

## **Мудрое родительство: развитие и воспитание ребенка раннего возраста**

Обращаясь к психологии ребенка раннего возраста, можно ощущать особую нежность и трепетность, поскольку малыши отличаются умиляющей красотой и чрезвычайно большей активностью и любопытством. Много смешных историй о проказах детей связаны именно с этим периодом жизни человека. Малыши забавны, в хорошем смысле не обременены социализацией и очень непосредственны, искренни в своих проявлениях.

В то же время растить малыша – очень непростая задача для родителей, требующая их терпеливости, мудрости, готовности преодолевать многие сложности воспитания любимого чада. У родителей возникает масса вопросов: благополучно ли развивается их малыш, как его воспитывать и развивать. В этот период семья проходит нормативный кризис, связанный с воспитанием маленьких детей. К этому времени у родителей может накапливаться усталость (особенно у матери), связанная с интенсивной включенностью в жизнь малыша, решением многочисленных бытовых вопросов. Сами отношения между супругами меняются, становится особенно важным умение заботиться друг о друге, договариваться, совместно разделять сложности ухода за ребенком, заниматься его воспитанием.

В возрастной периодизации психического развития ранний возраст имеет временные границы с года до трех лет, это так называемый период раннего детства. Можно уверенно сказать, что это – период интенсивного развития всех сторон психики ребенка. У него активно развиваются познавательные процессы (память, мышление, речь), он учится общаться с другими людьми на деловой основе. Возрастают физические возможности, ребенок осваивает орудийные действия (учится есть ложкой, держать карандаш), изучает форму, цвет, величину, положение предметов в

пространстве и многое другое. В этот период ребенок постепенно начинает осознавать себя мальчиком или девочкой, различает пол других людей; происходит раскрытие самосознания (я – это я), возрастает самостоятельность ребенка и его желание познавать активно этот мир.

**В какой же деятельности лучше всего развиваются малыши и какие условия необходимо создавать для их благополучного психического развития?**

Ведущая деятельность, что означает деятельность, в которой происходят самые важные изменения и формируются важнейшие качества, является **предметно-манипулятивная**. Что это значит? Ребенок по-прежнему нуждается в тактильном контакте, объятиях, мамином присутствии, вместе с тем он становится все более самостоятельным и начинает обращаться к взрослому как партнеру по изучению окружающего мира.

**Мир предметов, вещей – самый важный мир для ребенка этого возраста и родители, значимые люди, помогают открывать свойства этих предметов и показывают, как с ними обращаться.**

Требуется время, чтобы ребенок начал использовать предметы по назначению и усвоил способы обращения с ними. Вначале он просто ими манипулирует (стучит крышкой, катает кружку по полу и мн.др.) и таким образом познает свойства самых разных вещей. Умения родителей терпеливо показывать и рассказывать о разных предметах, пояснять, вместе их исследовать позволяют малышу благополучно развиваться и приобретать собственный опыт обращения с миром вещей.

**Поскольку малыш мыслит с помощью действий, то и мышление его - наглядно-действенное. «Я действую – и тогда понимаю» – девиз ребенка этого возраста. В связи с этим в этот период очень важно создание для ребенка развивающей предметной среды.**

Индустрия детских игрушек и других аксессуаров широко предлагает различные товары для развития детей этого возраста (конструкторы,

пирамидки, музыкальные игрушки, пазлы и мн.др.). Однако не обходится и без казусов в этом тонком деле. Например, родители могут быть очень удивлены и огорчены, что новомодный дорогой подарок не оценен по достоинству их малышом и он гораздо больше увлечен вещами из реальной жизни взрослых – папиным молотком, маминой кастрюлей или какой-то еще ненужной вещью из обихода.

**Это не случайно, поскольку ребенок на всех возрастных этапах пытается больше понять о жизни взрослых. В раннем возрасте через знакомство с реальными предметами быта малыш постепенно приближается к миру взрослых.**

Иногда родители не учитывают возрастные возможности своего ребенка при выборе игрушек. Всем нам известна пирамидка, которая во всех отношениях является очень полезной игрушкой для развития в раннем детстве. В одном американском документальном фильме «Малыши», посвященном проблеме влияния различных культур на развитие и воспитание детей, запомнился фрагмент: ребенок, девочка-японка в возрасте 1 год 2 мес. отчаянно пытается нанизать колечко на стержень пирамидки. При этом изначально пирамидка не имеет основания: когда внизу есть основа, на которую можно нанизывать остальные кольца. Понятно, что без помощи взрослого у нее ничего не получается. Девочка старается, а через какое-то время не выдерживает фрустрацию (невозможность удовлетворить потребность), у нее начинается истерика, и она бросается на пол. При этом никто из родителей не подходит, не утешает ее и не помогает справиться со слишком сложной для ее возраста задачей.

Это грустный пример того, как важно учитывать возрастные возможности своего ребенка при выборе игрушки и понимать необходимость своей помощи, пока ребенок осваивает способы обращения с тем или иным предметом. В данном случае ребенок встретился с неудачей, которую никто не помог ему пережить и преодолеть. В будущем, особенно при частом повторении подобных ситуаций, такой опыт может негативно сказаться на

самооценке ребенка, его способности выдерживать неприятности и находить решения из сложных жизненных ситуаций.

**Эмоциональная сфера ребенка в раннем возрасте неустойчива. Малыши импульсивны в своих поступках, их внимание быстро переключается с одного на другое, им очень сложно выдерживать лишения (жажду, голод и др.). А потому дети могут очень ощутимо испытывать своих родителей на эмоциональную устойчивость.**

Умение родителя обходиться со своими чувствами (злостью, страхом, печалью, нежностью) и не переходить к импульсивному отреагированию в ответ на нежелательное поведение ребенка – сложное искусство. Для того чтобы справляться с капризами, бурным проявлением эмоций малыша, родителю самому важно уметь осознавать свои чувства и регулировать себя. Например, такая простая рекомендация как дышать во время стресса уже может помочь матери справиться со злостью, раздражением и найти адекватный способ выразить свое недовольство ребенку. В это время ребенок получает сигнал, что все в порядке, мама выдерживает его проявления, и он тоже начинает успокаиваться и, таким образом, даже на телесном уровне непроизвольно обучается этому важному умению саморегуляции.

**Родителям важно знать один секрет раннего возраста: малышу очень сложно успокоиться самому, когда он злится, горюет, пугается.**

Исследования показывают, что в этом возрасте формируются зоны мозга, отвечающие за способность ребенка регулировать себя. Поначалу родитель выступает для него контейнером самых разных чувств. Контейнировать – значит быть способным воспринимать, принимать и возвращать ребенку его чувства в адекватной форме: «Я вижу, как ты злишься, как тебе плохо, когда у тебя что-то не получается. Вместе с тем я здесь, я с тобой».

Выражение «поплачет-успокоится», бытующее в народной речи, не очень подходит малышу. Скорее это больше о родительской усталости и злости, сложностях выдерживать эмоциональные атаки своих детей. Да,

успокоится, обессиленный от рыдания и даже может уснет, но еще долго будет нервно всхлипывать во сне. Вместе с тем ребенок уязвим для подобных эмоциональных сверхнагрузок и важно беречь его нервную систему. Чувствительные мамы уже по особенностям плача (высоте голоса, определенным его нотам) определяют степень отчаяния ребенка и необходимость своей помощи. В будущем это обеспечивает большую психологическую устойчивость ребенка, терпимость матери станет его внутренним приобретением, и он будет владеть способами самоуспокоения.

### **Как же развивать тогда у малышей способность самостоятельно справляться с трудностями?**

У Перлза, основателя гештальт-терапии, есть интересное выражение о том, что мать – это умелый фрустратор, то есть человек, который создает напряжение, связанное с невозможностью сразу получить то, чего хочется. Например: *малыш играет в комнате с мячиком. В какой-то момент мячик катится под кровать. Мальчик расстраивается и указывает маме ручкой в сторону укатившейся игрушки. Что делать в такой ситуации? Можно сразу решить эту проблему за малыша и самой достать игрушку. Но, более мудро не торопиться решать сложности за ребенка и дать ему возможность поискать выход самому из сложившейся ситуации. Вначале он будет продолжать требовать маму, хныкать, а потом может начать пытаться дотянуться ручкой до игрушки, подползти к ней, с трудом попытается выкатывать непослушный мячик. И если у него все получается, то он очень горд собой.* В этот момент родителю важно поддержать малыша в успехе и порадоваться вместе с ним («Как здорово ты придумал, и у тебя все получилось!»). Из таких маленьких ситуаций и складывается великое искусство воспитания самостоятельности у ребенка раннего возраста да и не только в этом возрасте.

**Не спешить с помощью и быть рядом, когда она необходима – тонкое искусство семейного воспитания.**

В период раннего детства (от года до трех лет) ребенок, обретая

самостоятельность, более смело начинает отделяться от матери и устремляется к познанию окружающего мира. Проявляются и половые различия малышей в освоении пространства окружающей среды. Мальчики, как правило, отходят на большее расстояние, что связано с исторически сложившейся ролью мужчины как добытчика, который в поисках пищи, других ресурсов осваивал окружающую среду.

Очень трогательно наблюдать, как малыши в парке смело уходят от родителей и производят впечатление очень уверенных в себе людей. В какой-то момент ребенка на прогулке может напугать незнакомый человек или он может упасть, удариться – тогда малыш сразу же возвращается назад к маме за поддержкой. Чувствительная мама принимает его обратно, успокаивает, утешает. Причем важно, как она сама относится к тому, что ее ребенок начинает проявлять стремление самостоятельно исследовать мир.

**Маме очень важно отпускать ребенка на то расстояние, на которое он уже готов отойти. Если она поддерживает стремление к самостоятельности, то ребенок смелее начинает отдаляться и таким образом благополучно развивается.**

Конечно, гораздо спокойнее растить ребенка, который находится рядом с мамой и далеко не отходит от нее. Иногда это тоже не есть хорошо, поскольку высокая тревога не позволяет ребенку отделиться от мамы и благополучно развиваться. Из практики работы видно, что это часто связано с высокой тревожностью самой матери, которая очень волнуется за своего ребенка и воспринимает мир как враждебный, опасный, непредсказуемый. В психологии есть красивое слово для важного качества, которое формируется в раннем возрасте, – автономия, т.е. независимость. И она возможна только тогда, когда родитель спокойно отпускает и в случае необходимости принимает ребенка обратно. Эта способность отделяться от родителя и возвращаться за ресурсами, когда что-то случается в жизни, лежит в основе психологического здоровья человека.

Сами отношения малыша с родителями меняются в раннем детстве. В психологии даже говорят о противоречивых отношениях с матерью. Мама – это не только тот человек, который без условий любит, готов посвятить себя полностью жизни ребенка, но и человек, устанавливающий границы дозволенного для ребенка. Ребенок, в силу своей повышенной эмоциональности, импульсивности в этом возрасте, порой бурно реагирует на попытки ограничить его в каких-то действиях. Но эти вещи необходимы для благополучия малыша. Ограничения, правила – это естественные вещи в жизни человека, и малышу важно усвоить это в процессе развития. Родителю тоже важно не противоречить себе и устанавливать для ребенка ясные четкие правила (например, нельзя включать плиту, брать нож).

Поскольку малыш активно все изучает вокруг, вопросы его безопасности очень важны в этом возрасте. Нельзя полностью оградить ребенка от опасностей внешнего мира. Он очень любопытный, любит все потрогать, попробовать на вкус – и задача родителей оберегать ребенка, принять определенные меры для охраны жизни, здоровья ребенка.

**В раннем детстве возрастает роль папы в развитии малыша. Можно сказать, что как раз таки он и обеспечивает возможность здорового отделения ребенка от матери.** Удовлетворенность супружескими отношениями позволяет женщине строить отношения с малышом, не увлекаясь сверхзаботливостью или другой крайностью – отсутствием внимания к ребенку. Кроме того, папа в силу в своих психологических особенностей более смело отпускает ребенка исследовать окружающий мир и, в целом, показывает, что этот большой мир интересен и увлекателен. Например, в разных странах Европы, Америке, Австралии, в том числе и в нашей стране, приняты прогулки отцов с детьми. В этом видится много смысла, поскольку папа – это тот человек, который выводит своего ребенка в большой мир, является его защитником, болельщиком за успехи и достижения.

**Важнейшим событием в развитии ребенка раннего возраста является появление самосознания. В течение долгого времени жизни ребенок не отделяет себя от окружающего мира, он говорит о себе в третьем лице. Ближе к трем годам он начинает понимать, что «Я» может относиться к нему самому.**

Проявляется это в стремлении ребенка быть самостоятельным, он так и заявляет родителям: «Я – сам». Если родитель не замечает этих изменений, например, пытается настойчиво помогать ему в каких-то обыденных ситуациях (одевание, прием пищи, действия с предметами), то ребенок может очень активно возмущаться таким вмешательством. Послание ребенка этого возраста к родителям: «Я изменился, повзрослел. Я уже отделяю тебя от себя и нуждаюсь в уважении к моей возросшей самостоятельности, к моим границам. Если ты будешь терпелив ко мне, то я научусь быть самостоятельным и уверенным в себе. Я буду знать чувство меры, когда важно подчиняться, а когда протестовать против какого-либо воздействия со стороны. Так развивается моя личность!».

С развитием самосознания у ребенка появляется и потребность в достижении успеха. Детям этого возраста присуще ощущение всемогущества, в психологии мы говорим о дальнейшем формировании нарциссического опыта. Благодаря этому ощущению в совокупности со сформированной привязанностью ребенок имеет силы проявлять себя, осваивать мир. Малыш иногда так и говорит: «Посмотри на меня». На одном психологическом интенсиве, который проходил в туристическом комплексе за городом, стала невольной участницей такой ситуации: ребенок 2,5 лет, мальчик, с которым я имела удовольствие познакомиться в столовой и иногда общаться, в один из обеденных перерывов подозвал меня к себе. «Иди сюда. Я тебе сейчас что-то покажу» – загадочно улыбается малыш и поднимается на ступеньку, ведущую в столовую. Я с интересом наблюдаю за ним, присаживаюсь рядом на ступеньку. На ступеньке сидит кот, который находится в ожидании обеденных гостинцев от туристов и персонала



гостиницы. Мальчик смотрит на кота, видно, что он на что-то решается – и через несколько секунд уверенно перепрыгивает через животное. Мальчик весь сияет, восторженно обращается ко мне: «Ты видишь как я могу. Ты видишь?!». Я непроизвольно люблюсь малышом: «Вижу! Это здорово!». Надо сказать, что кот тоже почувствовал важность происходящего и с доверием отнесся к эксперименту. Пока мальчик перепрыгивал через него, кот с небольшой тревогой проследил взглядом траекторию прыжка и остался на месте. В этом примере не хочется делать акцент на бережном отношении к природе, что тоже является важной задачей нравственного воспитания малышей. Это скорее пример того, как ребенок этого возраста начинает гордиться собой, своими достижениями и насколько важна поддержка взрослых в совместном проживании успехов и неудач малыша.

**Еще одним из больших событий в этот период становится приучение ребенка к опрятности. Порой может разыгрываться настоящая драма, связанная с желанием родителей как можно скорее приучить ребенка к горшку.**

А ведь с этим связаны особенности развития самосознания ребенка. Когда появляется самосознание, ближе к трем годам, у ребенка возникает и осознанное стремление быть опрятным, он даже гордиться собой, когда начинает контролировать свои естественные физиологические процессы. В психологии весь ранний возраст является периодом овладения искусством опрятности. Есть дети, которые раньше созревают в этом отношении – после года, значительно большее количество детей – после двух лет. Попытка родителей искусственно ускорить этот процесс (уговаривать, заставлять, угрожать, стыдить, наказывать) чревата еще большим отторжением ребенком горшка, его сильным сопротивлением, а значит и увеличением времени освоения этого умения. Сами родители тоже на консультациях выглядят очень расстроенными, тревожными и разочарованными в своих воздействиях и поведении ребенка – и им важно успокоиться, понять, что ничего

страшного в развитии их ребенка не происходит и, как говорится, «всеу свое время».

Если же родители сильно стыдят своего ребенка и при этом не сочувствуют ему, то такое отношение формирует патологический стыд. Впоследствии такой человек уже во взрослом состоянии будет хронически стыдиться себя, своих проявлений. У него могут быть сложности с самооценкой, способностью чувствовать себя гармонично с другими людьми, успешно реализовывать себя в жизни.

**В раннем возрасте малыш также учится обращаться со своей агрессивностью в общении с другим человеком. Распространенная жалоба родителей – ребенок начинает кусаться. Как же относиться к детской агрессивности и как учить ребенка бережно относиться к другим людям?**

Несмотря на то, что у малыша есть эмпатия, способность к сочувствию, ему все-таки очень сложно стать на позицию другого человека. В этом возрасте он неосознанно причиняет боль другим людям. Кроме того, кусаясь и выражая свою злость, малыш заявляет о своих потребностях, защищает себя, стремится получить желаемое. Есть еще один важный аспект в этом сложном вопросе с детской агрессивностью.

**Выражая свою злость, малыш проверяет саму возможность выражать агрессию в этом мире.**

Естественное желание взрослых в такой ситуации – накричать, иногда наказать физически, запретить нежелаемое поведение. И тогда ребенок в этой ситуации отвергается значимым человеком, своим родителем («Отойди от меня. Ты плохой. Такой ты мне не нужен»). У него формируется запрет на выражение агрессии – и это крайность, которая сказывается на дальнейшем развитии человека. Ведь агрессия очень важный ресурс в жизни, и с помощью этой силы мы отстаиваем себя, учимся, достигаем своей цели, мы даже строим отношения с ее помощью с другими людьми. Родителям важно знать, что хороший мальчик, хорошая девочка – это во многом путь

невротического развития, когда такому человеку уже во взрослом состоянии может быть сложно себя реализовывать и отстаивать, жить согласно своим потребностям и устремлениям. Подавление агрессии ведет к неуверенности, неспособности отстаивать себя, излишней податливости в отношениях с другими людьми, склонности к тревожным и депрессивным состояниям.

Не замечать проявлений детской агрессии – тоже не выход. Ранний возраст – это возраст повторений, когда родителю в такой ситуации необходимо давать ребенку обратную связь: «Ты укусил меня – и мне больно. Нельзя со мной так обращаться» или «Я вижу как ты злишься из-за недоставшейся тебе игрушки. Ты причинил боль брату». Как было сказано ранее, ребенок в раннем возрасте учится обращаться с этой силой, и ему важно быть принятым родителем не в столь приятных проявлениях. Придет время – и, при чутком отношении к ребенку, он тоже начнет проявлять сочувствие к другому человеку, будет осознавать границы дозволенного в отношениях и не стремиться причинять боль другому. Например, в дошкольном возрасте он может уже регулировать себя с помощью слов, проговаривая свои чувства и объясняя партнеру общения причины своего состояния: «Ты не взял меня в игру – и я очень злюсь на тебя». Такой уровень регуляции возможен только если сами взрослые умеют регулировать себя и на собственном примере принятия злости малыша обучают этому своего ребенка.

Таким образом, ранний возраст – это возраст, когда в развитии малыша происходят очень важные изменения в познавательном, личностном развитии. И от того, как родители готовы к этим изменениям, как понимают происходящее, зависит во многом благополучное развитие их ребенка. Растить малыша трудно и интересно одновременно, требуется много терпения, выносливости и устойчивости.

**В психологии есть понятие «достаточно хороший родитель». Кто это такой?**

Это родитель (папа, мама), который умеет сочувствовать своему ребенку, понимает свое несовершенство и спокойно относится к разным проявлениям ребенка.

Это родитель, который интересуется жизнью своего малыша, сочувствует, радуется, огорчается вместе с ним. В нужных ситуациях устанавливает границы дозволенного и разумно пользуется властью, и, в целом, не пытается все решить за него и представить своему ребенку готовый сценарий жизни.

И самое главное – это родитель, который делает ошибки и понимает их неизбежность, имеет смелость осознавать, сомневаться в своих методах, взглядах, это человек, который развивается.

Мы учимся быть родителями всю свою жизнь и, пожалуй, эта одна из самых трогательных, противоречивых и удивительных сфер нашей жизни. Хочется пожелать нам на этом пути успехов и мудрости!

#### **Литература**

1. Леганькова, О.В., Шиндюк, М.В. Психолого-педагогическое сопровождение детей раннего возраста и их родителей в доадаптационный и адаптационный период / О.В.Леганькова, М.В. Шиндюк // Пралеска. – 2015. – № 12. – С.3–8
2. Панько Е.А. Приобщение к психологической культуре как важное условие сохранения и укрепления психологического здоровья ребенка / Е.А. Панько, Я.Л. Коломинский, Е.П. Чеснокова // Пралеска. – 2008. – № 10. – С.48–51.
3. Чеснокова, Е.П. Принимаем таким, как есть. Психологическое здоровье ребенка и пути его укрепления в условиях учреждений дошкольного образования / Е.П. Чеснокова // Пралеска. – 2013. – № 12. – С. 36–38.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ