**Принципы гармоничного воспитания.**

Родители - самые предвзятые люди на свете! Мамочка годовалого мальчика сокрушается, что ребенок еще не знает, где же у него нос. Другая, чья дочка хорошо это усвоила, переживает, что та никак не произнесет сакраментальное слово "мама". А третья родительница и вовсе прочла учебник по возрастной психологии и ждет-не дождется, когда у чада появится "указующий жест". Возможно, указывать куда-то в туманную даль крохотным пальчиком умеют предыдущие детишки, но их мам это как раз не радует: ценная книжка им еще не попадалась!

Запомните главное: каждый ребенок талантлив в чем-то своем. Вместо того, чтобы с пелёнок заставлять его заниматься всем на свете ("Драм-кружок, кружок по фото, а еще мне петь охота, и за кружок по рисованию тоже все голосовали"), можно поступить иначе: подождать, когда малыш сам покажет вам, куда двигаться дальше. От мам и пап требуется лишь одно: создать для этого условия, то есть - позаботиться о том, чтобы развитие малышки было гармоничным. Задача окажется легко выполнимой, если вы возьмете на вооружение следующие принципы.

**1. Вокруг - мир! Развитие осознанного внимания**

Лис говорил Маленькому Принцу: "Самого главного глазами не увидишь. Зорко одно лишь сердце", и это действительно так. Но быть зорким сердце научается не сразу: все, что мы знаем, понимаем и чувствуем, однажды пришло к нам извне.

Уже в конце первого года жизни ребенок начинает активно осваивать окружающее его пространство, ежедневно расширяя "сферу своего влияния". Чем больше он будет узнавать о мире, тем быстрее он будет развиваться, и чем лучше он будет развит, тем быстрее он будет узнавать о мире все новое и новое.

Способность концентрироваться и учиться - тесно связаны между собой. Нельзя усвоить что-то новое, не уделив этому должного внимания. И чем больше нового человек уже усвоил, тем большее количество вещей и явлений привлекает его: он лучше различает знакомое и незнакомое, и последнее интересует его особенно.

Чем старше ребенок, тем более мелкие объекты он способен заметить и воспринять. Лошадь, белка или собака удивят шестимесячного карапуза, годовалому вы уже можете показать муравьев на стволе березы. Чтобы малыш понял, что вы имеете в виду под словом "муравей", покажите на них пальцем, проследив траекторию движения насекомых. Убедитесь, что он смотрит туда, куда вы показываете. Затем поднесите малыша к другому дереву. Скажите: "А здесь нет муравьев. На том дереве - есть, на этом - нет", и пусть ваши интонации и лицо будут выразительными. А еще через год Вы уже сможете рассказать о том, как живет муравьиная семья!

Старайтесь, чтобы ни одна прогулка не прошла без пользы, во всем ищите свою "изюминку". Как только вы увидите, что малыш, не отвлекаясь, может выслушать ваши истории (2.5 - 3 года), старайтесь ежедневно расширять его кругозор, не упуская ни одного случая. "Выуживайте" из окружающей действительности все, что только можно: неизбывная любознательность и способность детей быстро переключаться с одного объекта на другой станут вашими главными союзниками.

Подумайте о том, что вы не всегда сможете находиться рядом и выдумывать для ребенка занятия: вы с раннего детства приучаете его активно относиться к действительности, быть занятым чем-то интересным и находить это интересное самому. Подрастая, сын или дочка уже не смогут проводить время, слоняясь в тоске по дому, а позже вам никогда не придется стонать вслед подросшему чаду это вечное: "Занялся бы чем-нибудь!".

Расскажите своему трехлетнему малышу о жизни леса. Начать можно, например, с истории о том, что деревья в лесу растут согласованно, образуя лесное сообщество. Скажите, что лес устроен, как дом, и каждый этаж принадлежит кому-то: на первом живут травы, цветы, грибы, ягоды и мелкий кустарник вроде черники. На втором - лиственные деревья (березы, клены, осины). На третьем - самые высокие деревья: ели и сосны. Расскажите, что потребность растений в солнечном свете согласуется с их положением в лесной иерархии - черника высохнет на ярком солнце, а сосна должна тянуться вверх, вверх, и вверх, поэтому она умеет вырастать так высоко. Обратите внимание юного ботаника на те лиственные деревья, которые растут в смешанном лесу - положение обязывает их приспосабливаться, и также тянуться к солнцу. Сравните их с равнинными березами - пышными и раскидистыми.

Старайтесь брать на прогулки минимум игрушек: когда мама или бабушка вместе с ребенком волокут на улицу все содержимое его манежа, дитё автоматически привыкает считать, что вокруг ничего интересного просто нет. Свежий воздух важен для здоровья, но не за ним одним вы отправились на улицу.

**2. Вокруг - люди! Развитие контактности**

Между мной и другими людьми нет посредника.

В общении я один на один с ними, и я не один -

только в общении с ними.

Я.Л.Морено, американский психотерапевт

Мир населен не только растениями и животными. И чем старше будет ребенок, тем большее влияние будут на него оказывать не смена времен года, а люди его окружающие. И научить человечка ладить с ними - ваша обязанность.

Дома еще грудного малыша ориентируйте на других членов семьи: маму, папу, бабушку, сестер и братьев. Делайте это даже тогда, когда вам кажется, что кроха людей не различает: именно так она быстрее научится делать это. Например, позовите малышку по имени, и пусть папа скажет: "Тебя мама зовет!", затем - поменяйтесь с мужем ролями. Играйте в эту "игру" чаще. Как можно больше говорите с малышом, смешите его, будьте с ним по возможности вместе. Предложите ему показать папе свою новую игрушку. Пусть папа чуть-чуть поиграет в нее, ведь это так весело!

Непременно знакомьте ребенка с гостями, когда он в настроении, поощряйте любые взаимодействия с другими людьми. На улице как можно раньше обращайте его внимание на других детей, особенно - если они заинтересовались вашим карапузом.

Если чадо решило угостить вас своим яблочком, не играйте в благородство, приговаривая: "Кушай, золотко, тебе нужно железо!". Обязательно примите сей щедрый дар, и скажите "спасибо". Позже вы увидите, что именно таким образом малыш научился делиться и быть благодарным, принимать и оказывать помощь. Людям, которые никому не могут помочь и которым никто не нужен, в детстве, может быть, просто не с кем было поделиться яблоком!

Если малышу уже два годика, вы можете предложить ему какую-то совместную деятельность. Скажите: "Пойдем, посмотрим, что делает папа, (бабушка, братик) может быть мы можем ему чем-то помочь?" или просто попросите его отнести папе бутерброд или конфетку.

Постоянно приучайте ребенка к мысли, что он - человек, который живет среди людей, что необходимо видеть их, слышать, замечать, и учитывать. Ваша задача - разными способами постоянно преподносить ему один и тот же урок: только человек, который нужен другим людям, может быть счастлив.

**3. Ощущаю, слышу, вижу. Воспитание трех главных чувств**

Гениальный американский психотерапевт Фриц Перлз всегда отвечал одинаково на вопрос, как ему удается так блистательно работать и так талантливо жить. Он говорил: "У меня есть глаза, уши, и я не боюсь".

Нервная система человека устроена так, что она может работать нормально лишь когда все органы чувств находятся в контакте с миром. Особенно важным это оказывается для ребенка: ведь его мозг только формируется. В дальнейшем то, насколько чувствительной будет психика вашего малыша, а также - его способность быть внимательным, отличать один стимул от другого, обучаться и восстанавливаться, противостоять стрессу и др., - очень во многом будут зависеть от того, сколь богат и разнообразен был сенсорный опыт, полученный маленьким человеком в детстве.

Еще один важный момент: развитие сенсорной сферы напрямую связано с развитием самосознания. Чем больше нового человечек узнает о мире, в котором он живет, тем больше он узнает и о себе в нем, и тем лучше себя понимает. Ведь он - часть этого мира.

А. Моторная свобода (свобода движений) и Тактильная чувствительность (осязание) - тесно связаны между собой.

С самого начала уделите этому внимание. Лучше, если вы вовсе не будете пеленать вашу крошку: пусть себе дрыгает ручонками и ножонками. Если при этом карапуз плохо засыпает, постарайтесь ограничиться только пеленанием нижней части тела, оставив ручки свободными. Забудьте про распашонки с зашитыми рукавами, лучше часто (каждые 4 дня) стригите крохе ногти. Подушечки пальцев должны быть "открыты миру".

Через активные движения маленький человек не только познает мир, но также и получает новый телесный опыт: он узнает пределы своих физических возможностей и ежедневно расширяет их. Он начинает лучше понимать свое тело и не только научается новому, но также научается учиться этому более быстро и эффективно. Вот почему все дети - такие непоседы!

Когда малыш подрастает, хлопот становится гораздо больше. Но и здесь можно постараться предоставить ему максимальную свободу. Например: отказаться от манежа (вам бы понравилось сидеть в клетке?), а вместо этого - позаботиться о безопасности в квартире. И не запрещайте (во избежании сокрушительного падения) годовалому разбойнику влезать на диван! Лучше - потратьте несколько дней, чтобы научить его правильно слезать оттуда: не головой, а ногами вниз.

Тактильная (кожная) чувствительность - одно из самых древних чувств. Заметьте: прежде, чем рассмотреть предмет, ребенок всегда старается пощупать его. Увидев новое, он тянется к нему ручкой. Это важно: рассматривая и трогая, карапуз связывает полученную информацию в единое целое. Коллекционируя таким образом все возможные признаки сначала новых, а затем - знакомых предметов, он научается мыслить целостными образами и предвосхищать события. Так, взрослому человеку совсем не обязательно проверять на ощупь, мокра ли лужа - он видит это.

Важный момент: развитие тактильной сферы тесно связано с развитием мелкой моторики (тонких, высокодифференцированных движений пальцев рук). Она, в свою очередь, тесно связана с развитием речи и речевого мышления.

Как можно чаще позволяйте малышу прикасаться ко всевозможным предметам и поверхностям, не останавливайте себя мыслью о том, что это негигиенично: заодно он привыкнет и к мытью рук. "Познакомьте" сына или дочку с корой деревьев (у березы и сосны она совершенно разная на ощупь), заметьте, что одуванчик желтый и отцветающий - это две разные вещи. Пощекочите малышу ладошки тополиными сережками или пушистой травинкой: это не только познание мира, но и веселая игра (потом он захочет пощекотать вас). Выбирая игрушки, обращайте внимание на то, чтобы на ощупь они были разными.

Мелкие предметы опасны для маленьких детей. Однако, если вы нанизаете на толстую леску прочные, яркие и разные по цвету и форме пуговицы, а концы лески соедините, заплавив их, малыш вполне может играть такими "чётками". От вас лишь требуется непрерывно следить за их целостностью.

Если ребёнок уже не берет в рот что попало, ему доставят огромное удовольствие игры с водой, песком и грязью. Даже дома вы можете придумать самые разные "тактильные" игры. Например, "пожертвуйте" для него половиной пачки макарон! Сварите, остудите, и пусть чадо возится с ними. Если у вас паркет - вам, пожалуй, понадобится поддон или тазик. Не забудьте о температурной чувствительности! Дайте малышу поиграть с кусочками льда (воду для них можно покрасить акварелью в разные цвета), потрогать грелку или трубу отопления. Самое сильное впечатление на кроху произведут даже не сами ощущения, а их контраст.

Ребенку от 3 лет вы можете предложить прекрасную развивающую игру, и на ее изготовление у вас уйдет всего несколько вечеров. Достаточно наклеить на кусочки фанеры гречку, наждачную бумагу, кусочек грубого холста, замши, меха, бархата или дать застыть каплям герметика (ваша фантазия прилагается). Такие кусочки фанеры можно просто изучать на ощупь и рассматривать, а можно предложить малышу постарше закрыть глаза и устроить игру-угадайку. Заменив куски фанеры пустыми спичечными коробками, вы получите ту же игру, но - в объеме!

В. Слух

Наверное, нет нужды говорить о том, сколь тонко дети улавливают настроение родителей по интонации их голоса, как замечательно, когда в доме звучит красивая музыка, или - что игрушки, издающие звуки, должны быть по возможности разными, а звуки эти - мелодичными. Добавлю только, что и здесь можно и нужно изобретать для ребенка всякий раз нечто новое.

В качестве игрушек порой подходят самые обычные вещи. Например, картонные цилиндры, оставшиеся от бумажного полотенца, очень хороши для того, чтобы говорить в них, дудеть и кричать, а также - шептать друг другу на ухо что-нибудь секретное. Кроме того, - в них интересно бросать мелкие предметы и слушать, как они летят вниз, громыхая, и появляются с противоположного конца.

Поиграйте с дитём в "шумелку". Эта игра очень проста: нужно извлекать звук из знакомых предметов, используя их не по назначению. Дети, которые так любят неразбериху и беспорядок, наверняка придут от нее в восторг. Постучите друг об друга столовыми приборами, чашками и ложками. Мисками и кастрюлями. Извлеките самый ужасный звук этого дня: проведите ключом по стиральной доске или батарее! Теперь-то вы понимаете, почему мальчишки так любят проводить по заборам палкой, когда идут мимо?

Есть другая, совершенно замечательная игра, развивающая фантазию: все эти, и любые другие звуки, можно потом еще и рисовать!

С. Зрение

Роль зрения в нашей жизни трудно переоценить. Повторю то, что вы давно знаете: с помощью зрения мы получаем 90 % всей информации об окружающем мире. Добавлю еще, что информацию эту необходимо не только получить, но еще осознать и использовать. Для этого с самого раннего возраста приучайте ребенка быть внимательным к тому, что видят его глаза.

Рассматривайте все подробно и внимательно, отмечайте вместе каждую мелочь. Старайтесь "обеспечить" ребенку как можно больше зрительных впечатлений: всякий раз обращайте его внимание на закат солнца, необычное облако, и уж конечно - на радугу. Смотреть салют - целый праздник для детей. Если в вашем районе он плохо виден, отправляйтесь в центр города!

Поощряйте рисование, выжигание, лепку. Не забудьте, что рисовать можно не только карандашом и красками, и не только дома. Берите на улицу мелки, рисуйте вместе. Рисовать также можно пальцами по песку или запотевшим стеклам, можно чертить палочкой по земле или красным кирпичом - по асфальту. Можно также рисовать и на обоях - главное, чтобы мама не очень огорчалась от этого. А лежа на пляже - можно вместе с ней инкрустировать песок мелкими камешками.

Тренируйте вместе с малышом зрительную память: возьмите знакомую игрушку или другой предмет. Рассматривайте его вдвоем в течение минуты. Затем - уберите предмет и нарисуйте его по памяти. Сравните ваши рисунки с оригиналом, проанализируйте упущенные нюансы. Уберите предмет, попробуйте нарисовать его снова.

**4. Волшебное путешествие в мир собственного Я. Развитие фантазии**

Мысли - как пестрые птицы. Они легкие и летают в небе. Земля не захватит их, они могут в любой момент воспарить в воздух.

Даша, 6 лет

Человеческий интеллект принципиально отличается от мышления животных именно тем, что человек способен создавать новое. Дети - это люди, попавшие в наш мир недавно, поэтому они открыты всему новому и особенно чувствительны к нему. Способность детей фантазировать напрямую связана с уровнем их интеллекта: чем он выше, тем больше развита у ребенка фантазия. Зависимость здесь двусторонняя, поэтому повлиять на интеллектуальное развитие малыша можно и через фантазию тоже. Помогайте человечку во всем увидеть необычное. Таких игр может быть несчетное количество.

Рассматривайте летние облака, ведь они всегда напоминают что-то, нужно лишь вглядеться внимательнее. Старайтесь подстроиться под ребенка и "увидеть" именно то, что "видит" он. Развивайте образы вместе, добавляя детали. Следите за тем, как они меняются по мере того, как облака уплывают от вас. Если уплыло последнее, посмотрите вокруг - может быть недалеко вы заметите лужу причудливой формы?

Подобную игру можно создать, "не дожидаясь милости от природы". Вам понадобятся краски, кисти и бумага. Складывая пополам лист бумаги, покрытый цветными пятнами краски, а затем - разворачивая его вновь, вы получаете кляксы, которые наверняка окажутся забавными. Похожий эффект вы можете получить, выливая в воду расплавленный воск. Зимой не забудьте про морозные узоры на окнах, они действительно бывают фантастически красивые! Кроме того, прекрасным средством для развития фантазии является обыкновенный калейдоскоп.

Любые совместные игры помогут вам обоим раскрепоститься: летом вы можете делать вместе тайники из стекляшек и потом проверять их. Зимой - лепить крепости, или снежные скульптуры. Помогите начать малышу фантазировать: "одушевляйте" в шутку неживые предметы. Скажите ему: "Смотри, как одно дерево наклонилось к другому - будто хочет доверить ему свою тайну".

**5. Никогда не говори "никогда". Позитивная родительская установка**

Господи, дай мне душевный покой,

Чтобы принимать то, что я не могу изменить,

Мужество, чтобы изменить то, что могу,

И мудрость - всегда отличать одно от другого.

Молитва монахов Оптиной пустыни

Счастливый человек находится в согласии с самим собой. Если вы хотите, чтобы малыш вырос счастливым, скажите себе, что теперь вы приобрели еще одну профессию - всегда быть его адвокатом. Если ребенок сделал что-то плохое, прежде всего, попытайтесь понять, почему это произошло. Так вы поможете и ему разобраться во всем, а затем вы вместе подумаете, как сделать, чтобы это больше не повторилось. Человек, способный на низость, вырастет из того ребенка, которого в детстве никто не оправдывал и не защищал.

Точно так же вы должны подходить ко всему, что делает ваш малыш. Дети так устроены, что они вряд ли смогут решить даже пустяковую задачу, лишившись родительской моральной поддержки. Конечно, у них не всегда будет получаться задуманное. Однако, чтобы любая затея удалась, в какой-то момент необходимо отбросить сомнения и начать действовать. Для этого необходимы целеустремленность и уверенность в себе - качества, которые с генами не передаются, а закладываются в нас воспитанием.

Вот, ваш ребенок взялся за какое-то дело - он хочет уравновесить на вершине пирамидки явно лишний кубик, пробует сам пить из полной до краев чашки, воткнул яблочное семечко в кадку с пальмой и ежедневно проверяет его! Каким бы безнадежным по началу не выглядело предприятие, ваша задача - поддержать ребенка. Не потому, что полезно потакать всему на свете, а потому, что именно таким образом маленький человек усваивает, что можно и нужно проявлять инициативу, пробовать новое и верить в свои силы.

Обратите внимание на речевые формулировки, которыми вы чаще всего пользуетесь. Не занимаетесь ли вы "негативным кодированием", сами того не замечая? Предпочтительнее реплики "держись крепче", вместо - "смотри, не упади", "будь внимателен, когда у тебя в руках ножницы", вместо - "сейчас порежешься" и "давай я тебе помогу" вместо "брось, а то уронишь".

Так, мама одного двухлетнего мальчика все время жаловалась на то, что сын растет молчуном. Когда же родные или гости обращались к нему с каким-нибудь незатейливым вопросом вроде "Как тебя зовут", она никогда не давала ему даже открыть рот, произнося одну и ту же фразу: "Он не говорит".

Очень важно то, какие слова вы находите для малыша, чтобы поддержать его. Эта формула не только делает его сильнее сейчас, он присваивает ее себе, чтобы воспользоваться как палочкой-выручалочкой если вас не будет рядом. Эстафета передается из поколения в поколение: что вы говорите себе в самый ответственный и тяжелый момент, когда силы на исходе? Вероятно, что-то вроде: "Давай, золотко, все получится, чуть-чуть постарайся!". А теперь вслушайтесь внимательней: это голос вашей мамы.

Когда мы впервые понимаем, что лучшее - враг хорошего, каждому из нас делается несколько не по себе. Ведь это означает, что момент, когда нужно остановиться в погоне за идеалом, мы определяем сами, и никто не может выбрать его за нас. Впоследствии нам придется убедиться в этом еще много раз. С каждым разом мы будем относиться к переоткрытой истине все спокойнее, но только не тогда, когда речь идет о наших детях! Наверное, это правильно: ведь мы хотим, чтобы они выросли лучше и счастливее нас.

Журнал "Няня" , 2002 г.