

Как правильно воспитывать ребёнка. Как сделать так, чтобы ребенок вырос неизбалованным.

Советы и полезные рекомендации по воспитанию неизбалованных и счастливых детей от [доктора Спока](#).

Принцип здравого смысла-главный принцип воспитания детей

Понятно, что с точки зрения современности к некоторым положениям доктора Спока можно относиться не столь восторженно. Но присущие его рекомендациям практичность и универсальность так же актуальны, как и 60 лет назад. Здравый смысл — и только им необходимо руководствоваться в общении с малышом! При этом Спок рекомендовал не слишком прислушиваться к советам чужих людей или увлекаться какой-то определенной системой воспитания. Главное, что необходимо ребенку, — любовь и забота родителей. В случае затруднений стоит посоветоваться с врачом-педиатром, — а в остальном опираться лишь на собственные ощущения и интуицию.

В то же время, замечает доктор Спок, «родители тоже люди». Большая часть литературы того времени по уходу за детьми была посвящена исключительно ребенку, в то время как родителям уделялось мало внимания. Между тем, по мнению Спока, они имеют полное право испытывать по отношению к малышу негативные чувства — например, сердиться на него. Кроме того, не стоит приносить ему в жертву все свое время и силы. В конечном итоге это сделает несчастными и родителей, и ребенка.

Серьезная роль в методике Спока отводится дисциплине. В любом возрасте, будь ребенку год или двенадцать лет, он должен знать, что есть определенные границы допустимого поведения, которые должны быть раз и навсегда установлены взрослыми. Внимание и уважение к ребенку не означают вседозволенности. При этом строгость не должна превращаться в грубость, а мягкость — исходить из беспринципности. Необходимо последовательно прививать ребенку определенные правила, не унижая его, но и не заискивая перед ним.

Первый год жизни. В любой семье с появлением ребенка формируется определенная система отношений с ним. Каждый родитель целенаправленно стремится воспитать малыша в соответствии со своими представлениями о его будущем. Основные задачи сводятся к нескольким пунктам:

- что можно и чего нельзя моему ребенку;
- как научить малыша доверять мне;
- когда и в каком объеме предоставлять крохе свободу;
- как привить ребенку те или иные черты характера и привычки.

Для реализации этих принципов взрослые обращаются к собственному жизненному опыту, к наблюдению за воспитательным процессом в других семьях, знакомятся со специализированной литературой и т. д.

Особенно важен в этом отношении первый год жизни ребенка. В этот период он производит впечатление такого хрупкого и беззащитного существа, что некоторые мамы боятся даже полноценно ухаживать за ним из-за ложного опасения причинить ему боль. Однако на самом деле младенец гораздо крепче, чем кажется на первый взгляд! Поэтому можно смело брать его на руки, купать, общаться без боязни причинить ему беспокойство.

До трех месяцев, по мнению доктора Спока, ребенка практически невозможно избаловать. Он еще очень мал, и ему действительно необходимо чувствовать тепло материнского тела. Поэтому без всяких опасений его можно брать из кроватки на руки, если он заплакал, и укачивать до тех пор, пока не успокоится.

Однако когда малышу около трех месяцев, на это обстоятельство надо обратить особое внимание. К этому моменту работа нервной системы ребенка стабилизируется и он уже не такой беспокойный, как раньше. Однако дети, которых первые три месяца не спускали с рук, могут избаловаться. Они привыкли к постоянному вниманию со стороны матери, к тому, что их все время носят на руках и занимаются ими. Сейчас разумнее сократить время, которое ребенок проводит на руках. Например, если малышу пора спать — сказать ему об этом с улыбкой, но твердо и идти заниматься своими делами, даже если он проявляет недовольство.

Иногда мать (или другие родственники) так привязаны к малышу, что развлекают его все время, когда он не спит: носят на руках, играют или смешат его. В дальнейшем это приведет к тому, что ребенок отвыкнет развлекаться самостоятельно. Родные не смогут проводить все свое время с малышом бесконечно долго, и, когда он останется один, ему будет скучно и одиноко. Поэтому с самого начала не стоит приучать малыша к тому, чтобы рядом с ним постоянно был кто-то из взрослых.

Опасности избаловать ребенка с первых месяцев жизни доктор Спок вообще уделяет особое внимание. По его наблюдениям, обычно детей балуют родители, которые:

- долго ждали своего ребенка и теперь уделяют ему повышенное внимание, так как боятся, что у них уже не будет второго малыша;
- не уверены в своих силах и поэтому превращают себя в добровольных рабов ребенка, при этом возлагая на него свои несбывшиеся надежды;
- получили психологическое или педагогическое образование и теперь считают, что обязаны доказать свою компетентность;
- испытывают неприязнь к ребенку и стараются загладить это чувство, позволяя ему делать все, что он пожелает.

Кроме того, чаще других избалованными вырастают первенцы, так как со вторым ребенком родители уже более опытни и уверены в своих силах.

В любом случае, балующие ребенка родители слишком охотно жертвуют своими удобствами и правами, стараясь удовлетворить все его желания. Проблема в том, что сам ребенок ожидает от родителей уверенного руководства, при котором он чувствует себя в безопасности. Если родители

не могут принять решение, малыш тоже начинает беспокоиться. Чем больше родители потакают капризам ребенка, тем требовательнее он становится. Понятно, что это не приводит к воспитанию самостоятельного, уверенного в своих силах и спокойного малыша.

Чтобы ребенок не рос избалованным, используют разные воспитательные методы. Как советует Спок, можно вовлекать его в работы по дому или же дружелюбно, но твердо объяснять, что сейчас взрослые заняты и уделить ему внимания не могут. Конечно, он пока не поймет слов, но уловит интонацию. После домашних дел можно расположиться вместе на кровати или на полу, чтобы поиграть и пообщаться.

Постоянное нежелание ложиться спать — тоже проявление избалованности. Как же поступать в этом случае? Доктор Спок советует проявить терпение и настойчивость: уложить малыша в постель в положенное время, пожелать ему спокойной ночи, выйти из комнаты и не возвращаться. (Кроватка ребенка, в идеале, должна стоять в отдельном помещении. Если это невозможно, нужно отгородить его кровать ширмой или занавеской.) Возможно, ребенок будет плакать, но, увидев, что никто не реагирует, успокоится. Важно удержаться от искушения войти в детскую, чтобы проверить, все ли с ним в порядке. Тогда в течение нескольких дней малыш будет плакать все меньше и постепенно привыкнет ложиться спать в определенное время.

От года до трех лет: самостоятельность и активность. Годовалый малыш уже начинает осознавать себя, свои желания и устремления. Он чаще начинает говорить «нет» на предложения взрослых. Не надо раздражаться и подавлять волю малыша — в будущем умение говорить «нет» наверняка пригодится ему в жизни.

Самостоятельность проявляется и в том, как ребенок питается, в частности он становится более разборчивым в еде. Сейчас мать может позволить ему самому решить, что есть, предлагая, разумеется, разнообразную и здоровую пищу. Необходимое количество еды ребенок тоже вполне в состоянии определить сам.

Годовалые дети — увлеченные исследователи. В этот важнейший для них период они открывают для себя мир окружающих предметов и форм. Надо набраться терпения и не мешать своему ребенку, однако не забывать следить за его безопасностью, что особенно актуально. Кроме того, в этом возрасте дети часто путаются незнакомых предметов, которые внезапно начинают двигаться или издают громким звук, — например, раскрытого зонтика или включенного пылесоса. Лучше всего оградить малыша от таких неожиданных впечатлений.

В возрасте одного года ребенок несколько недоверчив и подозрителен по отношению к незнакомым людям. Лишь присмотревшись, он, возможно, пойдет на контакт с новым человеком. Не стоит давить на него, требуя непременно подойти и поздороваться с кем-то. Лучше дать ему время освоиться.

В общем, годик — время формирования у малыша зачатков самостоятельности и общительности. Важно не мешать ему неразумными ограничениями и лишней опекой; ребенок не должен производить впечатление «привязанного к маминой юбке».

В 1—1,5 года малыш с увлечением засовывает один предмет в другой или толкает и тащит его по комнате. Когда встанет вопрос о выборе игрушек, помните, убеждает Спок, что простые игрушки — самые лучшие. Например, не нужно спешить покупать малышу игрушечную железную дорогу с рельсами и поездами — для него намного интереснее набор из деревянных блоков с колесиками, из которого можно сделать и поезд, и грузовик с прицепом, — ведь так играть гораздо веселее. Конечно, никто не говорит, что дорогие игрушки не нужны, просто для них еще не пришло время. Лучше сначала обеспечить ребенка такими игрушками, которые смогут пробудить его интерес и фантазию, а затем добавлять более сложные исходя из своих возможностей.

Кроме правильного подбора игрушек важно еще и не мешать ребенку играть с ними по-своему, даже если это кажется неправильным. Пусть он раскрашивает картинку или одевает кукол так, как хочется только ему. В этом возрасте дети не стремятся к реализму, поэтому желательно не мешать, не объяснять, «как надо», и не торопить его: со временем игры будут все больше отражать и имитировать реальную жизнь.

Два года — возраст, когда детям очень нравится наблюдать за играми или просто быть рядом с другими детьми. Такое общение следует всячески поощрять. В то же время двухлетние малыши часто испытывают страх разлуки с родителями. Надо все же стараться избегать значительных изменений в жизни двухлетнего ребенка — не планировать на это время, скажем, длительный отъезд или выход на работу. Но если возникла такая необходимость, нужно дать малышу возможность привыкнуть к тому человеку, с которым он будет оставаться, освоиться в общении с ним. Нужно постараться уходить сначала не на весь день, увеличивать время своего отсутствия постепенно. Важно помнить, что ребенку требуется определенное время, чтобы привыкнуть к любому изменению в жизни семьи.

В возрасте 2—3 лет у ребенка может развиваться удивительное упрямство, переходящее в негативизм. Порой в своих решениях он противоречит сам себе, и это вполне способно довести взрослых до отчаяния. В таких ситуациях необходимо прежде всего проявлять чуткость; главное — как можно меньше вмешиваться в дела малыша и никогда не торопить его. Лучше не спорить с ним и особенно не уговаривать, если ему чего-то не хочется.

От трех до шести: любознательность и общительность. Примерно в три года дети осознают свою половую принадлежность. Мальчик обращает особое внимание на поведение отца и других мужчин, при этом старается подражать им во внешности и поведении. Девочка понимает, что вырастет взрослой женщиной, и стремится походить на мать и других женщин. Примерно в это же время дети задаются вопросом о том, чем мальчики

отличаются от девочек. Лучше сразу сказать правду, чем придумывать версии, которые затем придется неизбежно опровергать.

Доктор Спок советует просто сказать нечто вроде «ребенок растет в специальном месте внутри мамы». Возможно, такой ответ удовлетворит воображение малыша. Если нет, можно ответить на все вопросы, учитывая уровень развития ребенка и не вдаваясь в детали. Например, о родах можно сказать, что ребенок выходит из специального отверстия, предназначенного для этой цели.

Вообще, безграничная любознательность — характерная черта ребенка в этом возрасте. Он задает вопросы буквально обо всем вокруг. Некоторые из них могут быть весьма неожиданны, тем не менее не надо отмахиваться, нужно найти ответ, доступный пониманию малыша. Например, он может спросить о смерти. Ответ, прежде всего, не должен напугать ребенка — можно просто сказать, что все люди когда-то умирают, но вам предстоит еще очень много счастливых лет прожить вместе.

В три-четыре года у малыша активно развиваются воображение и способность к фантазированию. Не следует ругать его за ложь, даже если слышите явно выдуманные истории. Однако это не должно происходить постоянно — если ребенок все время говорит о своих выдуманных друзьях и приключениях, это повод насторожиться: возможно, в реальности ему как раз и недостает общества других детей. По этой же причине не стоит бесконечно рассказывать ему волшебные сказки об удивительных странах — малыш не должен считать свою жизнь тусклой и испытывать постоянное желание пребывать в иллюзорном мире.

Примерно в четыре года у детей бывает период, когда им нравится повторять бранные слова. Можно не сомневаться: ребенку хорошо известно, что эти выражения неприличны, и употребляет он их для того, чтобы показать, что он уже взрослый. Лучше всего строго сказать, что большинству людей, в том числе и маме, не нравится слушать такие слова и поэтому произносить их не стоит.

Отдавать ли ребенка в детский сад? Безусловно, считает Спок. Особенно это необходимо единственному ребенку в семье, так как у него появятся не только друзья для игр и развлечений, но и возможность учиться жить в коллективе. Кроме того, к пяти-шести годам ребенок уже должен уметь выполнять некоторые обязанности — например, убирать за собой игрушки. Сначала это делают вместе с ним, но постепенно малышу надо дать понять, что у него тоже есть обязанности. Полезно давать ребенку такие поручения, которые он может выполнять вместе с другими членами семьи. Например, работая на кухне вместе со взрослыми, он будет испытывать гордость за то, что занят «настоящим» делом.

От шести до одиннадцати: независимость и ответственность. В этот период ребенок становится гораздо более независимым от родителей и ответственным за свои поступки. Чувство собственного достоинства, которое формируется именно сейчас, больше не позволяет, чтобы его любили как собственность или «малышку». Стремление немного отделиться от

родителей и их опеки проявляется в том, что ребенок все чаще обращается за идеями и знаниями ко взрослым вне семьи — но только к тем, кому он действительно доверяет (часто авторитетной фигурой становится учитель).

В этом возрасте у детей становятся очень популярны разнообразные группировки и «тайные общества». Ребята изобретают всякие ритуалы, придумывают приветствия и особые места встречи, чтобы доказать таким образом свою независимость, умение управлять собой, обходясь без контроля старших. Не стоит препятствовать таким играм! Наоборот, лучше помочь сыну или дочери — оборудовать для них «секретный штаб» или рассказать, как можно создать свой собственный шифр для тайной переписки.

В этом возрасте дети обычно довольно общительны. Если с самого рождения следовать принципам, о которых было сказано выше (не создавать лишней суеты вокруг ребенка и обеспечивать для него постоянную возможность находиться в обществе других детей), то у него не должно возникнуть сложностей в установлении контакта с другими детьми. Можно и помочь своему ребенку: разрешать одеваться, как ему хочется, иметь примерно столько же карманных денег, сколько получают другие (соседские) дети в его компании, даже если вам не совсем нравится, как они воспитаны (если, конечно, это не явно неблагополучные ребята).

Очень важно, чтобы у ребенка появилась компания друзей его возраста. Нужно постараться быть дружелюбными и гостеприимными в отношении товарищей своего ребенка: угостить их, когда они придут в гости, или организовать совместный пикник.

Когда ребенок становится первоклассником, необходимо сразу установить распорядок дня — такой, который устраивал бы и его, и родителей. Определенное время должно быть отведено для еды, сна, прогулок, приготовления уроков и просмотра телепередач. Относительно последних лучше сразу договориться вместе — обвести в телепрограмме те, которые ребенок хотел бы посмотреть, и сделать это пунктом распорядка дня. По окончании такой передачи ребенок не должен задерживаться у телевизора, так как его ждут другие дела и развлечения.

Кроме того, не рекомендуется водить в кинотеатр детей младше семи лет, так как в любом фильме есть несколько эпизодов или героев (даже сказочных), которые могут напугать его.

Если у школьника нелады с учебной, не следует ругать его и наказывать, не разобравшись как следует. Обязательно нужно посоветоваться с учителем и проверить состояние здоровья ребенка. Ни в коем случае нельзя делать за него уроки — он должен понять и выполнить задания самостоятельно. Но не нужно возлагать на него слишком больших неоправданных надежд! Важно радоваться каждой маленькой победе вместе.

Проблемой в этом возрасте может стать воровство. Когда маленькие дети берут чужую вещь, это происходит лишь потому, что им очень хочется ее иметь и они плохо различают, что им принадлежит, а что нет. Если же так поступают дети в возрасте 6—11 лет, это, скорее всего, говорит о том, что

ребенок чувствует себя несчастным и одиноким. Вероятно, ему не хватает общества друзей или родительской ласки. Если стало известно, что ребенок что-то украл, необходимо немедленно (но не унижая его) дать понять, что это недопустимо и делать это в будущем ему не позволят.

Взрослея и вступая в период полового созревания — обычно это происходит в 11—12 лет, ребенок продолжает нуждаться в заботе и контроле. Подростку одинаково нужны, с одной стороны, Родительское доверие и уважительное отношение, с другой — определенные правила и руководство, которое поможет ему накопить собственный жизненный опыт.

☛ Некоторые молодые родители считают, что они должны отказаться от всех удовольствий просто из принципа, а не из практических соображений. Но слишком большое самопожертвование не принесет пользы ни вам, ни ребенку. Если родители слишком заняты только своим ребенком, постоянно беспокоятся только о нем, они становятся неинтересны для окружающих и даже друг для друга... Необходимо честно выполнять свои родительские обязанности, но и не лишать себя таких удовольствий, которые не повредят вашему ребенку. Тогда вы сможете больше любить своего ребенка и с большим удовольствием проявлять к нему свою любовь. (Б. Спок)