

**ПРОСТО
О СЛОЖНОМ**

Юлия Гусева
*кандидат психологических наук,
практикующий психолог*

ЭТИ

НЕПОНЯЯТНЫЕ

ДЕТИ

Общаемся без криков,
наказаний и ссор



Просто о сложном

Юлия Гусева

**Эти непонятные дети. Общаемся
без криков, наказаний и ссор**

«Феникс»

2024

УДК 37.0
ББК 74.90

Гусева Ю. Е.

Эти непонятные дети. Общаемся без криков, наказаний и ссор /
Ю. Е. Гусева — «Феникс», 2024 — (Просто о сложном)

ISBN 978-5-222-48131-8

Эта книга о ваших детях, малышах, которым нет еще и трех лет, вместе с которыми вы пустились в захватывающий, но весьма сложный путь – воспитание. Каждый этап жизни ребенка несет что-то новое и зачастую непонятное для родителей. Почему ваш ребенок еще неделю назад улыбался и радовался всем взрослым, а теперь стал пугаться и плакать при виде бабушки и дедушки, которые зашли навестить внука? Все ли с ним в порядке? Почему ребенок целенаправленно выбрасывает игрушки из манежа? Почему малыш замахивается на взрослых, неужели у вас подрастает хулиган? В чем причина подобного поведения малыша и как корректно на него реагировать? Это лишь немногие ставящие родителей в тупик вопросы, ответы на которые вам подскажет эта книга.

УДК 37.0
ББК 74.90

ISBN 978-5-222-48131-8

© Гусева Ю. Е., 2024
© Феникс, 2024

Содержание

Предисловие	6
Введение. Как вырастить ребенка счастливым и не стать несчастным самим	7
О развитии детей младенческого и раннего возраста	12
Нервная система и рефлексы новорожденного. Ощущения и восприятие ребенка	13
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Юлия Гусева

Эти непонятные дети. Общаемся без криков, наказаний и ссор

© Гусева Ю. Е., 2024

© Оформление ООО «Феникс», 2024

© В оформлении обложки использованы иллюстрации по лицензии Shutterstock.com



*Посвящается моей бабушке, Сафелкиной Валентине Михайловне,
талантливому педагогу и чуткому человеку.*

Предисловие

Здравствуйте, дорогие читатели и читательницы!

Эта книга написана для родителей. Для тех, кто только готовится к рождению малыша и хочет немного узнать о психологии детей раннего возраста, а также для тех, кто уже воспитывает сына или дочь. Книга посвящена определенному возрасту, точнее двум первым периодам жизни ребенка: младенческому (до 1 года) и раннему (от 1 года до 3 лет). Принцип, по которому я отбирала материалы для этой книги, весьма прост. Здесь собраны ответы на самые распространенные вопросы родителей, касающиеся развития и воспитания детей до трех лет. На эти вопросы я регулярно отвечаю и на очных консультациях, и в виртуальном пространстве. Многие вопросы мне задавались неоднократно. В очередной раз отвечая на вопрос, ответ на который я давала всего несколько дней назад, я начала писать небольшие заметки для родителей и выкладывала на своем сайте (www.psyhlp.ru) и в социальных сетях. Через пару лет количество этих заметок стало таким, что я задумалась о том, что стоит собрать эти вопросы и ответы под одной обложкой. Так появилась книга, которую вы держите в руках. В этой книге условно можно выделить две части: теоретическую и практическую. В первой, теоретической, части «О развитии детей раннего возраста» представлены различные психологические теории, которые раскрывают вопросы закономерностей развития и воспитания детей, особенности взаимодействия детей и родителей. Вторая часть, практическая, состоит из нескольких разделов. В ней описаны разнообразные практики (маленькие хитрости), которые могут помочь родителям более эффективно взаимодействовать с собственными детьми, не прибегая к наказаниям и угрозам, не ссорясь между собой и с детьми.

Все практики, приведенные в книге, неоднократно опробованы как лично мной, так и моими многочисленными клиентами-родителями. Эти практики эффективно работают, однако важно понимать, что не всегда, не во всех ситуациях и не с каждым ребенком. То, что сработало с одним ребенком, может не сработать с другим. Родителю важно быть гибким и, возможно, в некоторых ситуациях придется менять стратегию поведения, использовать новые способы взаимодействия с ребенком. Также следует понимать, что каждая описанная ситуация не является универсальной и важно учитывать и возраст ребенка, и ситуацию взаимодействия, и контекст. Например, в разделе «Маленький драчун» описывается прием перенаправления агрессивной энергии. Он хорошо подходит для детей в возрасте примерно от года до двух лет, но однозначно не будет эффективен, если вы попытаетесь применить его к ребенку пяти или шести лет.

Я благодарна всем моим очным и заочным клиентам за то, что они задавали мне вопросы, порой стесняясь, смущаясь и преодолевая себя. Особенно ценно было для меня получать от них обратную связь о том, как меняется их взаимодействие с ребенком и появляется больше взаимопонимания.

Особую благодарность хочу выразить моему мужу, Олегу Покатилову, за его вклад в эту работу. Некоторые описанные мною идеи придуманы и реализованы им на практике в процессе воспитания наших сыновей. Также хочу поблагодарить моих сыновей, Федора и Филиппа Покатиловых, за мой бесценный и бесконечно счастливый опыт материнства и возможность на практике применить все то, что я знала в теории.

Введение. Как вырастить ребенка счастливым и не стать несчастным самим

Введение – это маленькая выжимка, краткое содержание всей книги. Если сформулировать, что я хочу донести до родителей, то это следующее: постарайтесь понять своего ребенка и жить вместе с ним в ладу с собой, не забывайте о себе, заботьтесь не только о ребенке, но и о себе.

Счастье рядом, но...

Принято считать, что с рождением ребенка в доме появляется счастье. Конечно, это так. Долгожданный маленький комочек заставляет сердце сжиматься от радости, а дыхание порой и вовсе останавливается от восторга. Нередко мама начинает жить жизнью ребенка, ее интересы отодвигаются на задний план. В этом и заключается опасение стать несчастной самой. Не то чтобы совсем несчастной. Материнское счастье остается, но порой уходят из жизни какие-то небольшие радости, которые раньше составляли ее полноту.

Что же делать? В первую очередь – не забывать о себе. Конечно, с появлением младенца мы перестраиваем свою жизнь с учетом потребностей нового члена семьи. Но при этом важно, чтобы и потребности других членов семьи удовлетворялись.

Мама заботится о малыше. А кто позаботится о маме?

Детская площадка. В коляске лежит очень нарядный младенец. Новые фирменные джинсы, рубашечка, даже детские пинетки-кроссовочки. Кроссовки ему еще точно не нужны, так как малыш еще даже не начинает учиться ходить. Но они, безусловно, создают образ. Рядом мама. Гордая, но как будто немного чем-то недовольная. Чем же? Оказывается, раньше мама регулярно покупала себе новые вещи. Это было ее развлечением. А сейчас она чувствует, что должна все делать для сына, ведь она – мама. Поэтому и скупает половину вещей в «Детском Мире».

В чем ошибка этой мамы? Она чувствует, что слишком много должна своему ребенку. А ведь она и так делает для малыша все, что нужно: любит и заботится о нем. Но она не должна жить только ради ребенка, не должна, например, покупать ему слишком дорогие вещи в ущерб себе.

Зачем же мама это делает? Ей почему-то нужно показать другим и себе, что она хорошая мама. Может быть потому, что ее мама периодически твердит: «Ты теперь мать, ты должна забыть о себе...»

И возвращаясь к заголовку: кто же позаботится о маме?

В первую очередь – она сама!

Не в игрушках счастье...

Современные родители – это дети 90-х годов. У большинства из них не было изобилия игрушек... Как же хочется наверстать упущенное, поиграться самим, дать ребенку все то, чего не было у тебя. Каков результат? Я знаю одну прекрасную, заботливую маму, у сына которой более двухсот машинок. Все эти машинки аккуратно стоят стройными рядами на полках. Представляете, как много труда составляет маме постоянно поддерживать эти полки в порядке? Она

вытирает пыль, бесконечно моет машинки, снова и снова бережно расставляет их на полках... На это уходит очень много времени...

Другая мама очень расстраивается, что ее сын почти не играет в игрушки, хотя в магазине постоянно слезно просит купить ему все новые и новые. Действительно, мальчик играет новыми игрушками максимум 1–2 дня, а потом забывает о них. Дома игрушки хранятся в огромных коробках. Ребенок играет так: он выворачивает на пол целую коробку игрушек или даже две, роется в них и теряет интерес. Ему быстро становится скучно. Вечерами всегда возникает проблема уборки, и несчастная мама сначала безуспешно пытается заставить сына убрать игрушки, а потом собирает игрушки сама, просто ссыпая все в коробку... Знаете, на что это похоже? У Софи Кинселлы есть серия романов про шопоголика. Бекки скупает все подряд, получая огромное удовольствие от процесса. Но она теряет интерес к новой вещи практически после ее оплаты. Очень показателен эпизод, в котором она дает мужу обещание надеть каждую свою вещь 3 раза. И когда Бекки начинает разбирать шкафы, выясняется, что у нее сотни вещей, не надетых ни разу. Она даже не помнит, когда и зачем их купила... Аналогичное происходит и с этим мальчиком. Он не помнит, какие у него есть игрушки, потому что этих игрушек слишком много. Он не играет в них, потому что ему сложно выбрать игрушку из многообразия. И именно поэтому ему хочется иметь все новые и новые игрушки. Получается замкнутый круг: истерики в магазинах, ежедневные ссоры из-за уборки.

А ведь ребенку достаточно небольшого числа игрушек. Главное, чтобы он всегда знал, где какая игрушка лежит, и мог ее достать самостоятельно. Ведь если малыш хочет найти какую-то конкретную вещь и знает, что она в одной из вот этих десяти огромных коробок или на балконе, а может быть, в кладовке или в гараже, то у него просто не хватит сил ее найти. Но если ребенок знает, что нужная ему игрушка лежит на конкретной полочке, то даже 2–3-летнего малыша можно научить не только самостоятельно брать то, что нужно, но и сразу же после игры убирать вещь на место. И тогда маме не придется каждый день тратить время на бесконечную уборку. Не в игрушках счастье... А в чем же? Для ребенка в первую очередь счастье в том, чтобы была возможность играть этими игрушками, чтобы они удобно располагались, чтобы малыш знал, где какая игрушка лежит. Эти условия невозможно удовлетворить, если игрушек слишком много.

Должна ли мама?..

Очень ответственная бабушка все время твердила своей дочери: «Дети обязательно должны есть свежую еду!» И ее дочь, хорошая, но несчастная мама, готовила за день четыре разных блюда. Каждый день. Потому что она точно знала, что ребенку нельзя есть вчерашний суп... Что произойдет с ребенком, если он съест на обед вчерашний суп? Ничего плохого. Но сама мама точно станет чуточку счастливее, потому что у нее появится свободная минутка.

А еще эта мама каждый день по ночам убирала квартиру, стирала и гладила белье, мыла посуду. Почему по ночам? Потому что это была очень-очень хорошая мама, которая, как мы уже поняли, слушалась свою маму. А ее мама регулярно говорила: «Все дела нужно делать, когда ребенок спит». Почему? Мама считала, что когда ребенок бодрствует, с ним нужно заниматься, играть, читать...

Даже во время тихого часа эта несчастная мама не знала покоя. После сна она с сыном обычно занималась разнообразной творческой деятельностью. И поэтому весь тихий час вырезала заготовки для аппликаций, замешивала тесто для лепки, т. е. полноценно готовилась к занятиям.

Вся эта деятельность серьезно усложняла маме жизнь. И возникает вопрос: а должна ли мама полностью отдаваться общению с ребенком, его интересам? Наверно, это риторический

вопрос... Потому что все вышеперечисленное можно делать вместе с ребенком, ведь дети обожают делать все «как мама»...

Что интересно маме?

Занимайтесь с малышом тем, что интересно и вам. Тогда и вашему ребенку будет интересно. Я вспоминаю маму, которая очень не любила лепить. Как только она брала в руки пластилин, сразу же начинала раздражаться. Сама вязкая консистенция пластилина, то, что он противно размазывается по рукам, уже выводили ее из себя. Однако это была очень ответственная мама. Каждый день она с дочкой занималась каким-то творчеством: рисование, аппликация, лепка, поделки и т. д. Ей казалось, что ребенок обязательно должен заниматься разнообразной деятельностью. И она мужественно терпела. Мало того, выискивала все новые и новые схемы лепки и воплощала их вместе с ребенком в жизнь. А сама мама любила вышивать. Но у нее никогда не хватало времени на свое хобби. И для нее стало открытием, когда подруга, которой она пожаловалась, посоветовала ей вместо лепки вышивать вместе с дочерью. «Зачем ты занимаешься с дочерью лепкой?» – спросила подруга. «Ну как же, лепка развивает мелкую моторику, учит работать со схемой, развиваются цветовые ощущения ребенка», – ответила мама. «Но ведь все это развивается и с помощью вышивки, а это занятие тебе нравится», – парировала подруга. И это был уже почти шок для мамы, которая старалась преодолеть себя и делать то, что ей не нравится, ради дочери. И они стали вышивать вместе. Это были по-настоящему прекрасные часы, которые дочь и мать проводили рядом.

Ожидание... Как его скрасить

Странный заголовок. Непонятный. Разве у мам есть время для ожидания? Какое ожидание? Мамам не хватает времени. А вот и нет, дорогие мамочки. Практически все из вас почти каждый день по часу, а то и больше ожидают своих детей, сидя в коридоре развивающего центра, холле бассейна, музыкальной школы или на трибуне катка. Я не первый год наблюдаю за ожидающими мамами. Знаете, что я заметила? Большинство из них собираются кучками и разговаривают... ни о чем. Почему ни о чем? Потому что они малознакомые люди, случайным образом познакомившиеся. И разговаривают они друг с другом скорее от скуки, чем из интереса. Мама, может быть, и почитала бы или повязала, да в спешке не до этого. Нужно было собрать ребенка, положить ему форму, тетрадки, сменку... А о себе мама подумать не успела. Некогда.

А что если все-таки позаботиться о себе? Взять с собой книгу или рукоделие? Или во время занятий ребенка в бассейне поплавать самой? Или просто одной погулять в парке? Сделать то, что давно не делала?

Нужно ли бежать впереди паровоза?

Видели ли вы мам с детьми на прогулке, в музее, зоопарке? Они часто спешат показать ребенку все, что запланировали, торопят его. А ребенок? Впервые попав в музей, ребенок робеет, озирается, пораженный великолепием и мощью увиденного. Порой он застывает еще в холле. Ему нужно осознать, понять, прочувствовать увиденное. А мама торопит. Ей кажется, что глупо стоять в холле, нужно быстрее идти в залы и смотреть, смотреть, смотреть. А ребенок и так смотрит. Я вспоминаю первый поход в Русский музей моего младшего сына. Ему было около года, и посещение музея заняло у нас ровно 20 минут. Старший успел показать ему свой любимый зал: мы посмотрели картины Айвазовского и «Последний день Помпеи» Брюллова. И

пошли на выход под негодующее бурчание старшего сына, требовавшего отправиться смотреть Куинджи...

А в зоопарке? Родители в первую очередь ведут детей смотреть на экзотических, редких животных: белого медведя, жирафа, носорога, слона. А ребенок застывает перед клеткой с зайчиком, смотрит на уток, хотя неоднократно видел их в парке... Что в этот момент происходит с мамой? Она понимает, что далеко не каждый день они ходят в зоопарк, ей хочется показать ребенку всех животных. У мамы возрастает уровень тревоги, она начинает нервничать и торопит его. Если озвучить мамино беспокойство, будет что-то типа: «Мы ехали сюда час и купили дорогой билет не ради того, чтобы смотреть на уток, что плавают в пруду рядом с нашим домом». И мама опять становится несчастной...

А как стать счастливой в этом случае? Совершенно не просто отпустить ситуацию и посмотреть на нее философски. Ребенок доволен, он смотрит на то, что хочет. Почему бы не насладиться сейчас зрелищем вашего счастливого ребенка?

Ужасно ли бросать начатое?

Вообще-то в нашем обществе люди, которые бросают недоделанные дела, не ценятся высоко. Но доводить дело до конца для взрослого и ребенка – разные вещи. Взрослый, начиная новое дело, в состоянии оценить, сколько усилий потребуется, сколько времени оно займет. Например, мы не начинаем обычно печь торт ночью и не рассчитываем, что сможем сделать ремонт за пару дней... Дети не могут оценить объем работы, ее трудоемкость. Особенно, если инициатива что-то сделать исходит не от ребенка. Например, если мама предложила малышу сделать какую-то творческую работу, скажем, аппликацию, то пока что только мама знает о том, каков должен быть конечный результат.

А теперь представьте себе, что вам предложили что-то сделать. Но вы не знаете, сколько времени займет создание шедевра, не знаете, что вообще вы будете делать. В этом случае не удивительно, если вы не сможете закончить начатое. Также нельзя забывать, что для родителей важен результат, а для ребенка – процесс.

Правда, родители часто беспокоятся, что если они не будут доделывать с ребенком все до конца, то он так и не научится заканчивать дела, будет бросать все на полпути. Давайте сравним три возможных варианта развития ситуации.

Вариант первый. Ребенок устал и не хочет заканчивать поделку, мама настаивает, ребенок капризничает, мама продолжает настаивать. В итоге слезы, возможно истерика. В дальнейшем – нежелание вообще что-либо делать. Ребенок не получил удовольствия от работы, ему уже не важен результат, потому что главное на данный момент – это негативные эмоции, которые он испытывает.

Вариант второй. Мама создает иллюзию законченной работы и быстренько доделывает все сама. Поделка готова. Ура! Только есть ли смысл в том, что работа закончена? Что усвоил ребенок? В первую очередь то, что мама может доделать работу за него, а, возможно, и просто сделать что-то вместо него. Научили ли мы в этом случае ребенка доводить дело до конца? Скорее нет, чем да...

Вариант третий. Ребенок больше не хочет делать поделку, и мама говорит: «Это очень большая работа. Мы много сделали. Смотри, мы вырезали почти все детали и часть наклеили. Давай сейчас сложим все в коробку, чтобы ничего не потерялось, и доделаем аппликацию вечером». Мама и ребенок все убирают и позже возвращаются к поделке, заканчивая ее. Этот вариант является наиболее продуктивным.

А что для вас счастье?

В заключение обычно нужно сделать какой-то вывод. А какой вывод могут сделать родители, прочитав то, что я написала? Наверно, каждый сделает свой. Ведь мы все разные, и у нас совершенно разные, непохожие друг на друга дети. И выводы наверняка будут различные. Кто-то увидит, что собственными руками делал себя несчастным и что-то исправит. А кто-то поймет, что, наоборот, живет прекрасно и ему незачем менять что-то в собственной жизни и в отношениях с детьми. И это замечательно!

О развитии детей младенческого и раннего возраста

Малыш родился. Рождение – это резкая смена среды. В материнской утробе еще не родившийся на свет младенец существовал в оптимальных условиях (всегда была оптимальная температура, питательные вещества и кислород попадали в организм регулярно) и был защищен от внешних воздействий. Новая среда не такая благоприятная, если не сказать враждебная. Мало того, если в утробе матери мир вокруг малыша был постоянен, то новый мир таким постоянством не отличается. Здесь то холодно, то жарко, еды может быть много, а может быть и недостаточно. При рождении ребенок совершенно беспомощен, полностью зависит от взрослого и его действий. При этом, чтобы выжить в новых условиях, малышу как минимум нужно самостоятельно дышать и сосать. Для выживания этого достаточно, а вот для полноценного развития – нет. Малышу не менее важны любовь родителей, телесный и эмоциональный контакт с ними. Об этом и пойдет речь в данном разделе.

Нервная система и рефлексы новорожденного. Ощущения и восприятие ребенка

У новорожденного присутствует ряд безусловных рефлексов. Это рефлексы, с которыми ребенок рождается. Условные рефлексы начинают появляться не сразу после рождения, а на втором-третьем месяце жизни.

Рефлексы новорожденных делятся на две группы: рефлексы выживания (дыхание, рефлекс «поиска груди», сосательный рефлекс, моргание, зрачковый рефлекс) и примитивные (рефлекс Моро и Бабинского, хватательный рефлекс кисти и стопы, рефлекс ходьбы, плавательный рефлекс, шейно-тонический). Зачем нужны ребенку рефлексы?

Рефлексы выживания служат для того, чтобы ребенок в первые недели жизни мог адаптироваться к окружающей среде. Так, малыш ищет грудь и начинает сосать. Ему не нужно учиться этому. Об этом позаботилась природа, наделив его безусловными рефлексами. Позже управление будет осуществляться высшими мозговыми центрами. Через некоторое время рефлекторные реакции станут произвольно управляемыми. Например, упомянутый выше процесс нахождения материнской груди и сосание только сначала являются рефлекторными, но постепенно становятся управляемыми. Дыхание хотя и останется на всю жизнь рефлекторным, но по прошествии времени ребенок учится им управлять. Он сможет усилием воли задержать дыхание, например при нырянии, или тогда, когда в процессе купания мама смывает шампунь с его волос.

Младенцу мир представляется не совсем таким, как воспринимают его взрослые. У младенца, так же как и у взрослого, есть зрительный, слуховой, вкусовой и другие анализаторы. Но анализаторы новорожденного еще не до конца сформированы, можно сказать, работают не в полную силу и требуется время для их созревания.

Зрение ребенка отличается от зрения взрослых. Поэтому взрослому важно понимать, что младенец видит мир несколько иначе. Новорожденные чувствительны к свету, их зрачки сужаются и расширяются в зависимости от интенсивности освещения. В первое полугодие жизни зрительное восприятие ребенка развивается очень интенсивно. Младенцы могут фокусировать взгляд, но эта способность зависит от расстояния до воспринимаемого предмета. Если предмет находится на расстоянии примерно 18–25 см от младенца, то на этом предмете взгляд фокусируется. Таким образом, ребенок не воспринимает объекты, которые находятся в одном с ним помещении на расстоянии более 25 см. Поэтому совершенно бессмысленно украшать комнату, в которой находится младенец, игрушками, картинками, развивающими плакатами, рассчитывая на то, что ребенок будет ими любоваться. От этих картин и плакатов, конечно, ему не будет вреда, но и пользы это тоже не принесет. Ровно как слишком высоко подвешенные игрушки окажутся вне поля зрения малыша.

При этом малыш может даже следить за объектом, если тот находится в его поле зрения (напомню, поле зрения малыша составляет примерно 18–25 см). Это может быть, например, лицо мамы, которая держит ребенка на руках. Кстати, психологические исследования показывают, что всем прочим объектам младенцы предпочитают человеческое (материнское) лицо. Интересны эксперименты, демонстрирующие способность младенцев имитировать экспрессию взрослых. Оказывается, уже 2–3-дневные новорожденные могут подражать мимике взрослого. Наблюдение младенцем за лицами взрослых, имитация их мимики – это средство общения ребенка и взрослого. Через такое общение устанавливается первая эмоциональная связь между маленьким человеком и взрослым.

На протяжении многих десятилетий считалось, что младенцы не различают цвета. В настоящее время есть основания полагать, что новорожденные могут различать некоторые яркие цвета. Однако, несмотря на это, младенцы предпочитают черно-белые изображения.

Вероятно, это связано с тем, что черно-белые изображения более контрастны, нежели цветные, и поэтому дети проявляют к ним больше интереса. Но уже в 2 месяца младенец различает некоторые цвета, например голубой, к 4 месяцам количество различаемых цветов увеличивается. При этом дети предпочитают красный и синий, и примерно к полугоду цветовое восприятие младенца практически не отличается от цветового восприятия взрослого.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

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

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