внимания к седьмому году жизни. Дети, которые не могут сосредоточиться, теряют возможность что-либо узнать и запомнить. Постоянный поток быстро сменяющейся информации приводит к изменениям в головном мозге, а после к деменции — снижению познавательной деятельности с утратой ранее усвоенных знаний и практических навыков, а также затруднением или невозможностью приобретения новых [3].

8. Зависимость

Чем больше родители проверяют почту, прокручивают ленту новостей, стреляют в монстров и смотрят сериалы, тем больше они отдаляются от своих детей. Нехватка внимания взрослых часто компенсируется всеми же гаджетами и цифровыми технологиями. В отдельных случаях малыш сам становится зависимым от портативных устройств, интернета и телевидения. Каждый одиннадцатый ребенок в возрасте 8–18 лет — «цифровой наркоман» [7].

9. Вредное излучение

В 2011 году Всемирная организация здравоохранения и Международное агентство по изучению рака классифицировали радиоизлучение сотовых телефонов и других беспроводных устройств как потенциальный канцероген, определив в группу 2B (возможно канцерогенных для человека факторов).

Однако следует учитывать, что дети более чувствительны к различным негативным воздействиям, поскольку их мозг и иммунная система все еще развиваются.

Поэтому, по мнению ученых, нельзя сравнивать риски для молодого и уже сформировавшегося организма, а значит, радиочастотные излучения должны быть реклассифицированы как 2А (вероятный канцероген).



10. Отдаление от реальности

Чрезмерное использование детьми электронных технологий не только влияет на их психику и способность к эмпатии, но и делает их более уязвимыми в условиях реальной жизни, которую они не знают. То есть время, проведенное в виртуальном мире, часто не учит их ничему полезному, а знание электронных устройств не обеспечивает успех в будущем, потому что технологии постоянно совершенствуются и успевать за ними будет все сложнее.

Безопасное использование технологий для детей и молодежи

Итак, гаджеты — это реальность современного мира, но пользоваться ими нужно с умом и чувством меры.

Возраст	Как долго?	TV (без насилия)	Карманные девайсы	Видеоигры (без насилия)	Видеоигры с элементами насилия	Видеоигры с элементами насилия и порнографии
0–2 года	никогда	никогда	никогда	никогда	никогда	никогда
3–5 лет	1 час в день	+	никогда	никогда	никогда	никогда
6–12 лет	2 часа в день	+	никогда	никогда	никогда	никогда
13–18 лет	2 часа в день	+	ограничение до 30 минут в день	никогда	никогда	никогда

Гаджеты приносят не только вред нам и нашим детям. В них есть и положительные стороны. Вся беда в том, что время, которое дети уделяют этим занятиям или играм, информация, которая вредна для их психики, не контролируются родителями. Это серьезные и научно обоснованные предупреждения и советы всем родителям об опасностях, которые кроются в наших домах.

СОЦИАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

- **Ребенок эгоцентричен.** Он не может сразу замечать нужды других людей, а в первую очередь чувствует свои потребности. Если не обучать детей умению и желанию помогать другим людям, они так и вырастут эгоистами, заботящимися только о своем благополучии.

К большому сожалению, мне часто приходится встречаться с разочарованными родителями уже взрослых детей, которые прекрасно чувствовали свои потребности, нужды и желания, а старенькие, немощные родители оставались вне их внимания и сострадания.

Однажды после лекции ко мне подошла милая старушка, уже согнутая из-за больной спины, и пожаловалась на своих трех сыновей (36, 34 и 32 года). Беда ее была в том, что эти давно взрослые мужчины приспособились жить за счет своей старенькой матери. Посещали ее только в день поступления пенсии. Без всяких возражений они брали эти деньги, оставляя мать без средств существования, не чувствуя при этом угрызений совести. Бабушка спрашивала, что же ей сейчас делать, чтобы исправить положение, ведь она живет благодаря помощи добрых

людей. Расспросив о жизни ее семьи, я выяснила, что мама воспитывала сыновей одна, муж давно умер. Она так любила и жалела своих мальчиков, бедных сироток, что никогда и ни в чем им не отказывала. Отказывала она только себе. Мальчишки выросли, окончили школу и очень неохотно устраивались на работу. Труд им быстро надоел, потому что они привыкли только получать, и все трое решили просто пожить для себя, перебиваясь с временной работы на мамину пенсию. Я, естественно, про-консультировала старенькую женщину, как ей поступить. Она внимательно выслушала, запомнила схему конструктивного решения конфликта и в день прихода сыночков все выполнила. Впервые в жизни три взрослых сына услышали то, что должны были услышать еще в подростковом возрасте: «Дорогие мои дети! Простите меня за то, что воспитывала вас неправильно! Не знала я, как нужно. Не научила я вас любви и трудолюбию, состраданию и сочувствию. Но помогите мне исправить эту ошибку. С этого дня и начнем исправляться. Я больше никогда вам не дам ни копейки, так будет правильно. А вы устраивайтесь на работу и с сегодняшнего дня будете получать только заработанные вами деньги». Мама низко поклонилась им и вышла из комнаты. Ошарашенные сыночки потоптались и ушли, озадаченные случившимся. Через неделю старушка подошла ко мне и, улыбаясь, сказала: «Спасибо вам за совет. Это помогло. Два старших сына уже нашли работу. Младший ищет». Вся эта история похожа на сказку, если бы не была такой горькой правдой жизни. Мама очень любила сыновей, но не сумела воспитать их добрыми и трудолюбивыми людьми. Это лег-

че всего привить в раннем детстве, в первые три года, в начале пути. Постарайтесь, дорогие родители, перенести центр внимания маленького ребенка на окружающих людей, особенно на родных: родителей, сестер, братьев, бабушек и дедушек. Учите детей помогать им, работать с ними, хвалите их за помощь и сделанную работу.

Иногда родители задают вопрос: **«А можно ли, например, оплачивать их домашний труд, чтобы стимулировать желание детей помогать?»**. НЕТ, не советую! Это не способ научить их помогать в доме из чувства сострадания или доброго отношения. Стимул в этом случае будет другой: корысть, деньги, выгода. И чему же мы научим детей? Кто вырастет?

Используйте для уроков доброты каждый удобный случай. Это может быть просящая милостыню старушка, которой ваш мальчик отдаст булочку или конфету, бедный и голодный стариk с протянутой рукой. Купите хлеб или пирожок, если не хотите давать деньги. Но эти поступки очень хорошо влияют на психику маленьких детей. От эгоцентричного внимания к себе он перенесет свое страдание и внимание на других людей.

- **Малыш требует внимания взрослого или родителей.** Очень распространенная картина: мама или папа разговаривает с кем-либо, а ребенок дергает маму за юбку (или папу за брюки), привлекая внимание, и все время повторяет: «Мама! (Папа!) Посмотри!». Мама, рассердившись, говорит: «Не мешай, когда взрослые разговаривают!». В таких случаях невозможно научить ребенка этикету или культурному поведению. То, что хочет ребенок сказать

или показать, для него необыкновенно важно и поэтому действительно требует вашего внимания. Лучше наклонитесь к нему и спросите, что случилось. Учить ребенка правильно вести себя лучше дома, в спокойной обстановке. Пусть потренируется с вами на разных ситуациях и усвоит правила поведения в обществе. Действие или поступок закрепляется в памяти гораздо сильнее, чем окрик или замечание, сделанное недовольным тоном. Дети в таких случаях больше запоминают эмоции, которые вы проявили, чем суть самого замечания.

Я помню, как в одной церкви учила группу маленьких детей, как помочь старушке перейти улицу. Переодели девочку-подростка в старушку в очках, в платочке, сгорбленную, с сумкой в одной руке и с палочкой в другой. Она переходит улицу (комнату). Предлагаю детям помочь старушке. Дети в недоумении минуту смотрят на «женщину», потом всей толпой начали ей помогать, палку забрали, сумку отняли и «перевели бабушку» благополучно! А сколько услышали от нее благодарностей! Улыбки были до ушей! Я верю, что они запомнили эту ситуацию на всю жизнь.

- **Ребенок робок с незнакомыми.** И это вполне естественная реакция на пришедшего в гости человека. Он не хочет общаться, здороваться, подходить или даже смотреть на незнакомца. Часто мамы смущаются в такие минуты, им неудобно, что их ребенок игнорирует дорогого гостя. Но нам необходимо знать: заставлять ребенка в первые 10 минут побороть свое смущение или страх перед незнакомым человеком неправильно. Дайте ему возможность

присмотреться, освоиться. Дети внимательно разглядывают пришедшего, обращают внимание на поведение мамы и только тогда могут сделать первые шаги к гостю.

- **У ребенка развит мир воображения, он фантазер, но не обманщик.** Это одна из особенностей детей до четырех лет, о которой мы говорили выше. Им нужна картина или ситуация, которую они сами придумали, чтобы создать в воображении свою реальность, и это просто замечательно. Подыграйте ребенку, и он научится сочинять, придумывать хорошие окончания историй для хороших девочек и мальчиков.

Я вспоминаю историю одной девочки, которая была выдающейся фантазеркой и часто сочиняла истории о детях, своих подругах во дворе. В свои 3,5 года она была довольно развита. Ей много читали, рассказывали, и она всегда старалась заранее предугадать, чем все окончится в рассказе. Однажды она прибежала домой и огорчила своих родителей известием, что ее подружку по песочнице укради и ее увез дядя на машине. Родители испугались, побежали к родителям девочки, спросили, знают ли они, что с ней случилось, и хотели звонить в полицию. Но мама и папа подружки были спокойны и рассказали, что Машенька действительно уехала, но со своим родным дядей на его машине к бабушке в деревню. «Что же ты выдумала такую историю?!» — опомнились родители. Но девочка спокойно ответила: «Я этого дядю не знаю, а моя подружка села к нему в машину и уехала. Он ее за руку привел к машине, она не очень хотела ехать, я это видела. И поэтому я побежала домой, чтобы рас-

сказать папе и маме. Я сделала неправильно?». Она все правильно сделала, потому что слышала всякие рассказы о том, что садиться в чужую машину без родителей опасно. Реакция девочки была очень даже правильной, хотя страха тоже было достаточно.

- **Ребенок любит коллектив, группу, но в игре предпочитает быть один.** Это связано с фантазией и воображением. Ребенок живет в своем мире и знает, что там происходит. А другие дети ему только мешают в этой игре. Поэтому лучше детей до трех лет не собирать в группы для совместных игр, они не смогут мирно сотрудничать. Только с возрастом ролевые игры будут доступны и интересны некоторым детям, участвующим в них.
Помню себя в возрасте немного старше трех лет. Первая фраза уже тогда у меня была одна и та же: «А давай ты будешь больная, а я — врач и начну тебя лечить!». И все дети почему-то соглашались участвовать в этой игре. «Больному» ничего не нужно было придумывать, думает, фантазирует и действует только «врач». И мне больше ничего не нужно было.
- **Ребенок нуждается в доброжелательном исправлении (диалог).** Естественно, дети совершают ошибки в поведении или игре. В таких случаях у мамы иногда не хватает терпения, знаний, выдержки и спокойствия, чтобы сделать самое главное для своего ребенка — рассказать спокойно, что было неправильно и как можно исправить. Хотите ли вы воспитать в своих детях уважение к другим людям и авторитету? Значит, они должны уже в раннем

возрасте учиться правильно вести себя при возникновении конфликта. Вырастая, они применят ваш пример поведения в своей жизни. Покажите им на собственном примере, как можно справиться с гневом, печалью или смущением. Ваше поведение — большой урок для детей. Никогда не кричите на детей, что бы они ни сделали. Это не поможет исправить положение, а научит их кричать на других в случае ошибок в играх или поведении.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

Эмоции — это часть человеческой сущности, его психики, это признаки его здоровья или болезни, умения контролировать или выражать себя как личность. Маленькие дети чрезвычайно эмоциональны: они радостны и печальны, счастливы и испуганы, довольны и расстроены. И все эти эмоциональные состояния сразу видны на их лицах.

- **Все эмоции ребенок выражает очень ярко, не контролируя.** Широкая улыбка пятимесячного малыша умиляет и радует. В годик, делая первые шаги маленькими ножками, он выражает полный восторг и радость, однако на лице также появляются признаки напряжения и сосредоточенности. В два года может быть полный восторг от кошки, а в три новая игрушка вызывает бурю радости. Оторвалась рука у куклы — искренний плач и страдание в глазах. В такие минуты дети нуждаются в сочувствии, утешении и помощи. Как родители реагируют на эмоции ребенка в этом раннем возрасте? Скорее всего, не обращают внимания. «Что случилось? Ничего страшного, ку-

пим другую куклу!» Равнодушие. Бесчувствие. А мы же в старости ожидаем от своих любимых детей поддержки и помощи. Воспитывая ребенка, нужно научиться «читать» его эмоции, потому что ребенок не понимает, как называется то, что он чувствует. Назовите эту эмоцию, объясните, как с этим чувством справиться. Если малыш расстроен или рассержен, скажите ему: «Ты расстроился, потому что машинка сломалась. Но мы ее сейчас починим и все будет хорошо». Дети открыты и не умеют при творяться, они выражают то, что чувствуют.

- **Уже с девяти месяцев проявляется гамма эмоций:** интерес, удивление, печаль, отвращение, гнев, презрение, страх, радость. На лице ребенка иногда настолько ярко видно его эмоциональное переживание, что всегда хочется немедленно сделать фото, чтобы это запечатлеть. Однажды я наблюдала, как меняется выражение лица маленького мальчика во время музыки. Папа исполнял на пианино веселую песенку, а грудной ребенок быстро двигал ручками и ножками и улыбался. Мелодия изменилась и погрустнела, минор тут же изменил выражение лица малыша, губки искривились, глазки наполнились слезами. И так несколько раз. Реакция была удивительной. Эмоциональный мир маленьких детей очень разнообразен.
- **Ребенок сильно привязан к маме и папе.** Это потребность маленьких детей — находиться между мамой и папой. Это самая высокая точка блаженства. Иногда дети ожидают, когда же оба родителя соберутся у его кроватки. Это приносит ему удовольствие. Слезы и горест-

ные вопли во время ухода мамы или папы — это тоже выражение эмоций горя и страдания. Особенно привязываются девочки к папе, а мальчики — к маме. Этому не нужно удивляться: к трем годам или чуть позже для мальчика станет важным и необходимым общаться с папой, а девочка прильнет к маме. Главная задача родителей — сохранить дружественные, нежные отношения между собой, что будет эмоционально поддерживать ребенка и учить его выражать больше позитивных эмоций. Ребенок должен быть радостным и улыбающимся, но не от подаренных игрушек или вкусной еды, а потому что он счастлив рядом с родителями, которые его любят!

- **Ребенку присущи страхи.** Страх — это естественная реакция организма на опасность. Эта эмоция основана на инстинкте самосохранения. Что может пугать ребенка? Если это первый год жизни, то страх могут вызвать громкие звуки, резкие движения, смена обстановки. У детей до трех лет — другие причины страха. Они начинают осознавать свою индивидуальность: это — я, а это — они, другие. И страх иногда возникает от того, что им грозит разрыв с близким, привычным окружением, разлука с мамой. Если ребенок идет в садик, возникают новые социальные контакты, новые правила и ограничения. И это пугает. Мама жалуется: «Дочь от меня не отходит ни на шаг. Придем на детскую площадку, а она вцепится в мою юбку и стоит. Дети играют, а моя боится. Дома тоже ничего делать не могу, дочь по пятам ходит, от каждого шороха вздрагивает и начинает плакать. Что с ней происходит?» В этом обязательно нужно разобраться.

- **Страх у детей часто возникает на фоне нервной обстановки в семье:** частые скандалы, ссоры, родители на грани развода. Папа для ребенка — символ защиты и безопасности. И вдруг ребенок чувствует, что эта защита исчезает, папа уходит и его бросает. Мама теперь — единственный человек, который может ему помочь. Если в доме часто ссорятся, то, естественно, ребенок становится участником семейной трагедии, эмоциональное состояние ухудшается, он постоянно находится в страхе. Чтобы малыш нормально развивался, он должен чувствовать защиту и безопасность со стороны взрослых. Эта потребность довольно сильная у детей до трех лет. По мере взросления привязанность ослабевает.
- **Страх темноты — это чаще всего последствие накала отношений между родителями.** Ребенок боится, что его бросят. А темнота — это неизвестность, ребенок не знает, что в ней скрывается, и начинает беспокоиться. А еще хуже обстановка, когда родители не обращают внимания на маленьких детей, думая, что они ничего не понимают, переживут, забудут. Ребенок просит их о защите, помощи, а получает шлепок: «Не мешай, спи! Мы с папой разговариваем!». А страх усиливается. Последствием этого могут быть нервные тики, страшные сны, энурез, сосание пальца или психические расстройства.
- **Чрезмерная опека и постоянное беспокойство мамы** могут напрямую отражаться на ребенке. Ее привычные

слова: «Упадешь; ударишься; заболеешь; туда не ходи; в лужу не лезь; это не бери и т. д.», — ребенок слышит постоянно. Неоправданные запреты и ограничения вселяют в ребенка тревогу и неуверенность в себе. На этой почве могут возникать разные проблемы в развитии: боязнь трудностей, страх совершить ошибку, страх ослушаться маму, проявить инициативу.

Лучшая помощь ребенку — напоминание о сильном и добром ангеле-хранителе, который всегда находится рядом с ним.

- **Реальные стрессовые ситуации** могут сильно напугать ребенка и закрепиться в памяти надолго. Например, его укусила собака или он пережил автокатастрофу, опрокинул на себя горячий чай, упал и сломал руку. Травмирующее событие может запечатлеться в подсознании надолго, а чувство тревоги и страха активно проявится совсем в других неожиданных ситуациях. Необходимо своевременно помочь ребенку, проработать все пережитое, поддержать, утешить и объяснить. Тогда негативные последствия происшествия будут устранены. Не отмахивайтесь от тревог и опасений ребенка. Страх усиливается, если его замалчивать или игнорировать. Будьте чуткими к состоянию малыша, посочувствуйте ему, не стыдите его и не дразните.

Лучшая помощь ребенку — напоминание о сильном и добром ангеле-хранителе, который всегда находится рядом с ним. Покажите прекрасную картинку, которую

можно найти в любой христианской литературе. Молитва — лучшее успокоительное для тревожного сердца — как детского, так и взрослого.

ДУХОВНОЕ РАЗВИТИЕ

Духовное развитие детей непосредственно связано с их пониманием Бога. Иногда родители неправильно относятся к этому вопросу. Многие отцы и матери говорят: «Вырастет, сам поймет и выберет, как ему жить и во что верить». Но Господь, наш Учитель и Наставник, дает советы для каждой семьи, как выполнить важную работу возрастания и усовершенствования будущей личности. **«Воспитание ребенка должно начинаться в семье.** Это его начальная школа. Здесь он должен научиться у своих родителей урокам, которые поведут его по жизни, **урокам уважения, послушания, благоговения и самообладания...** Воспитание в семье невозможно переоценить!.. На всех родителях покоится обязанность развивать детей физически, умственно и духовно. Целью каждого родителя должно быть формирование у ребенка уравновешенного гармоничного характера. Это большая и очень важная работа, требующая глубокого размышления, молитв, а также терпения и настойчивых усилий» [17].

Маленькие дети начинают свой жизненный опыт духовного развития с подражания своим родителям.

- **Подражание — основной принцип развития.** Дети-музыканты, дети в будущем врачи, художники, проповедники, преподаватели или алкоголики, преступники — все начинается с подражания кому-нибудь: дедушке, бабушке, маме, папе, любимому дяде или тете, фильмам или



книжным героям. Созерцание картин жизни, просмотр фильмов, телепередач или информации в интернете могут стать первым шагом к выбору жизненного пути.

Дети не скажут: «Хочу быть настоящим человеком!» или «Буду христианином!». А родителям хотелось бы, чтобы так было. Поэтому нужно помнить: подражание вам, дорогие родители, — это основной принцип развития личности. Какие вы мужья или жены, как помогаете друг другу, как относитесь к пожилым людям, больным, соседям — внимательные глаза детей все это увидят и будут копировать ваше поведение.

Как-то я приехала по работе в один город, и мне предложили провести вечер в семье. У них была проблема с организацией семейного досуга по вечерам, и мама просила помочь

своими советами. А детей было четверо. То есть можно организовать что угодно и будет весело, потому что много участников. Я вошла в дом, и его хозяйка познакомила меня с членами

«**Прежде чем воспитывать детей или говорить им о том, какими нужно быть, проверьте себя: есть ли все эти качества из вашего списка в вашем характере?**»

своей семьи. Старшие дети 8 и 10 лет делали уроки. Младшие, мальчики четырех и шести лет, как сказала мама, занимались с папой. Когда мы разговорились, хозяйка предложила зайти в большую гостиную, где сидели папа с мальчиками.

Дверь открылась, и я увидела такую картину: папа сидел на диване и смотрел боевик, телевизор работал довольно громко, а мальчики, открыв рты, внимательно наблюдали за всем, что происходило на экране. А там... стреляли, убивали, бегали и кричали... Я в ужасе спросила хозяйку, что все это означает. «А это у нас каждый вечер так проводится время с детьми...» Пришлось проконсультировать всю семью и рассказать им, как проводить вечера в кругу христианской семьи. Через час мы создали семейный оркестр. Все играли на чем-нибудь, пианино стояло в той же комнате, и можно было сыграть любую мелодию. Мама неплохо играла на гитаре, старший сын очень любил аккордеон и учился на нем играть. Самая маленькая девочка обнаружила очень хорошее чувство ритма. И ей сделали маракас из банки из-под детского питания, насыпав туда фасоли. Если бы еще кто-то зашел и захотел присоединиться к оркестру, то это легко можно было сделать, ведь еще были ложки, крышки от кастрюль, коробки с гречкой, горохом или рисом. Все можно включить в этот чудо-оркестр! Вот и готов

семейный концерт! Мы не могли успокоиться, пока не исполнили все, что только приходило в голову. Это был чудесный вечер! Так приятно было видеть счастливые лица всех детей. Они нужны, они могут, они радуются и счастливы в своей семье. Дети потом целый вечер не отходили от меня, просили еще поиграть, рассказать что-то интересное. А ведь это могли сделать родители, которые в ответе перед Богом за настоящее и будущее своих детей. После беседы отец семейства очень сожалел об упущеных годах, ведь дети уже скатывались по наклонной вниз. Они были упрямые и нервные, дрались, ссорились, и обычным явлением в семье стал крик и постоянные конфликты, то есть телевизионные боевики на практике.

- **Духовные ценности и пример родителей.** Что такое духовные ценности? У родителей должен быть план взращивания духовных ценностей в характере своих детей с раннего возраста. Часто на занятиях с родителями я прошу составить список духовных ценностей, которые они хотели бы увидеть в своих детях. Вот приблизительный перечень тех качеств, который был составлен на занятиях семейных пар еще 45 лет назад: честность, вежливость, трудолюбие, любовь к людям, доброта, уважение к старшим, любовь к Библии, любовь к молитве, послушание. Прекрасный список! Я думаю, что родители и сегодня напишут похожий список, потому что мы хотим для своих любимых детей самого лучшего. Но это только начало нашей работы, а дальше следует ПОДРАЖАНИЕ! Прежде чем воспитывать детей или говорить им о том, какими нужно быть, проверьте себя: есть ли все эти качества из вашего списка в вашем характере? Можете ли вы сказать

подобно апостолу Павлу: «Подражайте мне, как я Христу!» (1 Кор. 4:16).

Если мы хотим, чтобы дети были честны, то в первую очередь задайте себе вопрос: «Насколько честен я как человек, как друг, как сосед?». Ведь наши привычки и черты характера проявляются в жизни подсознательно, мы часто не контролируем своих мыслей и поступков, а поступаем как привыкли, уча этим своих детей поступать так же [23].

Несколько лет назад я была в гостях в одной семье и стала свидетелем интересной сцены семейной жизни. Папа, мама и трехлетняя дочь позавтракали, и каждый занимался своим делом. Папа спешил и быстро собирался на работу. У девочки была обязанность в доме — отвечать на телефонные звонки и приглашать к телефону того, кого попросят. Раздался телефонный звонок. Девочка побежала поднимать трубку, а папа ей вдогонку крикнул: «Меня нет! Я уже ушел на работу!», — и пошел бриться на балкон. Казалось бы, ничего особенного не произошло. Но к телефону попросили папу, и девочка спокойно ответила: «Папа сказал, что его нет дома, вышел на балкон и там бреется». Пока она сказала правду, но через некоторое время родители будут удивляться тому, что дочь их обманывает!

Пройдитесь по своему списку желаний и ответьте на важные вопросы. Если вы хотите, чтобы дети уважали старших, подумайте, какой пример вы показываете, всегда ли вы вежливы, культурны, добры. Покажите им пример уважительного отношения к людям.

Если вы хотите, чтобы дети были трудолюбивы, помогите им полюбить домашнюю работу, пригласите их поработать с вами в огороде или помыть посуду вместе. И в это время расскажи-

те им что-то интересное, захватывающее, чтобы они получили огромное удовольствие. И тогда дети полюбят домашний труд.

Если вы хотите, чтобы дети были вежливы со всеми людьми, не просто говорите им, что нужно разговаривать вежливо. А покажите им, как это выглядит в общении со знакомыми и с незнакомыми людьми. Хотите ли вы, чтобы дети искренне молились? Подумайте, как часто они видят вас стоящими перед Небесным Отцом и разговаривающими с Ним? Это должна быть молитва не только перед сном или обедом, а общение с Иисусом в любое время дня. Ваш ребенок будет смотреть на ваше спокойное, сияющее лицо во время беседы с Богом и запомнит, что молитва — это что-то прекрасное, доброе, доверительное, это разговор с Самим Богом!

- **Возрастание веры на основе доверия родителям.** Мы уже говорили с вами о том, что для детей первого года жизни очень важно удовлетворить психологическую потребность в доверии. После года эта работа не прекращается. Вы для них — самые важные и главные люди в жизни. Для детей неважно, какая у вас специальность или внешность, какой рост или образование. Они нуждаются в том, чтобы папа и мама были рядом с ними, ваше присутствие — это безопасность и покой. Что вы делаете, как поступаете, каким тоном говорите, что говорите — все это пример для них. Они вас копируют.

Я видела очень приятную картину в парке города: дедушка вышел погулять с внуком. Они шли по дорожке и о чем-то рассуждали. Внук все время старался подстроиться под походку дедушки, и это выглядело очень забавно. Ему не очень удобно было идти, держа руки за спиной. Но он очень старался это

делать, потому что дедушка шел именно так. Дедушка чуть наклонялся вперед, как это делают пожилые люди, у которых болит спина, а мальчик точно копировал любимого дедушку — шел немного согнувшись. Люди наблюдали за этой парочкой и улыбались. А я подумала: «А ведь это происходит в семье каждый день и во всем! Наши поступки должны быть под контролем, потому что дети копируют нас!».

Маленькая Леночка родилась в христианской семье. Каждое утро и каждый вечер она была вместе с родителями, когда они молились. А особенно ей нравилось молиться перед едой. Сначала это была привычка складывать руки и тихо стоять. Потом она начала перечислять продукты на столе, за которые обязательно нужно благодарить Иисуса. Это стало ее хорошей привычкой. Но однажды они были в гостях у бабушки и дедушки, который не был настроен на молитвенные отношения с Богом. Когда бабушка поставила на стол любимые вареники со сметаной и благоухающую уху, Леночка сложила руки и сказала: «Иисус, спасибо тебе за вареники и за сметанку, и за бабушку, которая сделала эти вареники, и за дедушку, который любит ловить рыбку, и за уху...». Она помолчала и добавила: «Научи моего дедушку тоже молиться, потому что он не умеет. Аминь». Дедушка был так тронут этой доброй детской молитвой, что решил научиться разговаривать с Иисусом. Очевидно, родители часто вспоминали дедушку в своих молитвах. Девочка слышала молитвы родителей, и это стало ее привычкой.

- **Отношение к Богу** формируется уже с первого года жизни ребенка благодаря участию в молитвенном служении по утрам и вечерам, когда его приносят в этот приятный

семейный круг для молитвы, благодаря вашим рассказам о любви Иисуса. Это истории об исцелении, помощи, творении, чудесах, детях. Но есть важная задача: научиться рассказывать эти истории детям, ведь существуют определенные правила [4].

1. Лучше не читать истории, а рассказывать, глядя в глаза ребенка. Именно в эти минуты вам нужен зрительный контакт.
2. «Включайте» эмоции, когда рассказываете истории, не говорите монотонным и тихим голосом. Дети от такого рассказа быстро устают. Меняйте интонацию и голос для каждого героя.
3. Для детской психики характерно «застрение» на каком-либо месте истории. Время от времени задавайте вопросы по ходу рассказа. Это позволит отвлечь внимание ребенка от «камней преткновения». Например, его внимание привлекло какое-нибудь упоминание о больном человеке или о животном. Ребенок сразу включает воображение, и оно удерживает его на интересном для него месте рассказа. Вы продолжаете, а ребенок вас не слышит. Он «живет» в том месте истории. Когда вы задаете вопрос по содержанию, вам удается привлечь его внимание, и он сможет следить за главными событиями истории дальше [4].
4. В конце рассказа обязательно **обсудите** с детьми, что в жизни действующих лиц было сделано правильно, а что нет. Кто понравился, кто нет и почему? Это те моменты, когда вы учите ребенка думать, рассуждать, учиться правильно решать проблемы отношений, реакций или поступков. Во время рассказов о героях Библии или из жизни других людей и личных опытов можно многое

сделать для коррекции поведения детей. А если эти истории взяты из жизни ваших детей, их внимание удваивается. Всегда жизненные истории лучше запоминаются, сильнее влияют на восприятие и лучше учат принимать правильное решение.

5. Иногда на следующий день можно попросить вспомнить историю, рассказалую вечером. Можно ее нарисовать или сделать какую-нибудь деталь из истории, например, нарисовать кувшин из истории о Гедеоне, или лилию в поле, которую украсил Творец, или птичку, несущую веточку маслины. Тогда вспоминаются и все уроки из истории, которую читали и обсуждали вчера [4].
- **Личные отношения с Богом.** Приблизительно к двум годам ребенок начинает проявлять веру в Бога. Он уже знает библейские истории о Творце, об Иисусе, о чудесах исцеления и о том, что Господь его любит и слышит молитвы его и других маленьких детей. Правильно проводя такие семейные занятия с детьми, родители возвращают в нем сильную веру, потому что дети доверяют маме и папе, сказавшим, что это происходило именно так. Личные детские молитвы очень отличаются от разговора с Богом взрослого человека. Это непосредственный рассказ о том, что произошло, и рассуждения об этом в молитве. Яркие примеры детских просьб и молитв вызывают улыбку и теплые чувства:
- «Дорогой Господь! Я уже понимаю, что Ты — самый главный на Земле, хоть и живешь на Небе. А Тебя не переизберут?»

- «Боже! Почему весной, когда вечером Ты включаешь на небе звезды и дуешь на землю теплый ветер, а вокруг тихо-тихо, мне иногда хочется плакать?»
- «Боже мой! Что мне делать? У меня проблема. Помоги, пожалуйста. Мой организм никак не может долго отдыхать без пищи...»
- «Сегодня я слышал, как в церкви говорили, что мясо есть вредно. Это правда, Господи? А простому человеку можно есть котлеты? Мясо я есть не буду».
- «Мама мне утром сказала, что я во сне плакал. Господи, Ты не помнишь, о чем мы с Тобой говорили ночью?»
- «Дорогой Бог! Прошу Тебя, сделай так, чтобы, начиная с бабушки и кончая слонами, все были счастливы, сыты и обуты» [6].

Я помню первые молитвы сына, когда он говорил с Богом о том, что произошло в нашем доме во время его отсутствия. Ему было около трех лет. Он уехал к бабушке на месяц, а когда вернулся, то узнал, что его любимый пес Барсик погиб. А этот пес очень его любил и катал по двору зимой. Он было его другом. Вернувшись домой, сын не нашел своего друга в будке. Там была другая собака, которая его не знала и начала лаять. Мальчик был очень огорчен всеми этими событиями и решил поговорить с Богом. «Господи, — сказал он, — зачем Тебе собака? Почему Ты забрал Барсика? Если Тебе так нужен пес, то возьми себе Рекса, а мне верни моего Барсика!»

Иисус станет Другом нашим детям, если мы им покажем, как это здорово и прекрасно, на своем личном примере.

Познание Бога производит интересную перемену в ребенке в младшем возрасте. Дети видят своих родителей наделенны-

ми Божественными чертами. Если родители постоянно с детьми, то они воспринимаются ими как всемогущие, всезнающие и вездесущие. В конечном итоге при соответствующем воспитании ребенок переносит все эти качества на Бога. И как важно, что мы, родители, своей любовью и заботой в первые годы их жизни закладываем фундамент для позитивного восприятия детьми Бога, не забывая об уважении и послушании. Мы — единственный понятный нашим маленьким детям образ Бога. Если дети не видят нас большую часть дня, какое у них сложится представление о Боге? Если родители грубы и придирчивы, постоянно недовольны поведением ребенка, как это повлияет на его отношение к Господу? Никогда не забывайте, что образ Божий будет воспринят ими скорее на эмоциональном уровне, чем осознанно; образ, который окажет влияние на всю их жизнь. Отношения с родителями в значительной степени влияют на будущее представление о Боге [11].

Тесная связь между родителями и детьми жизненно необходима для последующего формирования веры. Такая связь рождает чувство безопасности.

Уверенность и доверие — основа для возвращения глубокой веры.



Список использованной литературы

1. Белоусова М. В., Карпов А. М. **Влияние гаджетов на развитие коммуникации и речи у детей раннего возраста** // Практическая медицина. — 2014. — № 9 (85). — С. 108—112.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. **Общаться с ребенком. Как?** — Москва: Издательство ACT, 2019. — 304 с.
3. Гринфилд С. **Ребенок, воспитанный на социальных сетях, теряет способность к сопереживанию**. — Режим доступа: <https://theoryandpractice.ru/posts/3539-suzan-grinfeld-rebenok-vospitanny-na-sotsialnykh-setyakh-teryaet-sposobnost-k-soperezhivaniyu>
4. Гумель Г. **Материалы для пасторов и лидеров молодежи** // Семинар для руководителей молодежи. — Мамаивцы, 1995.
5. Добсон Дж. **Не бойтесь быть строгими**. — Санкт-Петербург: Библейский взгляд, 2006. — 304 с.
6. Дымов Михаил. **Дети пишут Богу**. — Рига: Вайделоте, 1997.
7. Карделлан К., Грэзийон Г. **Дети процессора: как Интернет и видеоигры формируют завтраших взрослых** / Пер. с фр. А Лущанова. — Екатеринбург: У-Фактория, 2006. — С. 272.
8. Карпов А. М., Чудновский Е. В., Герасимова В. В. **Компьютерная деятельность детей – фактор риска психических и личностных нарушений** // Тезисы докладов III Международного симпозиума «Феномены природы и экологии человека». — Казань, 1997. — С. 201—202.
9. Кэмпбелл Р. **Как по-настоящему любить своего ребенка** / Пер. в англ. И. Евсеева. — Санкт-Петербург: Мирт, 2011. — 155 с.
10. Кэмпбелл Р. **Как справляться с гневом своего ребенка** / Пер. в англ. С. Жужунавы. — Санкт-Петербург: Мирт, 1999. — 192 с.
11. Майер П., Рэтклифф Д. **Воспитание ребенка: От рождения до двенадцати лет**. — СПб: Библия для всех, 2001. — 173 с.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

12. Петрановская Л. Тайная опора. **Привязанность в жизни ребенка.** – М: АСТ, 2015. – 115 с.
13. Равич Рената. **Письма к будущей матери. Как родить здорового ребенка.** – Москва: Издательские решения, 2016. – 505 с.
14. Сигал Дж. **Путешествие ребенка** // Julius Segal, Herbert C. Yahraes. A Child's Journey: Forces that Shape the Lives of Our Young. McGraw-Hill, 1978. – 354 р.
15. Сирс У. и М. **В ожидании малыша.** – Москва: Эксмо, 2017. – 494 с.
16. Стасюк О. **Более чем победитель: Библейская психология детства.** – Киев: Джерело життя, 2014. – 480 с.
17. Уайт Э. **Воспитание детей.** – Заокский: Источник жизни, 2009 – 640 с.
18. Уайт Э. **Патриархи и пророки.** – Киев: Джерело життя, 2019. – 768 с.
19. Уайт Э. **Семья и здоровье.** – Режим доступа: <https://www.otkrovenie.de/book/sema-i-zdorove/book.html>
20. Уайт Э. **Служение исцеления.** – Заокский: Источник жизни, 2013. – 480 с.
21. Уайт Э. **Христианский дом.** – Заокский: Источник жизни, 2012. – 544 с.
22. Фостер В. Клайн, Джин Фэй. **Воспитание с любовью и логикой.** – Киев: Рука допомоги, 2013. – 258 с.
23. Хабенихт Д. **Как учить детей в Субботней школе.** – Заокский: Источник жизни, 1997 – 288 с.
24. Хабенихт Д. **Как помочь вашему ребенку понастоящему полюбить Иисуса.** – Заокский: Источник жизни, 1998. – 352 с.
25. Results from the Active Healthy Kids Canada 2012 Report Card on Physical Activity for Children and Youth. Paediatr Child Health. 2013 Jun-Jul; 18(6): 301–304.
26. Zero to Eight: Children's Media Use in America 2013. – Common Sense Media, 2013.
27. Exploring the Effects of Technology on Children.
28. Victoria J. Rideout, M.A.. Ulla G. Foehr, Ph.D. GENERATION M2. Media in the Lives of 8- to 18-Year-Olds. A Kaiser Family Foundation Study. JANUARY 2010.

**Лидия Нейкурс
Поперек кровати**

Директор издательства **В. Джулай**

Главный редактор **Л. Качмар**

Редактор **Л. Шаповал**

Корректура **Е. Мехонощина**

Компьютерная верстка, дизайнер обложки **Т. Романко**

Ответственная за печать **Т. Грицюк**

Формат 84x108'/32. Бумага офсетная. Печать офсетная.

Подписано к печати 09.01.2020 г. Гарнитура Калибри. Тираж 5 000 экз.

Свидетельство: серия ДК № 787 от 28.01.2002 г.

Издательство «Джерело життя»
04071, г. Киев, ул. Лукьянинская, 9/10-А

тел. (044) 425-69-06, факс 467-50-64, e-mail: dzherelo@ukr.net