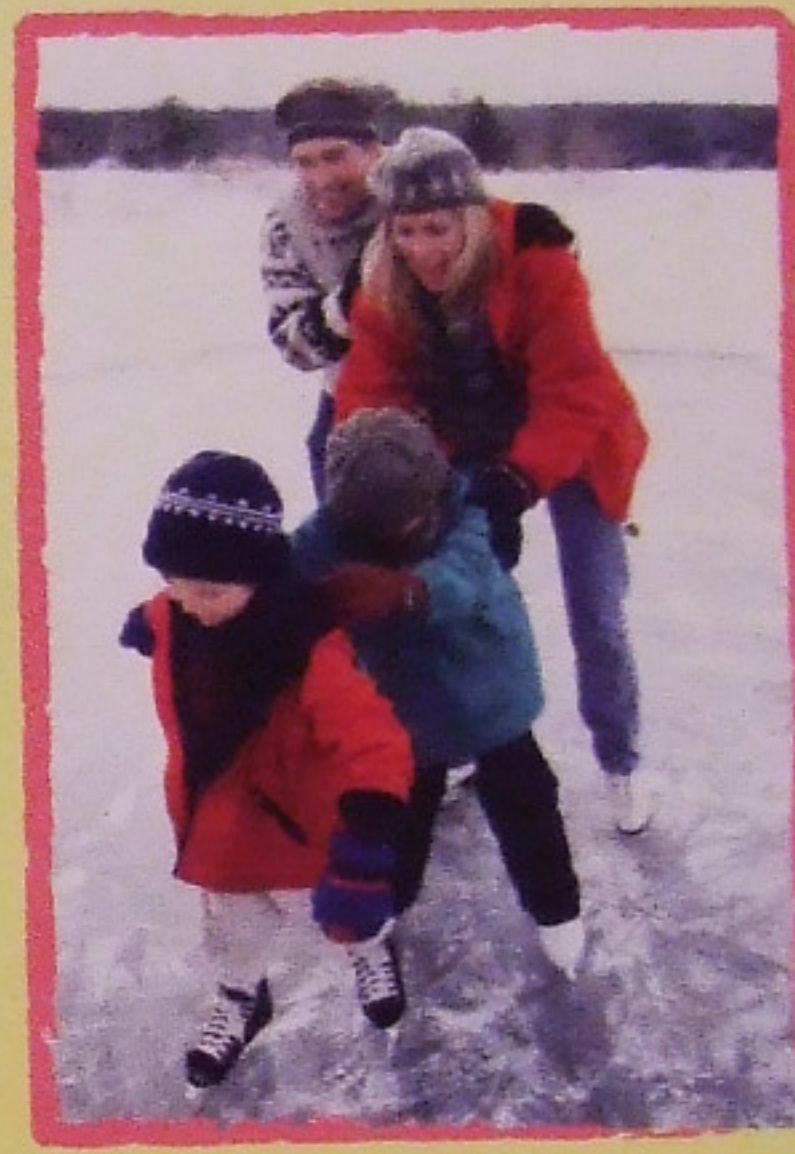
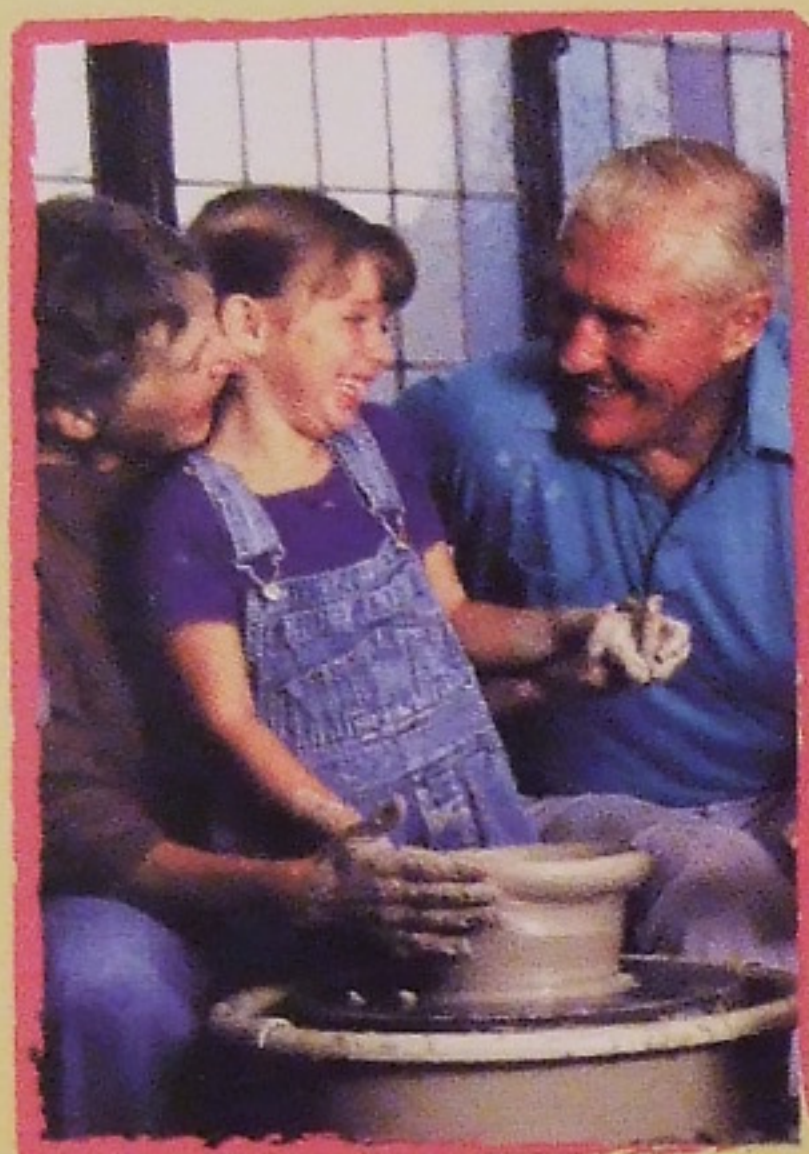


Ж. В. Цареградская

# Мама + малыш,

или воспитание ребенка от 3-х до 8-ми лет





Ж. В. Цареградская

---

Мама + малыш,  
или воспитание  
ребёнка  
от 3-х до 8-ми лет

Серия «Родителям о воспитании детей»

Издательство «Рожана»

Москва, 2009



**Цареградская Ж.В.**

«Мама + малыш, или воспитание ребёнка от 3-х до 8-ми лет» /  
Ж. В. Цареградская. – М.: Рожана, 2009. – 72 с.

ISBN: 978-5-902997-03-0

Редактор: Е. Красовская

Корректор: В. Дмитриева

Компьютерная верстка, дизайн обложки: Е. Шембель

Подписано в печать: 14.05.2009 г.

Формат 60x84<sup>1/16</sup>

Усл. печ. л. 4,5

Тираж: 1000 экз.

Издательство «Рожана», Москва, 2009 г.

Наши электронные адреса: [www.rojana.ru](http://www.rojana.ru), [info@rojana.ru](mailto:info@rojana.ru)

ISBN: 978-5-902997-03-0

© Цареградская Ж. В., 2009

© Издательство «Рожана», 2009

## Содержание

От редактора .....	4
Цель и результат воспитания ребенка от 3-х до 8-ми лет .....	6
Что нужно учитывать в воспитании трехлетнего ребенка .....	9
Ориентация на общество .....	9
Влияние родителей .....	11
Врожденные ожидания .....	13
Задачи и условия воспитания ребенка от 3-х до 8-ми лет .....	14
Задачи индивидуального развития .....	15
Физическое развитие .....	15
Развитие выносливости .....	17
Обучение навыкам ручной деятельности и несложным ремеслам .....	18
Обучение искусствам: искусство как часть жизни .....	19
Интеллектуальное развитие .....	22
Четвертый год жизни .....	24
Пятый год жизни .....	28
Шестой год жизни .....	33
Седьмой год жизни .....	36
Восьмой год жизни .....	37
Основы культуры бытования .....	38
Задачи социальной адаптации .....	41
Расширение социального репертуара, приобретение навыков действий в команде .....	44
Основы нравственности .....	47
Нравственные качества и здоровье психики .....	51
Уважение к родителям и усвоение норм поведения в семье и обществе .....	54
Заключение .....	60



## От редактора

Настоящая брошюра о воспитании ребенка трех-восьмилетнего возраста является логическим продолжением книг Ж. В. Цареградской «Новорожденный. Основы естественного ухода и воспитания» и «Развитие ребенка от года до трех лет». Эти издания — часть единой системы, комплексного подхода к успешному возвращению ребенка, который включает такие этапы, как благополучные зачатие и беременность, естественные роды без вмешательства медицинского фактора, физиологически обоснованный уход в раннем возрасте, продолжительный (не менее трех лет) период грудного вскармливания, социальная адаптация в условиях адекватной группы. Перечисленное — не отвлеченные мысли автора, представленные, как ему удобно. Это вполне конкретные врожденные ожидания<sup>1</sup> ребенка, последовательно удовлетворяя которые и можно вырастить счастливого, здорового во всех отношениях человека. Наличие таких ожиданий подтверждено научными исследованиями<sup>2</sup>, однако большое количество ложных представлений и мифов о рождении и воспитании ребенка, опутавших сознание современного человека, и агрессивное вмешательство в эту сферу медицины привело к тому, что на массовом уровне врожденные ожидания ребенка остаются неудовлетворенными.

Идея естественного возвращения ребенка, положенная в основу всех книг Ж. В. Цареградской, проверена автором на практике — в процессе воспитания собственных семерых детей и многолетних наблюдений за поведением сотен детей разных возрастов. Брошюра адресована прежде всего роди-

<sup>1</sup> Врожденными называют ожидания любого биологического существа, включая и человека, предопределенные его генетической программой формирования и развития. Врожденные ожидания выражают истинные потребности представителя любого биологического вида.

<sup>2</sup> См. исследования Д. Винникота, С. Грофа, Д. Чемберлена, Ж. Ледлофф, В.Р. Дольника, М. Одена, О. Ранка.

телям, заинтересованным в полноценном развитии своего ребенка и готовым ради этой цели предпринимать активные действия. Материалы издания основаны на теоретическом курсе «Мама+малыш: от 3-х до 8-ми», который читается в Центре перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания «Рожана», и учитывают вопросы, задаваемые слушателями этих лекций. Рекомендации этой брошюры могут применяться ко всем детям от трех до восьми лет, однако наибольший воспитательный эффект возможно получить, если родители уже до этого срока придерживались принципов естественного возвращения ребенка.



## Цель и результат воспитания ребенка от 3-х до 8-ми лет

Воспитание ребенка – это непрерывный процесс, и все его этапы взаимосвязаны. Те воспитательные методы, которые применяются к новорожденному и ребенку первого года жизни, не только дают свои всходы в раннем возрасте, но и во многом определяют физическое, психическое и нравственное здоровье человека на всю жизнь. От степени удовлетворенности врожденных ожиданий ребенка до трех лет жизни зависит та основа, на которой будут строиться воспитательные методы в дальнейшем, а успешность их применения – от качества этой основы.

Целью естественного воспитания, прежде всего, является предоставление ребенку возможности максимально реализовать потенциал, который в нем заложен, и стать полноценным взрослым. На каждом возрастном этапе реализуется определенная воспитательная задача, которая тесно связана с особенностями развития ребенка и подчинена этой общей цели.

Давайте опишем конкретные цели воспитания ребенка от 3-х до 8-ми лет в виде результата, к которому надо стремиться.

Отметим, что наши действия, направленные на воспитание трехлетнего ребенка, дадут малый промежуточный результат к 6-ти, а более оформленный – к 8-ми годам.

Итак, к 8-ми годам мы должны воспитать человека, который:

- как правило, имеет хорошее настроение;
- честен и открыт;
- обладает устойчивым стремлением к познанию и справедливости;

## Цель и результат воспитания ребенка от 3-х до 8-ми лет

- интеллектуально развит, то есть имеет базовые знания по следующим направлениям: основы естествознания, основы культуры, основы мирозерцания, морально-нравственный кодекс;
- умеет осуществлять выбор, принимать решения и следовать им – в силу своего интеллектуального развития;
- умеет вести беседу, т. е. обладает умением вникать в смысл того, что хочет объяснить ему собеседник, и умением донести до собеседника смысл своих чаяний;
- имеет навыки ручной деятельности, т. е. владеет элементарными приемами ручной деятельности, которые позволяют ребенку производить материальные ценности;
- оценивает свое поведение и исправляет его. Речь идет не об отдельных поступках, а именно о линии поведения. Например, если ребенок балуется и вошел в раж, у него рассеивается внимание, он непременно начинает делать глупости и в конце концов может стукнуться обо что-нибудь или поспорить с мамой. Особенно если он настаивает на своей глупости. Это – линия поведения. После трех лет ребенок должен научиться распознавать разные линии поведения, связывать свое поведение с конечными результатами и учиться его перестраивать. Что касается отдельных поступков, то оценивать их и уметь исправлять неправильные результаты ребенок должен научиться до 3-х лет;
- имеет расширенный репертуар социального поведения, который увеличивается прежде всего, благодаря участию ребенка в групповых играх, где он обучается действовать в команде и где у него формируются устойчивые навыки социального поведения;
- выделяет «своих» и «чужих», умеет отличать одних от других и взаимодействовать как с теми, так и с другими;
- уважает своих близких, включая в первую очередь родителей, а также бабушек, дедушек, братьев и сестер, демонстрирует доброжелательное и ласковое отношение со «своими»



- близкими. Важно, чтобы ребенок не просто демонстрировал любовь к родителям, но и искренне проявлял ее, а это зависит уже от того, насколько поведение взрослых в раннем возрасте соответствовало его врожденным ожиданиям;
- отвечает за свою безопасность и умеет действовать при возникновении элементарных бытовых опасностей;
  - физически развит и вынослив, умеет хорошо бегать, прыгать, лазать по деревьям, переносить физические нагрузки.

Описанный выше результат является уточненной педагогической целью воспитания ребенка от 3-х до 8-ми лет. Такой результат вполне достижим, утверждаем мы, основываясь на своем личном опыте. Подтверждают эту возможность и этнографические наблюдения. Согласно данным многих источников, в племенах с архаичным укладом жизни дети в возрасте 8-9 лет принимали участие в решении различных общественных проблем и к их мнению прислушивались взрослые. Следует учитывать только, что с достижением указанной воспитательной цели, вы получите не взрослого человека, а ребенка, который обладает этими качествами и учится применять их в жизни. Другими словами, вам предстоит поддерживать полученный результат и в дальнейшем, но теперь уже на ином возрастном этапе развития ребенка, что имеет свои особенности.

В этой связи хочется обратить внимание на важность воспитательных усилий в отношении ребенка от 3-х до 8-ми лет для его дальнейшего развития. В этом возрасте ребенок готовится к самому благодатному периоду своей жизни — периоду относительной стабильности, который продолжается с 8-ми до 13-ти лет и предназначен для постижения философских понятий и расширения интеллектуальных познаний. Этот период «философа» длится 5 лет и нужен растущему человеку для того, чтобы постичь законы мироздания и получить наиболее полный объем знаний о природе и человеке.

## Что нужно учитывать в воспитании трехлетнего ребенка

### Ориентация на общество

Самая главная перемена, которая происходит с ребенком в три-четыре года, это его переориентация на общество. Именно с этого времени социальная среда за пределами семьи начинает приобретать для ребенка все большее и большее значение, а дистанция между ним и ближайшим окружением, напротив, увеличивается.

Эта перемена происходит не одномоментно, а постепенно, и начинается с 6-9-ти месяцев жизни ребенка. Сначала наибольшее значение в его жизни имеет мама. Потом к ее влиянию прибавляется влияние других членов семьи, которое подкрепляет позиции матери. В наших семьях такими родственниками обычно являются папа, бабушка и дедушка малыша<sup>3</sup>. Довольно скоро они тоже становятся знакомыми и близкими. Ребенок же продолжает свое движение вперед и постепенно удаляется и от этих членов семьи. Этот этап продолжается в среднем от 9-ти месяцев до 3-4-х лет.

Постепенно семья как освоенный пласт ценностей уходит на второй план, и к 3-4-м годам на ребенка может оказать влияние только **группа взрослых**, которая думает и действует одинаково, в рамках одной системы мирозерцания и одного морально-нравственного кодекса. С этого возраста семья остается для ребенка надежным тылом, местом, где можно получить защиту и утешение, а сам он пускается в плавание с уже другими людьми, которые научат его уму-разуму. Постигать все разнообразие мира, развивать и обогащать свой социальный репертуар, усваивать морально-нравственные ценности, да и

3 Отметим, что влияние всех членов семьи на процесс воспитания ребенка может быть эффективным только в том случае, если они действуют согласованно.



просто учиться уму-разуму ребенок будет с помощью и под влиянием других людей. Именно от них он может научиться тому, чего не делают в его семье. А если даже и делают, то хорошо бы у других узнать какие-то детали или проверить, насколько искусны его домашние, может им стоит что-то подсказать, чтобы они делали это лучше.

Влияние группы на ребенка 3-4-х лет настолько велико, что, отдаляясь от семьи, он может утратить уважение к своим родным, если это уважение не поддерживать на уровне общества. Теперь чтобы малыш уважал папу и маму, именно члены группы должны напоминать ему о том, что родителей необходимо уважать. Более того, именно члены группы, а еще лучше, старшая мать и старший отец, обладающие мудростью и большим жизненным опытом, будут принимать активное участие в формировании поведения ребенка и разъяснять ему нравственные ценности. Именно старшие по рангу в сообществе должны настаивать на выполнении ребенком определенных норм поведения, сообщать ему необходимые знания, а остальным членам группы задавать генеральную линию воспитания. Немаловажно, что и сам ребенок имеет врожденную потребность оказаться рядом со старшим по рангу, чтобы уточнить свое собственное иерархическое положение и успешно освоить формы поведения, свойственные именно детскому возрасту.

Итак, родители должны помнить, что с 3-х лет они значительно ограничены в оказании на ребенка воздействия с точки зрения формирования его правильного социального поведения, выполнения морально-нравственных и других норм. Теперь он руководствуется правилами, которые ему диктует социальная среда. Весь вопрос только в том, кого он будет считать своим окружением.

### Влияние родителей

Хотя в этом возрасте ребенок выходит из-под абсолютного влияния родителей, и старые рычаги влияния перестают работать, тем не менее, семья продолжает сохранять важное значение в его жизни. На возрастном этапе от 3-х до 8-ми лет семья и группа выполняют воспитательные задачи, дополняя друг друга. Ребенок прислушивается к мнению той и другой стороны и на основании своих наблюдений делает выводы, которые послужат для него основой принятия решений. Самое главное, что ему необходимо видеть – это слаженность действий, а не сходство словесных трактовок. Конечно, некоторые разночтения могут быть, но не более допустимых погрешностей. В этой ситуации при условии, что на старте действия родителей были адекватны, они сохраняют свое влияние на ребенка. Пока еще у них остается шанс влиять на него и сдерживать вредоносное действие среды. Однако хочется обратить внимание родителей, что потребность ребенка в сообществе настолько велика, что они не смогут полностью оградить его от дурного влияния улицы, насколько сильным ни был бы их авторитет.

На этом этапе, если у ребенка были какие-либо причины относиться к родителям не очень хорошо, может быть заложено начало конфликтных или враждебных отношений с ними. Если ребенок с раннего возраста усвоил, что родители ведут себя неправильно и не понимают его чаяний, он будет чутко усваивать от окружения любые намеки, подтверждающие, что такое поведение родителей связано с тем, что они не любят его, а значит, они враждебны. Такую информацию ребенок будет специально собирать отовсюду. Это начало конфликта, а переполняется чаша к подростковому возрасту.

Отдельно скажем о взаимоотношениях ребенка с отцом. В первые годы жизни ребенка мать играет для малыша во всех смыслах ведущую роль. Она обеспечивает все его жизненно важные потребности, сообщает начальные сведения об окру-



жающем мире, учит основам поведения в обществе. Иначе говоря, от матери требуется заложить базу физического, психического и нравственного здоровья ребенка, а потом «передать» его отцу с тем, чтобы тот развивал начатое дальше. Львиная доля воспитательных усилий потребуется от папы после исполнения ребенку 6-ти лет, когда он в полной мере войдет в зону влияния родителя мужского пола. Чтобы этот процесс шел безболезненно и эффективно, необходимо заранее сформировать у малыша уважение к отцу. В этом смысле важны усилия не только мамы и бабушки. Если поведение самого отца не будет соответствовать врожденным ожиданиям сына или дочери, он не сможет рассчитывать на уважение ребенка. Именно поэтому для папы важно до того, как его влияние приобретет наибольшую силу, не растерять детское доверие и приобрести максимальный авторитет.

Большое влияние родители могут оказать на обучение ребенка ремеслам и искусствам (рисованию, пению, танцу, игре на музыкальных инструментах, лепке, выжиганию и т.д.). Если в среде, где живет ребенок, бытует увлечение каким-то видом искусства или ручной работы, то ребенок осваивает его во много раз эффективнее. В противном случае шансы ребенка на достижение каких-то значительных успехов в этих областях невелики, в лучшем случае он в течение жизни будет время от времени обращаться к своему увлечению. Более подробно на этом вопросе мы остановимся ниже.

### Врожденные ожидания

Поведение трехлетнего ребенка все еще регламентируется бессознательными импульсами. Однако у него появляется возможность и сознательных действий. Можно считать, что к 3-м годам малыш подходит к этапу планомерного формирования произвольного, или сознательного поведения. Чтобы это поведение было успешно сформировано, необходимо удовлетворять врожденные ожидания ребенка данного возраста.

Каковы же ожидания и потребности ребенка от 3-х до 8-ми лет?

К ним относятся:

- наличие слаженной группы соплеменников, с которыми он будет взаимодействовать, подключаясь к общим действиям;
- наличие детской стаи, в которой он будет играть;
- реализация интеллектуального потенциала, причем интеллектуальные интересы меняются в зависимости от возраста ребенка. На каждом возрастном этапе должен быть освоен определенный пласт информации. Если этот пласт по каким-то причинам остается неосвоенным, интеллектуальное развитие человека значительно страдает;
- обучение думать, анализировать, устанавливать взаимосвязи и принимать решения, а значит, действовать;
- развитие мелкой моторики и освоение навыков ручной деятельности;
- развитие выносливости и реализация физической активности.



## Задачи и условия воспитания ребенка от 3-х до 8-ми лет

Зная о том, какой педагогический результат мы должны получить и понимая врожденные потребности и ожидания ребенка, можно сформулировать задачи воспитания ребенка в возрасте от 3-х до 8-ми лет. Условно поделим их на две группы.

### *Задачи индивидуального развития*

1. Физическое развитие.
2. Развитие выносливости.
3. Обучение навыкам ручной деятельности, несложным ремеслам и искусствам.
4. Интеллектуальное развитие.

### *Задачи социальной адаптации*

5. Расширение социального репертуара, обучение групповым формам поведения, приобретение навыков действий в команде.
6. Постигание основ нравственности.
7. Уважение к родителям и усвоение норм поведения в семье и в обществе.

Далее мы расскажем подробно о каждой воспитательной задаче, а пока перейдем к вопросу об условиях воспитания. Именно соблюдение этих условий позволит воспитать полноценного человека и даст ему возможность реализовать свой генетический потенциал. Такими условиями являются:

- группа взрослых, обладающих единой системой мировоззрения и живущих в рамках одинаковых нравственных норм, в том числе и относительно воспитания детей;
- разновозрастная детская стая, в которой можно реализовывать игровую деятельность;

- своевременное и целенаправленное обучение и передача знаний, очередность усвоения которых заложена в возрастном развитии ребенка;
- надежность родителей и семьи (братья, сестры, бабушки и дедушки). Для ребенка эта надежность выражается в своевременном обеспечении витальных (т.е. жизненно важных) потребностей, защите целостности от посягательств со стороны внешнего мира, в своевременной передаче знаний и обучении.

Теперь мы вернемся к более подробному разговору о задачах воспитания и по ходу их обсуждения поясним, какие из перечисленных условий нужны для выполнения каждой задачи. Здесь же мы постараемся дать конкретные рекомендации для родителей с учетом той среды, в которой они живут и воспитывают своих детей и в которой чрезвычайно трудно реализовать принципы естественного воспитания.

## Задачи индивидуального развития

### Физическое развитие ребенка

Физическое развитие — основа здоровья, которая закладывается в детстве. С детьми 3-8 лет достаточно легко организовать физическую активность, т.к. в их возрастные особенности входит желание соревноваться друг с другом, испытывать определенные нагрузки и преодолевать различные естественные трудности. Очень важно, чтобы физическое развитие происходило в разновозрастной детской стае, где есть старшие дети и в которой не только играют в подвижные игры, но и занимаются разнообразной физической деятельностью. К такой деятельности можно отнести тренировки и соревнования: лазанье по деревьям, бег, прыжки, переход реки вброд, подъем и ношение тяжестей, борьба и т.д. Отметим, что особенно хорошо ребенок физически развивается в том случае, если он двигается



в природной нише обитания (в нашем случае это открытая местность с горками, оврагами и пр.).

Важно, чтобы игровую деятельность и тренировки детей корректировал взрослый и давал им инструкции. Это могут быть и папа, и мама, и даже бабушка, которая, кстати, может вспомнить давно забытую игру и научить в нее играть. Члены детской стаи могут обратиться к этому взрослому за советом, с просьбой чему-то научить, что-то показать, разрешить спор. Дети хорошо принимают взрослого в роли арбитра и тренера, т.к. чувствуют, что от него можно почерпнуть что-то интересное, новое, правильное.

Итак, условия физического развития: открытая, а лучше пересеченная местность, наличие разновозрастной детской стаи и сопровождающего взрослого, который периодически принимает участие в организации жизни стаи.

*Рекомендации.* В городских условиях реализовать потребности ребенка в адекватных физических нагрузках помогают усилия папы. Именно папа может организовывать активные прогулки, бег и лазанье. Дома папа может посвящать каждый день 30 минут активным физическим занятиям и с мальчиками, и с девочками. Детям нужно так нагружаться, чтобы они получили возможность почувствовать здоровое утомление в результате физической нагрузки. Если в процессе тренировок устает сам папа, то ему показывать это не стоит, т.к. он задает для ребенка определенную планку в смысле выносливости и приверженности занятиям. Другими словами, если Вы после активной прогулки с сыном или дочкой пришли и легли на диван, то у Вашего чада могут возникнуть сомнения: а нужны ли вообще ваши совместные занятия?

### Развитие выносливости

Несомненно, выносливость ребенка тренируется в ходе физического развития и участия в соревнованиях. Но подкрепление этого качества происходит с участием ребенка в такой деятельности взрослых, где он подвергается большим нагрузкам, чем в играх с детьми. Когда ребенок, например, присоединился ко взрослым для сбора ягод в дальнем лесу, он уже не может сказать, что пойдет домой, и вынужден действовать до конца, потому что в группе стыдно хныкать и показывать свою слабость и никчемность. В группе действует правило: «Взялся за гуж, не говори, что не дюж». Именно эти обстоятельства стимулируют ребенка напрягать свои силы и формируют выносливость.

Присоединение к деятельности взрослых, где тебе не дадут спуска, обозначает ребенку ту верхнюю планку, к которой необходимо тянуться и которую надо обязательно достичь. Чем более выносливы взрослые, тем более выносливы дети.

*Рекомендации.* Детей этого возраста нужно брать в походы и подвергать их каким-нибудь посильным, но жизненно необходимым трудностям. Поначалу следует удаляться на небольшое расстояние, чтобы ребенок имел возможность вернуться самостоятельно, если захочет, однако опыт показывает, что такое бывает крайне редко. Даже если ребенок испытывает трудности и просится домой, желание доказать группе свою полноценность и состоятельность пересиливает, и он остается со всеми. Для трехлетнего ребенка лучше организовать однодневный поход, для четырех-пятилетнего – с ночевкой. У похода должна быть какая-то осмысленная цель, позволяющая тренировать выносливость. При чем при установлении уровня физической нагрузки не следует делать разницы между девочками и мальчиками,



поскольку в возрасте от 3-х до 6-ти лет они делают в этой области практически одинаковые успехи. Хорошо, когда организаторами похода выступают папы, дедушки или молодые люди 18-20-ти лет.

### Обучение навыкам ручной деятельности и несложным ремеслам

На руках человека очень много рецепторов, связанных с головным мозгом, и это обстоятельство делает развитие мелкой моторики незаменимым фактором стимуляции интеллектуальных способностей ребенка. Также навыки ручной деятельности являются основой трудолюбия и умения ставить и решать задачи, поскольку, когда ребенок что-то делает руками, он получает видимый практический результат.

Для того чтобы ребенок мог научиться что-то делать руками, надо чтобы в семье (и желательно в ближнем окружении) бытовала какая-либо деятельность, к которой он мог бы приобщиться. Рисование, вышивание, резьба по дереву, чеканка, выжигание, ювелирное дело, роспись, литье, кулинария и т.п. – всему этому ребенок обучается в процессе наблюдения за деятельностью взрослых. Но просто возможность наблюдать – это не единственное условие. Очень важно, чтобы труд и творчество взрослого, а потом и самого ребенка, имели какую-то цель, выражались в каком-то конкретном результате и имели ограниченную продолжительность во времени. Другими словами, если Вы решили вышить салфетку, то должны сделать это к определенному времени, а потом застелить этой салфеткой праздничный стол или подарить кому-то на день рождения. Если решили связать носки, то закончить дело следует к началу зимы, чтобы успеть их поносить, а не когда уже весь снег растаял... Ограниченность во времени и практическое применение результатов труда формирует умение ставить цель и достигать ее и является важным стимулом для любой деятельности.

Важно понимать, что дети тренируют целеполагание и достижение цели на маленьких участках. Пусть ребенок сделает своими руками что-то небольшое, но до конца. Когда же цель неясная, время неопределенное, результат недостижимый – складываются условия для воспитания бездельника. В этом смысле, обучая ребенка трудиться, мы закладываем в нем основы нравственности и формируем уверенную и устойчивую личность.

*Рекомендации.* Родители ребенка должны хорошо подумать, каким домашним ремеслом они могли бы заниматься регулярно. Выбрав вид деятельности, заниматься им следует с обязательным соблюдением цикла: поставили цель – за определенное время достигли результата – применили результат в быту. Сначала ребенок будет участвовать в Вашей работе в качестве наблюдателя, а затем и помощника. Следует отличать домашнее ремесло от хозяйственной деятельности – уборки, ремонта и пр.

### Обучение искусствам: искусство как часть жизни

Очень многим родителям хочется, чтобы их дети занимались танцами, музыкой, живописью. Но при этом совершенно обычной является ситуация, когда ребенок ходит, например, в музыкальную школу, что называется, из-под палки, а с последним днем занятий кладет инструмент в футляр с тем, чтобы уже никогда не доставать. Это случается потому, что искусство перестало быть частью жизни семьи и существует за пределами ее бытования, в специализированных сферах. И если родители хотят, чтобы их ребенок преуспел в искусствах, им придется приложить к этому специальные усилия со своей стороны, а не просто записать его в творческий кружок или школу. Родителям придется стать непосредственными участниками процесса оживления искусства в их семье и, что очень желательно, в ее окружении. Это тем более возможно, поскольку



такая традиция бытовала в городской культуре России еще в начале XX века. В каждой семье умели рисовать и петь, сочинять стихи и музицировать. Что касается более раннего времени, то всем известен факт, что великие писатели, художники, музыканты, ученые 18-19 веков, прославившиеся в каком-то одном виде творческой или научной деятельности, на самом деле обладали многими талантами. В детстве они получали представление о нескольких искусствах именно в семье, и не только потому, что это входило в программу домашнего воспитания, а потому что музицирование, рисование, сочинение стихов жили в быту постоянно. Это было явление массового порядка. Отголосками его стала, например, способность нескольких поколений уже советских людей с легкостью осваивать классические танцы на танцплощадках. По многим причинам, которые мы не будем здесь оговаривать, эти традиции отошли в прошлое, и в жизни современной семьи, к сожалению, массовой семейной традицией является только просмотр телевизора...

Прежде чем перейти к конкретным рекомендациям, опишем некоторые особенности развития детей, которые помогают им осваивать музыку, живопись и рисунок, танец.

На четвертом году жизни у ребенка проявляется музыкальный слух, и он начинает петь, соблюдая мелодическую линию. Музыкальный слух был у ребенка и раньше, просто не хватало голосовых возможностей, чтобы точно воспроизводить мелодию, а теперь такие возможности появились. Поэтому самое время заниматься вокалом. Музыкальным слухом обладают все дети, задача родителей – его сохранить.

Также в этом возрасте дети начинают вполне хорошо танцевать. Они могут осваивать несложные па различных танцев под музыку, а не просто трясти попой в такт ритма. Если родители знакомы с танцевальным искусством, совсем не сложно

научить этому ребенка, который сам очень хочет танцевать так, чтобы получился танец.

На четвертом году жизни дети совершенствуют свои навыки рисования. Если раньше ребенок рисовал, как правило, только лето, то теперь он начинает отражать в рисунках все времена года. У людей он начинает прорисовывать пальцы, чего тоже раньше не было. Поэтому родителям можно вместе с детьми рисовать природу, времена года и человечков.

На шестом году жизни дети начинают хорошо рисовать, вполне четко изображая предметы и животных. Это период тематических рисунков и отработки техники рисования.

*Рекомендации.* Прежде всего для развития творческих способностей детей родители должны создать в семье такую среду, где зарождающиеся таланты могли бы найти применение. В современных условиях наилучшей рекомендацией для выполнения этой задачи является организация домашних концертов. Домашний концерт готовится заранее, и в нем участвуют все члены семьи. Неважно, насколько Вы сильны в том или ином виде творчества. Для того чтобы с чувством исполнить песню или рассказать стихотворение, нужны скорее большое желание помочь своему ребенку развиваться и скромные творческие способности, чем подлинный талант.

Чтобы сохранить природный музыкальный слух ребенка, необходимо знакомить его с музыкальной литературой. В это понятие входит прослушивание всех произведений того или иного композитора – классического или современного. Если знакомство с музыкальной литературой происходило правильно, то к 8-ми годам ребенок вполне способен отличить 40-ю симфонию Моцарта от 17-й сонаты Бетховена. Очень важно,



чтобы родители сами с удовольствием слушали ту музыку, к которой они хотят приобщить ребенка.

У родителей часто возникает вопрос, стоит ли отдавать детей в развивающие группы. Скажем, что шанс реализации творческих способностей ребенка в таких группах существует, однако он должен иметь обязательное подкрепление в семье. Кому-то это условие может показаться надуманным: каждый может привести примеры, когда дети усердно занимаются танцами или музыкой, в то время как их мамы и папы очень далеки от искусства. Но надо иметь в виду, что под развитием творческих способностей мы понимаем не просто заучивание танцевальных движений или технику игры на инструменте, а развитие врожденных потребностей ребенка. Если потенциал ребенка развивается грамотно, он станет многогранной творческой личностью, истинное проявление талантов которой связано не с демонстрацией определенных умений, а со способностью без труда осваивать многие виды искусств, видеть творческое начало в любой сфере деятельности.

### Интеллектуальное развитие ребенка

Часто под интеллектуальным развитием ребенка родители понимают его умение читать, писать, заучивать иностранные слова, складывать мозаику или кубики, нажимать кнопки в компьютере и пр. Это мнение сложилось под влиянием (если не сказать напором) различных методик раннего развития, которые за внешней формой успешности («Мой ребенок самый умный!») скрывают совершенную беспомощность их создателей перед вопросом: «Зачем?» Зачем, например, ребенку в 5 лет уметь читать? Есть два варианта правдивого ответа: «Чтобы он отстал, наконец, от мамы и дал ей заняться своими делами» и «Чтобы я смогла продемонстрировать способности своего чада перед другими мамами». В любом случае мы имеем дело, во-первых, с подменой потребностей ребенка потребностями родителей, а во-вторых, с полным игнорированием возрастных

особенностей маленького человека. Однако в задачу настоящей брошюры не входит подробно останавливаться на этой теме. Мы ее затронули только для того, чтобы сказать, что интеллектуальное развитие человека от 3-х до 7-8-ми лет не связано напрямую с умениями читать и считать<sup>4</sup>

Итак, зачем же ребенку необходим интеллект? Интеллект необходим ребенку для того, чтобы осуществлять оптимальный выбор и принимать правильные решения, что является врожденным устремлением ребенка. Чем больший объем знаний усвоен в детстве и чем лучше они уложены в систему, тем больше шансов принять правильное решение. А для того чтобы принимать правильные решения, надо знать, как устроен мир и какое место занимает в нем человек, т.е. иметь систему мирозерцания. Именно в этом направлении и настроен мозг ребенка. Его возрастной задачей является развитие интеллекта через усвоение системы мирозерцания.

Сформированное в раннем детстве мировоззрение дает возможность принимать правильные автоматизированные решения. Если эта задача не была решена своевременно, человек обречен скитаться в поисках смысла жизни, совершать множество ошибок, разочаровываться и периодически переживать крушение всех надежд. Ему сможет помочь только осознание своей ограниченности, которая связана с отсутствием полноценных систематизированных представлений о мире и которую придется преодолевать. Отметим, что шанс сделать это остается всегда, ведь мы никогда не утрачиваем способность учиться.

Но вернемся к нашей основной теме. Чтобы ребенок овладел знаниями о системе мира, необходимо учитывать его возрастные потребности в усвоении того или иного пласта информации. Нужно хорошо понимать, что ребенок не может усваивать любые знания в любом порядке, придуманном взрослыми. Для

<sup>4</sup> В Центре «Рожана» читается отдельный курс для родителей «Интеллектуальное развитие ребенка».



того чтобы знания улеглись в стройную систему, следует удовлетворять врожденные ожидания ребенка в получении тех или иных знаний. Другими словами, природой предусмотрено, чтобы ребенок в определенном возрасте усваивал определенную информацию о мире. Сейчас мы расскажем, какие же знания и в каком возрасте ребенок усваивает и как это связано с его возрастными особенностями.

### Четвертый год жизни

Четвертый год – это начало возраста почемучек, но пока еще «почему» не получают своего смыслового развития, а носят уточняющий характер. Некоторой информацией о мире ребенок уже владеет, и теперь его задачей является получение имеющихся подробностей. В этом возрасте ребенок познает мир живых существ и бытовую сторону жизни. Он обращает внимание на какие-то детали, которые раньше его не интересовали. Например, «Звери, когда в сказку входят, они одеваются?» (отметил, что в книжках животные нарисованы в одежде), «Мама, ты что на голову надела?» (неоднократно видел платок и раньше, но не придавал значения).

Детей не на шутку начинают интересовать вопросы жизни и смерти. Поясним, что мы имеем в виду, на примерах.

Мама лежит, плохое самочувствие. Дочка трех лет садится рядом и спрашивает:

- Мама, ты заболела?
- Да, дочка, заболела.
- Ты себя плохо чувствуешь?
- Да, я себя плохо чувствую.
- А если ты умрешь, кто же со мной останется, кто мне будет сисю давать?
- Ты что, мой хороший, я не собираюсь умирать!

Но ответ уже не имеет никакого значения:

- Мамочка, я прошу тебя, не умирай, – и у маленькой девочки начинаются рыдания.

Мальчик трех с половиной лет спрашивает у мамы:

- Мама, а ты будешь старенькая?
- Да.
- А потом умрешь?

Мальчик расстроен.

Девочка четырех лет спрашивает у мамы:

- Мама, а почему умирают медведи?
- Потому что умирают все.
- Не-е-т, я поняла: они умирают, потому что приходит их срок!

Это всего лишь несколько вариантов вопросов, которые задают дети этого возраста, и выводов, которые они делают.

Интересно, что ребенок не говорит о том, что умрет он. Напротив, его беспокоит потеря родственников, а именно мамы, бабушки, т.е. тех людей, которые о нем всегда заботились. Такая потеря может сделать его беззащитным и уязвимым, поэтому он переживает за свое будущее. Он как будто говорит: «Не умирай, я не могу без тебя жить!». Помимо вполне логичных переживаний за свое будущее в этих разговорах, конечно же, присутствует искреннее переживание за жизнь и здоровье своих родных.

Многие психологи высказывают мысль о том, что детей на раздумья о смерти наводят разговоры взрослых и наблюдения за гибелью жуков, мелких зверьков и насекомых. Однако на основании своего опыта мы склонны видеть другую причину появления подобных разговоров. У детей на четвертом году жизни существует какой-то внутренний позыв говорить о смерти, который связан с особенностями социализации в этот пе-



риод. На четвертом году жизни заканчивается кормление грудью<sup>5</sup> и, как следствие, происходит значительное отдаление ребенка от мамы. Мама становится способной к рождению следующего ребенка, а старший уже готов перейти в детскую стаю. Поэтому, с одной стороны, он переживает «потерю» мамы, завершившей грудное вскармливание (в определенном качестве она «умирает» для ребенка), с другой — переход из одного социального состояния в другое, который тоже может ассоциироваться со смертью. Когда этот переход заканчивается, и положение ребенка в детской стае стабилизируется (это происходит в 4-4,5 года), разговоры о смерти сводятся на нет.

Помимо вполне бытовых и чувственных переживаний, связанных со смертью, у детей присутствуют и философские рассуждения на эту тему. Проверая свои отношения со смертью и пытаясь постичь ее философский смысл, дети ставят эксперименты на насекомых: давят их и внимательно наблюдают за тем, что происходит после этого. Ребенку надо видеть, как двигался и бегал паучок, но вот его прижали палочкой, и он свернулся, перестал двигаться, наступила его смерть. Благодаря таким наблюдениям у маленького человека происходит осознание этого сложного философского понятия. Стоит сказать, что для подобных экспериментов дети никогда не используют млекопитающих. Такое может произойти только случайно, но именно в этом возрасте. Кто-то очень нежно может тискать хомячка, и хомячок умирает, не выдерживая детской любви. Кто-то помогает котенку, застрявшему в заборе, освободиться, и котенок умирает, не выдерживая такой неловкой помощи. Если это случается, то оставляет в памяти детей глубокий след. Они искренне сожалеют о случившемся и буквально хотят вдохнуть в этих существ душу.

<sup>5</sup> Напомним, что в данной брошюре идет речь об опыте естественного возвращения ребенка, неотъемлемой частью которого является грудное вскармливание именно до указанного периода.

*Рекомендации.* Что такое жизнь и смерть? Как они связаны друг с другом? Каково лицо смерти? Что стоит за ней? Это совсем не простые вопросы, и взрослые должны уметь помочь ребенку в них разобраться. Очень важно не уходить от этой темы и быть честным в своих ответах. При столкновении со смертью следует говорить об этом факте прямо и открыто, например: «Дедушка умер» (а не «Уехал в командировку»), «Собака загрызла котенка, и он умер» (а не «Уснул»).

С образом или фактом смерти ребенок часто встречается в сказке, что само по себе говорит нам о действительной важности этого понятия для детей, раз оно закреплялось на протяжении веков в такой форме. Однако родителям стоит внимательно относиться к выбору сказок, где присутствует смерть. В сказке смерть героя может быть наказанием со стороны сил природы за нарушение им каких-то объективных законов, а может быть формой выражения отношений между людьми, когда речь идет о казнях, убийствах и пр. Смерть за нарушение природной данности, за скверный поступок или нечестность кажется ребенку закономерной и обоснованной, и сказки, где речь идет о такой смерти, рекомендуются к прочтению.

В целом родители должны помочь ребенку выстроить отношения со смертью, и если они этого не делают, значит, не до конца выполняют свой долг. Но спросим себя откровенно: как родители, взрослые люди, сами себе отвечают на вопросы, поставленные выше? Что они знают обо всем этом? Вряд ли много, потому что это непростая тема, требующая глубокого осмысления, знаний, особого взгляда на мир. Общей рекомендацией для родителей в этом смысле, видимо, будет совет найти время для размышлений на данную тему, для



самообразования и корректировки своего собственного мирозерцания<sup>6</sup>.

### Пятый год жизни

В этом возрасте дети пытаются понять устройство внешнего мира. Их интересует темное ночное небо, звезды, Луна, дневное голубое небо, Солнце, Земля – как астрономический объект, а также весь биологический мир, который их окружает. Им интересны не только звери, птицы, рыбы, пресмыкающиеся, насекомые и растения, но и микроорганизмы. Какие-то области знаний, не известные детям ранее, вызывают у них нескрываемый восторг.

Детей очень интересуют динозавры. Можно даже сказать, что дети в этом возрасте переживают настоящее увлечение динозаврами. Они хорошо понимают, что динозавры жили когда-то давно, а теперь их почти не осталось, и окаменелости этих животных люди находят в земле. Когда именно давно жили динозавры, дети, конечно же, не могут осознать, т.к. пока не могут оценить временные отрезки в миллионы лет, но они понимают, что это было в далеком прошлом. Если детям не рассказывать о динозаврах как об объектах палеонтологии, то они переживают период увлечения драконами, что по сути одно и то же.

Это возраст почемучек. Именно на пятом году жизни дети переживают «почемучкин» расцвет. С помощью вопросов они сознательно уточняют информацию об уже известных объектах живого мира и запоминают ее. Иногда так хочется задать вопрос, но он еще не сформировался, и ребенок вместо вопроса может только повторять: «Мама, мама, мама, а почему....»

<sup>6</sup> В центре «Рожана» читается философский курс лекций «Основы мирозерцания», предназначенный для взрослых, которые стремятся разобраться в сложных вопросах мироздания.

Кроме естественнонаучных знаний ребенка интересует и философская информация о своем месте в мире. Через особые переживания дети в этом возрасте демонстрируют наличие у них знаний о таких вещах, которые можно назвать основами мирозерцания и началами религии. Эти знания несомненны и воспринимаются, как часть человеческого существа и как объективная реальность, что-то из этих знаний является памятью ребенка.

Что же такого знают дети, чего не знают взрослые? Выделим несколько категорий таких знаний.

Во-первых, дети знают Бога и у них нет сомнений, что он существует. Для ребенка этого возраста Бог находится в глубинах Вселенной и смотрит на него с небес. Многие дети видят, как на них с вечернего неба смотрит огромный глаз, похожий на треугольник – это глаз Бога. Иногда они просто говорят, что на них смотрит небо, а Бога характеризуют, как нечто необъяснимое. Ребенок не боится этого явления, он чувствует себя частью Вселенной, чувствует, что всевидящее око все о нем знает, и он замирает перед открывшимся величием. Иногда дети не могут выдержать этого величия и отказываются в сумерках выходить на улицу. Особенно откровенно такое поведение может проявиться в деревенской среде, где город не мешает переживать взгляд неба. В этом возрасте дети уже хорошо говорят и могут передавать свои переживания словами: «На меня смотрит небо».

Это явление вполне можно считать откровением, таинством. Когда речь идет о сокровенном процессе формирования мирозерцания ребенка, любой человек, считающий себя верующим, должен снять шляпу и преклонить колени, поскольку речь идет о том, как в человеческом существе начинает говорить сам Бог, нечто сакральное и непознанное. Это начало всех религий, чистое и незамутненное. Ребенок может общаться с



Богом, с истоками Вселенной напрямую, и ему не нужны для этого пророки и посредники.

*Во-вторых, дети не сомневаются в том, что они живут на земле не первый раз.* Они знают, что когда-то они уже были большими и могут рассказывать об этом. Для детей реинкарнацию отменить невозможно, потому что они помнят свои прошлые воплощения. Они помнят своих прежних родителей, свое прежнее детство, какие-то важные или приятные события, они помнят обстоятельства, при которых они умерли или погибли. Есть случаи, когда дети сохраняют такую память не из одной жизни.

Существование у маленьких детей реинкарнационной памяти и важность этого явления подтверждают и этнографические источники. Для сохранения реинкарнационной памяти в русской традиции, а также в традициях других народов было принято новорожденным и грудным детям до того момента, пока они не начинали говорить, задавать вопросы о том, где и у кого они жили раньше. Считалось, что когда ребенок достигнет 4-5 лет, он начнет подробно рассказывать о своем прежнем воплощении, и родители поймут, в какую сторону лучше всего направить его воспитание. Отголоском этой традиции является известный обычай выкладывать перед годовалым малышом предметы, символизирующие профессии или роды занятий. К какому предмету ребенок потянется сначала, такое дело ему знакомо, и есть смысл развивать его в этом направлении. Также воспоминания из прошлой жизни могут прояснить причину появления у человека тех или иных фобий — если предмет фобии был причиной смерти в прошлой жизни — и тем самым снизить ее негативное влияние.

И последняя категория знаний. Дети помнят о том, почему они решили родиться у своих родителей, они помнят свои внутриутробные переживания и как они рождались. Дети видят сны на эти темы, а на стадиях засыпания и пробуждения

переживают все телесные ощущения, связанные с родами: сильное сдавливание, погружение в слизь, приближение огромного темного шара. Память о рождении может волновать детей до 12 лет. Они могут задавать взрослым вопросы, пытаясь разъяснить свои переживания, но взрослые, как и в случае с двумя первыми категориями знаний, редко могут понять, о чем их спрашивают дети. И об этом мы скажем отдельно.

*Рекомендации.* Современные люди, к сожалению, очень далеки от тех сфер, о которых говорилось выше и, как следствие, не чутки к проявлению интереса к ним со стороны детей. В этом кроется опасность не просто разногласий между детьми и родителями, но и возникновения основы для недоверия, которое можно пронести по всей жизни, а это уже серьезно. Если ребенок знает и чувствует Бога или пытается рассказать что-то из своей прошлой жизни, но встречает со стороны родителей полное непонимание, то происходит утрата родительского авторитета, и родители превращаются в глазах ребенка либо в глупцов, либо в лжецов, либо в неполноценных людей. Согласитесь, между этими тремя выбор не очень приятен. Особые знания этого периода у ребенка забудутся, но мнение о том, что его родители глупцы и им нельзя доверять, останется. Есть и другая опасность. Если ребенку скажут, что его знание — ерунда, он может пережить крах, равносильный вселенской катастрофе. Некорректное поведение взрослых в этом отношении может нанести ребенку серьезную психотравму.

Поэтому главной нашей рекомендацией будет совет учиться себя вести в ситуациях, когда ребенок завел с Вами беседу на сокровенную тему. Старайтесь просто слушать, если позволяют знания — поддерживать разговор, но ни в коем случае не ставьте под сомнение то, что он говорит, не произносите обидных



слов, которые в эту минуту способны разорвать нить доверия, связующую Вас и ребенка. В Ваших интересах сохранить в нем эти первозданные чувства, которые впоследствии могут стать основой любой религии, помочь осознанию своего места в мире, благотворно сказаться на здоровье и развитии личности.

Приведем примеры корректного поведения родителей. Ребенок рисует корову и сопровождает свои действия рассказом: «Вот такая корова у меня получилась, вот у нее рога, а вот копыта. А когда я был большой, у меня тоже была корова». Если мама понимает, что речь идет о проявлении реинкарнационной памяти и если она уверена в том, что ребенок ей доверяет, она начинает аккуратно задавать вопросы: «А какие еще животные у тебя были? Что ты с ними делал (ухаживал, пас, сторожил и пр.)? Ты жил в деревне?» Если мама не знает, как себя вести, и не уверена в доверии со стороны ребенка, она должна просто его выслушать и потом записать полученные сведения – возможно, они пригодятся в будущем. Отметим, что такие разговоры относятся к чрезвычайно тонким материям, которые очень легко спугнуть, даже если Вы не говорите ничего неправильного. Ребенок может закрыться в любой момент, и Вы не узнаете никаких подробностей, но в любом случае, если ребенок счел нужным сообщить Вам о том, что «корова у него была», Вас можно поздравить – малыш доверяет Вам. Другой пример. Ребенок просыпается с чувством страха, начинает рассказывать о своих переживаниях (сдавливание, сближение с черным шаром и пр.) и хочет понять, что с ним происходит. Мама должна суметь объяснить ребенку, что таким образом он переживает свое рождение: «Ты вспоминаешь, как ты рождался. Поэтому, если черный шар снова будет приближаться, постарайся не бояться его, а в него прыгнуть, тогда тебе станет легко».

Если не игнорировать подобные моменты и поощрять внутриутробную память ребенка, можно сгладить неблагоприятия беременности и родов, если такие имели место.

У родителей часто возникает вопрос, что говорить ребенку, когда он спрашивает: «Откуда я взялся?» Прежде всего, скажем, что этот вопрос возникает на фоне разных условий вынашивания и рождения ребенка, ухода за ним в раннем детстве и отношения родителей к сохранению внутриутробной памяти. Если с этим все в порядке, то вопрос «Откуда я взялся?» носит чисто технический характер: ребенку важно просто уточнить свои личные переживания, ведь в целом он знает ответ. Отвечать на этот вопрос стоит откровенно, но без подробностей. Если же что-то в указанных процессах проходило с нарушениями, то это обстоятельство становится источником постоянных расспросов, т.к. ребенка не удовлетворяет получаемый ответ.

### Шестой год жизни

В этом возрасте детей начинает интересовать астрономия. Их интересуют такие астрономические явления, как падение метеоритов, полет комет, движение астероидов и т.д. Дети вполне понимают карту звездного неба и способны запомнить все созвездия и потом находить их на звездном небе. В связи с этим увлечением детям очень нравятся все легенды и рассказы о происхождении названия созвездий, о разных астрономических явлениях. Чтобы удовлетворить потребность детей в знаниях по астрономии, взрослым необходимо как следует подготовиться: запастись соответствующей литературой, изучить карту созвездий, освежить знания по этой теме, представленные в древних мифах и сказаниях.

Ребенка начинают интересовать различные природные геофизические явления, такие как извержение вулканов, гейзеры, цунами; что будет, если пройдет большой ливень, что такое снежная лавина, что такое селевой поток, что такое землетрясение и т.д. Дети очень внимательны к любой информации на эту тему, даже единичное упоминание о каком-то явлении может не просто запомниться, но и стать поводом для детальных расспросов.



Ребенка начинают интересоваться подробностями из жизни животного мира, которые он стремится уточнить при помощи вопросов. Например, «Может ли удав проглотить антилопу?», «Чем питаются ужи?»; «Если змея бросится на лягушку, а ей попадет в рот кузнечик, то она его съест или нет?» и т.д. Для насыщения подобного интереса очень подойдут рассказы и книги, где в художественной форме рассказывается о поведении животных и различных казусах, которые происходят при контактах между ними и человеком. Главное, чтобы это были реальные истории, а не похождения вымышленных персонажей.

Кроме естествознания ребенка чрезвычайно сильно интересует вопрос «Как устроен Я?». Однако здесь не идет речь об анатомических подробностях устройства человека. Ребенок знает, что у него есть душа и она находится в теле, но может из него выходить. Его интересует, куда душа уходит после смерти и что с ней происходит, каковы взаимоотношения его души с физическим миром. Где находится место, через которое входит душа, и как именно это происходит. Например, дети в этом возрасте могут видеть сны, в которых они выходят из своего тела, смотрят на него со стороны, вовлекаются в некое круговое движение по комнате или улетают за ее пределы. В связи с этим и возникает вопрос «Как я устроен?». Детям необходимо понять, что с ними происходит в таких снах, и этот интерес может длиться вплоть до исполнения ребенку 12-13 лет. Однако чаще всего в возрасте 8 лет полеты во сне с выходом из тела прекращаются.

Также ребенок знает о существовании потустороннего мира, который населен разными сущностями. Родители чаще называют их привидениями и духами, как правило, потому что сами не знают других «имен». Однако если у взрослых познания в этой сфере более разнообразны, то ребенок получает возможность оперировать и другими обозначениями. Сущности, о которых знает ребенок, разные по характеру: одни из них

опасны для человека, другие помогают ему и более миролюбивы. Ребенка очень интересуют взаимоотношения между людьми и жителями потустороннего мира. Отрицать существование последних со стороны взрослых в высшей степени глупо, потому что дети видят их в прямом смысле глазами и уверенно описывают. Дети даже рассматривают эти явления группой, обсуждают детали, направление движения и другие подробности, которые шокируют взрослых.

Ребенок очень чувствителен ко всем проявлениям потустороннего, поэтому страх темноты и пространства в этом возрасте приобретает особый смысл. Дети боятся темноты не просто так, а именно потому, что в ней могут в какой-то момент скрываться представители другого мира – и не всегда миролюбивые. Родителям надо внимательно относиться к страхам ребенка, обнимать его в такие моменты, как бы обволакивая своей энергетикой, прогонять незваных гостей.

Приведем примеры вопросов, которые могут задавать дети в этом возрасте, и их рассуждения. «Где живут привидения?»; «Где находится вход в потусторонний мир и может ли туда попасть человек?»; «Почему привидений не видно обычным зрением?»; «Что такое зеркало? Зеркало – это вход в потусторонний мир, потому что оно отражает лучи солнца»; «Луна подкрепляет силы привидений ночью, потому что луна – это тоже большое зеркало, которое отражает лучи солнца»; «Дед Мороз – дух, и Ангел-хранитель – тоже дух. Можно ли их увидеть?»; «Как у человека появляется Ангел-хранитель при рождении? Как можно с ним встретиться?».

*Рекомендации.* Полноценное общение с детьми в этот период требует от родителей как конкретных знаний в различных областях (астрономия, естествознание, биология), так и умения тактично отнестись к способностям ребенка видеть недоступные взрослым объекты и к его интересу к таинственной стороне



жизни, которая для ребенка абсолютно реальна. Чтобы не казаться несведущим в очень важных для ребенка вопросах, родителям можно дать совет активно интересоваться мифологией.

### Седьмой год жизни

В этом возрасте прослеживается увлечение ребенка следующими направлениями познания:

- семейная иерархия в деталях, с уточнением, кому принадлежит самая главная роль;
- взаимоотношения с потусторонним миром;
- классификация биологических существ и природных явлений.

Рассмотрим эти увлечения подробнее. Что касается семейной иерархии, нужно отметить, что дети без каких-либо специальных подсказок приходят к выводу, что главной в доме является мама. Папа, по мнению городского ребенка, не очень главный, потому что не совсем ясно, где находится его территория. Для ребенка, живущего в деревенской среде, роль отца более очевидна. Он – главный во дворе, т.е. в мастерских на мужской половине, и за его пределами, т.е. на улице. В этой связи рекомендуется время от времени приводить ребенка на работу к папе, чтобы показывать его сферу влияния.

Ребенка очень притягивают рассказы и бывальщины, которые повествуют об отношениях с потусторонним миром. Родителям рекомендуется собирать соответствующие источники: сказы Бажова, мифологию народов мира, какие-то рассказы из собственной жизни или жизни знакомых и близких – о гаданиях, ведьмах, домовых, русалках и пр. Очень хорошо, когда в семье есть бабушка или дедушка, знающие множество таких историй. Отметим, что речь не идет о рассказах «о черной черной женщине, которая пошла на кладбище» и т.д. Такие

«сказания» рождаются в среде самих детей, кочуют из поколения в поколение и по сути являются формой детского фольклора, вызванной к жизни именно возрастными потребностями детей в таинственном. Речь идет о вполне реальных фактах встреч человека с представителями потустороннего мира. Ребенок интересуется ими, но в то же время проявляет страх по отношению к этим загадочным явлениям. Также тяга к мистическому может выражаться в увлечении, например,кладами.

Ребенка очень интересует классификация природных явлений и биологических существ. Ему хочется, например, понять, почему бабочки – это не птицы, хотя они летают; почему снег и дождь – это осадки и т.п. Самое время учить классы и отряды, виды и категории. Эта информация легко усваивается и очень быстро выучивается.

Кроме этого, ребенок проявляет интерес к счету объектов. Этот процесс становится ему интересным и легко осваивается. Дети в этом возрасте хорошо считают до десяти, осваивают счет до двадцати.

### Восьмой год жизни

Только на восьмом году жизни дети проявляют осознанный интерес к чтению. К этому времени огромные области познаний освоены им непосредственно через общение, чувствование и наблюдение. Теперь можно уточнять полученные базисные знания и вникать в подробности опосредованно, через их описание. Это означает, что только теперь ребенок готов к чтению книг для того, чтобы получить дополнительный источник информации. Читать дети учатся очень быстро, особенно если папа начинает с вопросами отсылать к энциклопедии.

*Рекомендации.* Еще раз скажем родителям о том, что обучение чтению ранее 7-ми лет не только противоестественно, но и вредно. До этого возраста у



ребенка, во-первых, нет потребности читать об окружающем мире, а есть потребность узнавать его каждый день, наблюдая, а во-вторых, только к этому возрасту окончательно созревает зрительный анализатор, позволяющий воспринимать плоскостные изображения, не травмируя глаз.

Получает свое развитие интерес к счету и арифметическим действиям, которые до этого возраста были совершенно не интересны.

К восьми годам полностью забываются реинкарнационные воспоминания.

### Основы культуры бытования

В интеллектуальное развитие входят не только естественно-научные знания и те тонкие сферы, о которых мы рассказали выше, но и большой пласт информации, касающийся бытовой жизни человека. Эти знания еще можно назвать «кругом жизни человека». Они очень важны, т.к. составляют основу мировоззрения человека. Опишем кратко содержание этих знаний без привязки к конкретному возрасту, т.к. они актуальны в течение всего периода от 3-х до 8-ми лет.

**Круглый год:** сезоны года с природными явлениями и соответствующей деятельностью человека, его хозяйствованием, календарными праздниками. Например, ребенок видит, что зимой чистят дорожки от снега, весной высаживают цветы, летом пропалывают грядки, а осенью собирают урожай.

**Родина:** мой край, мое поселение, моя улица, мой двор и подворье, мой дом и семья. Ребенка не устраивает тот факт, что его территория – это квартира, а семья – только мама с папой. Он инстинктивно чувствует, что живет в неестественной среде и требует предъявить участок земли с видимыми границами

– для проживания, и побольше родственников – для общения.

**Родное гнездо:** мой дом, интерьер и мебель, мой двор и хозяйственные постройки (колодец, скотный двор, дровник, сеновал и т.д.), лесная избушка и другие строения-убежища, находящиеся на моей территории за пределами поселения далеко от дома. Конечно, получить такие знания можно только в деревенском доме, а не в условиях городской квартиры. Родителям придется проявить немалую изобретательность, чтобы объяснить, почему у них нет хозяйственных построек, и, самое главное, чтобы это объяснение устроило ребенка.

**Жизненный круг:** смена возрастного статуса человека. Его переход из младенчества, в детство, отрочество, юность, пору возмужания, преклонные годы, старость. Ребенок должен представлять себе, как выглядит человек каждой возрастной категории, поэтому он может уточнять, мама молодая или юная, бабушка пожилая или старая и т.п.

**Важные моменты в жизни человека:** выбор супруга, свадьба, таинство зачатия, отношение к беременности, рождение и роды, имянаречение, инициация, помочи, сход, гуляния, праздники и семейные торжества, похороны. Какие-то из этих моментов дети могут наблюдать непосредственно (свадьба, похороны, мероприятия группы), о каких-то имеют собственное знание и только уточняют информацию (зачатие, беременность, рождение).

**Миры:** король и королева, царь и царица, волхвы, знахари и ясновидящие, воины, торговцы, крестьяне, нищие. Иерархия группы, иерархия семьи. Детей интересует, как устроена общинная иерархия, кто главный и какую роль играют члены группы.

**Мастера и подмастерья, ремесла:** плотники, кузнецы, копатели колодцев, печники, пастухи, столяры, лодочники, гонча-



ры, катали, мельники и др. Чернение по серебру, резьба по дереву, резьба по бересте, резьба по кости и т.д. Женские рукоделья: шитье, вязание, кружевоплетение, вышивка, роспись и т.д. Эта область знаний связана с интересом детей к ручной деятельности.

Одежда и обувь: узоры, детали костюма, праздничная и повседневная одежда.

Застольщина: первое и второе, закуски, десерты, пироги и пирожные, торты и т.д. Организация чаепития, семейного обеда, застолье в гостях, трапеза на природе, в походе и на охоте. Праздничный стол, повседневная пища.

Будни и праздники: день, неделя, месяц, год, десятилетие, столетие, календарь, календарные и семейные праздники.

Беседа и общение: умение вести беседу и поддерживать разговор, правила хорошего тона, что можно и чего нельзя. Употребление песен, частушек, пословиц, загадок, бывальщин, сказок, преданий, игр.

Рекомендации. Как и многие другие, эти знания ребенок усваивает с помощью вопросов. И от родителей потребуются немалая степень общей культуры и образованности, чтобы на эти вопросы отвечать. А не отвечать нельзя, потому что нехорошо выглядеть невеждой в глазах собственного чада. Если вопрос ребенка поставил Вас в тупик, Вы, конечно, можете взять небольшой тайм-аут, но при этом должны понимать, что, не ответив сразу, даете повод для возникновения целой серии новых вопросов. Но это лучше, чем совсем замять вопрос, и тем более — делать это систематически.

## Задачи социальной адаптации

Напомним, что задачами социальной адаптации ребенка в возрасте от 3-х до 8-ми лет являются:

- расширение социального репертуара, обучение групповым формам поведения, приобретение навыков действия в команде. Эти задачи выполняются в процессе общения со взрослыми, наблюдения за действиями старшей матери и отца и участия в групповых играх с детьми равного и старшего возраста. Кроме этого ребенок должен наблюдать слаженные действия группы, видеть, как проявляются эмоции и доброжелательное поведение;
- постижение основ нравственности. Источником информации о нравственности для ребенка являются исключительно поступки взрослых. Поэтому очень важно, чтобы поступки взрослых соответствовали их словам, чтобы они были последовательны и укладывались в определенную мировоззренческую логику. Непосредственное усвоение нравственных норм и тренировка их применения происходит во время участия в групповой деятельности взрослых и в групповых играх с детьми;
- уважение к родителям и усвоение норм поведения в семье и в обществе. Эти задачи решаются также благодаря установкам, которые дает ребенку группа, а непосредственно в группе старшая мать и старший отец. Они задают линию воспитания, определяют и поддерживают соблюдение тех или иных норм поведения.

Решая описанные задачи, мы и формируем социальное поведение ребенка.

Далее расскажем о каждой из задач социальной адаптации, а также дадим оценку навыкам группового поведения самих родителей, поскольку именно эти навыки определяют качество социального поведения детей.



До трех лет социализация ребенка заключается в наблюдении и попытках включиться в жизнь общества. Однако настоятельная потребность в социализации появляется после трех лет: ребенок начинает активно демонстрировать свое желание действовать в группе.

На четвертом году жизни у ребенка появляется потребность проверить границы дозволенного с учетом мнения окружающих. Ему важно понять свое место в иерархии группы, а также какие отношения с родителями приветствуются группой, а какие осуждаются. Именно с этим связаны выходки и непослушание ребенка: ему необходимо проверить варианты своего поведения и выбрать оптимальные, т.е. те, которые группа одобряет. В процессе наблюдения за детьми **становится очевидным, что после 3-х лет они нуждаются в увеличении социальной группы и уже не довольствуются только членами семьи для того, чтобы оттачивать навыки социального поведения.**

Более ясно эту ситуацию можно понять, если представить себе не современный город, а жизнь общины, где все друг друга знают, могут свободно перемещаться на территории поселения и не оставляют без внимания ни одного события. В такой ситуации все взрослые принимают активное участие в воспитании всех детей племени, а не скромно отмалчиваются, когда ребенок хулиганит или безобразничает.

В этом возрасте дети усваивают субординацию «старший младший», «друг враг» и пытаются разрешить вопрос «А кто же Я?». Им важно понять свое место в семье, в племени и в окружающем мире. Это понимание должно прийти в виде некоего общего представления. Для того чтобы это представление сформировалось, у взрослых должен быть ясный ответ на вопрос четырехлетнего ребенка: «Мама, а кто Я?» или «Мама, а кто Мы?». Кроме этого, главное качество, которое следует развивать в ребенке этого возраста и которое непосредственно влияет на уровень социализации, это самостоятельность и

способность отвечать за свои поступки. Ребенок — это не беспомощное существо, которое нужно постоянно опекать. И серьезная ошибка родителей состоит как раз в том, что они этого не понимают. В 4 года ребенок может самостоятельно вымыть посуду и пол, одеться-обуться, аккуратно сложить вещи и игрушки, пройти пешком несколько километров и нести при этом поклажу, сдать свою одежду в гардеробе театра и пр. и пр. Родители (а особенно бабушки и дедушки), которые делают все **ВМЕСТО** ребенка и не дают ему никак себя проявить, говоря «что он маленький и пока еще не может справиться», воспитывают моральных «инвалидов» и иждивенцев. Напрямую с самостоятельностью связано и воспитание ответственности. Если ребенку дано поручение или он вызвался сам, что еще важнее, следует проверить качество работы, поставить исполнителю на вид, если она не доведена до конца или сделана плохо, и добиться желаемого результата.

На пятом году жизни дети особенно остро нуждаются в подвижных играх и соревнованиях. Они начинают значительно лучше ориентироваться в групповой деятельности, и им становится необходимо уточнять и развивать свои навыки, постигать какие-то тонкости организации жизни группы. Начиная с этого возраста ребенок будет постепенно уточнять отношения в команде и учиться следовать нравственным правилам. Путем уточнений, расширения опыта и накопления вариантов ситуаций он будет идти до 8-ми лет, что связано с главной задачей этого возраста: установлением отношений в группе «своих», обучение деятельности в команде. После 8-ми лет ребенок начнет учиться устанавливать отношения с дружественными «чужими». Начнется период формирования активной гражданской позиции и правил поведения гражданина в обществе.



## Расширение социального репертуара, приобретение навыка действий в команде

Прежде чем говорить об умении ребенка действовать в группе людей, необходимо понимать, что такое группа, и точно определить с понятиями «свой – чужой». Это важно, поскольку образовать группу с «чужими» невозможно.

Начнем с определения. *Группа – это объединение людей для достижения какой-либо цели.* Люди, находящиеся в группе, должны совершать целенаправленные действия, и именно эта деятельность должна их объединять. Поэтому у группы всегда есть структура с распределением ролей и ответственности. *Такую группу и называют командой.*

Понятие о группе или команде, как об объединении людей для достижения цели, отличается от понятий «племя», «род», «семья». Группа может быть временным объединением, а племя или род это уже нечто постоянное. Постоянные объединения людей существуют для реализации генеральной цели – выживания в окружающем мире, причем выживания с хорошим качеством, когда оптимальным образом удовлетворены все потребности каждого члена племени. Группа же объединяется, чтобы решать самые разные задачи. В этом смысле семья, т.е. муж и жена, являются командой, целью которой является выращивание здоровых детей.

Команда, племя, род и семья отличаются от стихийных или клубных объединений людей. Если объединение создается стихийно, то оно, как правило, действует бессознательно, а значит, его цель скорее всего сиюминутна и не обязательно будет позитивной: недаром в разговорной речи стихийные объединения людей неуважительно называют «стадом». Объединения людей, которые просто обмениваются информацией и расслабляются, скорее можно назвать клубом, но никак не группой, потому что целью такого объединения не является деятельность. В клубах люди отдыхают, а не напрягаются.

Чтобы действовать вместе, необходимо друг другу доверять и не опасаться контактов с другим человеком. Это означает, что группа должна состоять из «своих», т.е. из тех людей, которые друг друга знают и друг другу доверяют. В группе реализуется чувство локтя, принцип «Один за всех, и все за одного». Отметим, что реализации именно этого принципа подсознательно хочет каждый человек – он хочет попасть в группу «своих», это его врожденное ожидание, связанное с тем, что в такой группе он и жил на протяжении многих тысяч лет. Кто такие «свои» – вопрос непростой, и ответ на него определяет основы морально-нравственного кодекса, соблюдение которого совершенно необходимо для реализации групповой деятельности, поэтому мы будем рассматривать это понятие более подробно. А сейчас расскажем о том, что именно относится к групповым формам поведения, которыми должны владеть все взрослые (а от них этим отношениям должны научиться и дети) и какие качества необходимы для реализации этих форм.

**Умение объединяться для решения общих задач.** Это не так просто. Для того чтобы объединяться, нужно понимать, какие в данный момент существуют основания для объединения в группу и какие задачи можно решать вместе. Объединять людей может территория, на которой они находятся, деятельность, которую они совершают, общая идея или миросозерцание, генетическое родство. Увидеть объединяющую ситуацию, суметь понять, чем каждый может быть друг другу в данной ситуации полезен, оценить преимущества и распределить роли для благополучного существования всех участников ситуации, пусть даже временно – целое искусство. Это умеет делать редкий взрослый.

**Способность к слаженным действиям.** Это очень важное качество, без которого вообще невозможно осуществлять совместную деятельность. Это качество заключается в умении найти свою роль, согласовать свои действия (свое поведение) с действиями других членов команды и выбрать наиболее кор-



ректный вариант своего поведения. Если человек способен к слаженным действиям, он будет ускорять решение задачи, а если нет — будет тормозить ее.

**Умение поддерживать доброжелательную атмосферу.** Очень важно, чтобы совместная деятельность, предполагающая слаженные действия, происходила в атмосфере приподнятого доброжелательного настроения, а не угрюмой сосредоточенности или раздраженности. В такой негативной атмосфере вести деятельность слаженно невозможно, поскольку все будут ожидать друг от друга враждебных действий, и создавшаяся напряженность в конце концов такие действия спровоцирует.

**Способность к взаимовыручке и такту.** Это качество необходимо для пользы общего дела, и заключается оно в том, чтобы суметь увидеть того, кто не справляется со своей задачей, испытывает трудности, попал в тяжелую ситуацию, и вовремя прийти ему на помощь. Это правило отражено даже в фольклорных источниках. Русская пословица поучает: «Сам пропадай, а товарища выручай!». Чувство такта заключается в способности увидеть не только того, кто откровенно попал в трудную ситуацию, но и того, кто испытывает неловкость, и помочь ему из этой ситуации выйти.

**Умение быть ведущим и ведомым.** Для согласных действий команды необходимо, чтобы каждый участник умел выполнять как роль ведущего, так и роль ведомого. Причем он должен уметь быстро перестраиваться из одной роли в другую в зависимости от обстоятельств.

**Умение быть победителем и побежденным.** Если игра или деятельность предполагают соревновательность, каждый участник должен быть готов выиграть или проиграть. Умение вести себя адекватно в той или другой роли — чрезвычайно важный поведенческий навык. Победитель не должен заноситься, а побежденному следует не раскисать, а суметь порадоваться за честную победу своего товарища по игре или команде. Ведь в

другой игре их роли могут поменяться. Поэтому каждый должен вести себя достойно.

Мы перечислили только основные принципы поведения в группе. Это крупные модели, определяющие линию поведения, которое в свою очередь состоит из целого ряда поведенческих актов, или навыков. Сначала эти навыки усваиваются ребенком путем наблюдений, потом отрабатываются в тренировках, а потом становятся привычной формой поведения. Причем нужно освоить большое количество вариантов командной деятельности и научиться переносить свои навыки из одного варианта в другой.

### Основы нравственности

Действия команды не могут быть эффективными, если они не подкрепляются морально-нравственным кодексом. Этот кодекс чести человеку необходимо усвоить с самого раннего возраста, тем более что основан он на наших врожденных ожиданиях. Это означает, что здоровому человеку *генетически свойственны* определенные качества, которые позволяют ему эффективно действовать в группе и поддерживать с ней доброжелательные отношения. Эти качества выработались в процессе эволюции человека как биологического вида и как социального существа: чтобы выжить, наши предки просто обязаны были уметь хорошо взаимодействовать. Подробнее об этих качествах скажем ниже, а сейчас опишем признаки «своих» — тех, кто составляет группу и от которых мы ждем определенных проявления этих качеств.

«Свои» — это те, которые принимают тебя безусловно, таким, какой ты есть на самом деле, со всеми слабостями и сильными сторонами. От «своих» ты можешь получить конструктивное замечание, но не укор и не обвинение. Несомненно, такое принятие субъективно, но оно и не может быть объек-



тивным. Если бы мы оценивали «своих» объективно, то так и не смогли бы их найти.

«Свои» — это те, кому мы абсолютно доверяем. «Свои» никогда не обманывают друг друга, на них можно положиться, как на самого себя. Если мы группа, мы не ждем друг от друга некорректных действий и обмана. Действуя сообща, мы многое принимаем на веру, совершенно безоглядно. И надо сказать, что полное доверие гораздо продуктивнее, чем подозрительность и ожидание обмана. Если обманщик видит доверие, то он расслабляется и быстрее допускает промах, а подозрительность заставляет его быть осторожным и позволяет дольше водить нас за нос. Поэтому обнаружить обманщика нам помогает именно доверие. Хочется также отметить, что способность воспринимать что-то на веру и не бояться быть обманутым означает, что человек, во-первых, способен принимать решения, а во-вторых, он уверен в себе. Обман его не сломит и не раздавит, если вдруг встретится на пути. Психически здоровый человек способен понять, что стал жертвой эксперимента на доверие, и расстаться с источником обмана. А если есть психическое нездоровье, то человек будет продолжать отношения и настаивать на том, что его не обманывали, усугубляя тем самым ситуацию.

«Свои» — это те, которые всегда принимают твою сторону при столкновении с «чужими». Если вдруг на тебя будет оказано нападение или давление со стороны других людей, т.е. «чужих», и ты не сможешь дать им отпор, то «свои» обязательно тебя выручат, спасут и защитят.

«Свои» всегда готовы тебе помочь не только в столкновении с «чужими», но и при других обстоятельствах. Например, если ты попал в какую-то беду или просто нуждаешься в помощи, например, при строительстве дома, сборе урожая и т.д. Именно эти качества называют взаимопомощью и взаимовы-

ручкой — защитить от «чужих» и прийти на помощь в трудную минуту.

«Свои» никогда не предают. Они не предадут тебя врагу и не покинут в любой другой беде, которая может на тебя обрушиться. Они тебя не подведут и будут вместе с тобой идти до конца.

«Свои» всегда готовы принять в тебе участие. К ним можно обратиться в любое время дня и ночи для того, чтобы разделить радость или горе. Причем всегда можно рассчитывать, что тебя примут и поймут, отдадут тебе времени и внимания столько, сколько тебе нужно.

В общении со «своими» можно рассчитывать на полное взаимопонимание. Это означает, что когда я хочу о чем-то рассказать или что-то заявить членам группы (всем вместе или каждому отдельно), я не должен слишком тщательно подбирать слова. Если мои слова будут неточны, то, поскольку меня понимают и мне доверяют, мне помогут найти правильное выражение и будут стараться понять мою мысль, идею или замечание. Если мне приходится очень тщательно подбирать слова и продумывать каждую фразу, значит, взаимопонимание отсутствует, доверия нет, а вместо него есть готовность в любую минуту обнаружить мои слабости и недостатки или найти повод для обвинения.

От «своих» мы всегда готовы принять замечания. Человека всегда проще оценивать, наблюдая за ним со стороны. Самому свое поведение или внешний вид объективно отследить трудно. Если ты делаешь что-то некрасивое или ошибочное, «свои» могут тебя поправить, чтобы ты стал выглядеть лучше или не навредил самому себе своими ошибочными действиями. Это вполне логично. Неправильно скрывать от «своего», что он недоволен. Если мы скрываем это, значит, мы хотим посмеяться над человеком или желаем ему неприятностей — так посту-



пают только с врагами. Поскольку предполагается, что «свои» искренне заботятся друг о друге, то они делают только справедливые замечания и никогда не будут просто придираться.

«Свои» помогают друг другу бескорыстно. Бескорыстная помощь означает, что «свои» могут просто пожертвовать для тебя чем-то, в чем ты нуждаешься в данный момент, не требуя ничего взамен, просто на том основании, что ты член команды или племени.

«Свои», достигая общей цели, оказывают друг другу посильную помощь и делают посильный вклад в общее дело. На практике совместные действия всегда предполагают выигрыш как для команды в целом, так и для каждого ее участника. Поэтому очень важно, чтобы, делая общее дело, команда умела распределять свои ресурсы оптимальным образом. Это означает, что каждый участник должен вкладывать в общее дело ровно столько сил и средств, сколько он может вложить в действительности. Он не жадничает и не занимается мотовством, а вкладывает сообразно своим возможностям. Это и есть посильная помощь. Если он вложил меньше, значит, он нечестен или не доверяет окружающим. Кроме того, тот, кто вкладывает меньше, перекладывает на плечи других большую ношу, чем они могли бы нести. Значит, все вместе понесут большие тяготы и будет труднее достичь общей цели. Это не только нечестное, но и неразумное поведение. Достижение общей цели необходимо каждому участнику команды лично, значит, отсутствие посильного вклада не позволяет нам решить и свои собственные проблемы. Если мы честны, то мы победим и выживем, а если есть ложь, то мы потерпим поражение и погибнем.

Если мы для общего дела отдаем то, что необходимо нам или нашей семье, т.е. то, без чего невозможно нормально существовать, мы тоже не правы. Подрывая свои собственные силы или благополучие семьи, мы делаем себя нетрудоспособными, а

значит, будем уже не так эффективно участвовать в решении общего дела. От этого общее дело тоже может пострадать.

«Свои» объединены общей активной жизненной позицией и не являются иждивенцами. Все члены команды активны в решении поставленной задачи, и их активность посильна. Если кто-то ленится, он становится иждивенцем, который начинает фактически паразитировать на других. Когда человек получает многое, но ничего не делает ни для достижения общей цели, ни для членов команды, начинается игра в одни ворота. В конце концов, такой человек становится обузой и начинает осложнять решение той задачи, которая стоит перед командой.

То, что мы перечислили, — это основные нравственные принципы, которые должны присутствовать в любом объединении людей, занятом решением какой-либо задачи. В племени или семье эти принципы должны реализовываться постоянно, поскольку продолжительность сотрудничества группы родственников ограничена только продолжительностью их жизни.

**Рекомендации.** Самая главная рекомендация состоит в том, что родители должны ни на секунду не забывать, что дети — это «свои» и относиться к ним подобающе. К сожалению, очень многие родители в отношении своих детей демонстрируют принципы, больше подходящие для общения с «чужими». У кого-то это «наследственное», кто-то слепо следует искаженным представлениям о воспитании, но в любом случае — не чувствует, что дети — это «свои». Родители должны проникнуться этой мыслью.

## Нравственные качества и здоровье психики

Теперь, в качестве итога разговора о признаках команды, перечислим те нравственные качества, которые нужно проявлять, чтобы называться «своим». Еще раз отметим, что эти



качества человек постепенно вырабатывал в процессе групповой деятельности, и они делали его деятельность все более и более эффективной. К таким качествам относятся **честность, открытость, жизнерадостность, чувство такта, взаимопонимание, взаимовыручка, чистосердечие, бескорыстие, самоотверженность, целеустремленность, трудолюбие**. Постепенно эти качества стали частью нашей психической организации, характеристикой нашего психического и нравственного здоровья. Став частью генома, они стали и частью наших врожденных ожиданий по отношению к окружающим, а также частью наших чаяний и по отношению к себе.

Оценивая состояние современного человека, очень трудно понять, где в его поведении сказываются пробелы воспитания, а где психические недостатки. Однако так или иначе, факт остается фактом — советские и постсоветские граждане не умеют быть командой. Для них перечисленные выше качества рядового члена команды — практически недостижимые вершины духовности. У психически здоровых людей соблюдение этого кодекса вызывает восторг, а у психически неадекватных — разные чувства: от стремления к поклонению до ненависти.

К сожалению, в наш быт вошли представления о том, что «нахальство — второе счастье», «не обманешь — не продашь» и тому подобные формулы, подтверждающие тот факт, что человек чувствует себя в современном обществе в окружении сплошных врагов. Именно из этого исходит порочная привычка стремиться возвыситься не за счет собственных заслуг и достижений, а за счет втапывания в грязь окружающих тебя людей. Поэтому наши бабушки и дедушки не очень-то стараются поощрять своих детей похвалами. Сначала надо сказать что-то негативное и обхаять, например, купленную вещь или созданный проект, а только после этого сказать что-нибудь вроде: «Ну ладно, носи свое платье!».

*Рекомендации.* Воспитанию у детей нравственных качеств и закреплению правил поведения в группе способствуют:

- **групповые игры с детьми при участии строгого арбитра;** взрослый, организующий игру детей, должен следить за соблюдением не просто правил, но норм поведения. Например, если он видит, что с кем-то обошлись несправедливо или нечестно, он должен сказать, что так не поступают и объяснить почему. В этом смысле хороша ролевая игра, где участникам заранее известны или могут быть объяснены их роли не только с точки зрения выполнения каких-то действий, но и с точки зрения соблюдения морально-нравственных норм;
- **участие в групповой деятельности взрослых;** ребенок становится участником команды, целью которой является выполнение какого-то конкретного дела; ему определяется фронт работ, оговаривается время, за которое он должен справиться. Взрослый проверяет качество выполнения задания и, если оно его устроило, принимает работу. Хорошим примером в этом смысле является коллективная уборка дома.
- **обсуждение житейских ситуаций;** очень важно беседовать с детьми, разъясняя им, кто сделал правильно, а кто нет, и почему надо делать так, а не по-другому. Объясняют детям также и последствия ошибочного поведения, выделяют значение достижения общей цели. Важно следующее замечание: если мы осуждаем чье-то поведение и говорим об этом ребенку, необходимо, чтобы мы могли то же самое сказать и тому человеку, действия которого разбираются. Если есть возможность разбирать ошибки поведения в присутствии того, кто эту ошибку совершил, то лучше именно так и поступить. Например, старший брат совершил дурной поступок, а малень-



кий ребенок спросил, правильно или не правильно сделал старший брат. Мы разъясняем малышу ситуацию в присутствии старшего брата. Только делать подобные «разборы полетов» необходимо в доброжелательной форме. Поскольку хотя ребенок и совершил ошибку, но он «свой», и предполагается, что он будет стараться ошибку исправить.

То же касается и взаимоотношений с людьми, которые не являются членами Вашей семьи. Если Вы при ребенке осуждаете чье-либо поведение, а когда этот человек приходит, то сажаете его за стол пить чай и стремитесь преуспеть в любезности, Вы ведете себя лицемерно. Для ребенка это дурной пример. Вы должны набраться мужества, чтобы высказать этому человеку все то, о чем говорите в его отсутствии.

Очень хорошо, если взрослый имеет возможность после всех нравоучений рассказать ребенку сказку, иллюстрирующую его слова. Сказка – уникальное средство воспитания. В ней в закодированной форме изложена многовековая народная мудрость, позволяющая познать и нравственные нормы, и место человека в этом мире, и непреложные законы бытия. Дети воспринимают эту информацию на подсознательном уровне.

### Уважение к родителям и усвоение норм поведения в семье и в обществе

Ребенок должен уважать своих родителей, поскольку они являются для него поддержкой в данную минуту. Родители дали ребенку жизнь и помогают ему вырасти. Равно и родители должны уважать ребенка, поскольку он будет их поддержкой в будущем, когда они станут старыми. База уважения детей к родителям закладывается в раннем детстве и определяется степенью удовлетворенности врожденных потребностей ребенка. Если ребенку был обеспечен физиологически обоснованный уход, если мама успешно выполняла роль ведущей, если ребенок не был свидетелем постоянных препирательств родителей

по любому поводу<sup>7</sup>, то дальнейшее воспитание, в том числе и уважения к родителям, будет ложиться на здоровую основу. В противном случае положительных результатов добиться не получится – будет только видимость результатов.

Однако ситуации хорошего старта самой по себе недостаточно. Для того чтобы у родителей и детей возникало взаимное уважение, родители сами должны соответствовать определенным критериям. Облик родителей должен вызывать у детей стремление на них равняться и ими гордиться. Помимо этого уважение к родителям должно внушаться детям со стороны других родственников, а также поддерживаться взрослыми, находящимися в ближайшем окружении. Таким образом, уважение к родителям у детей формируется благодаря двум силам:

- облик родителей, как достойных людей;
- поддержка статуса родителей со стороны семейного окружения и сообщества.

Очень важно, чтобы дети не были разочарованы поведением и образом жизни родителей. Дети хотят уважать родителей, это их врожденная потребность, но если поведение самих родителей не соответствует детским ожиданиям, то уважение становится невозможным. И, к сожалению, родители первыми страдают от этого – их неправильное поведение дает детям право совершать дурные поступки прежде всего по отношению именно к самым близким.

<sup>7</sup> Об удовлетворении врожденных потребностей ребенка раннего возраста читайте: Ж. В. Цареградская «Новорожденный: уход и воспитание», М., «Рожана», 2006; Ж. Ледлофф «Как вырастить ребенка счастливым. Принцип преемственности», М., «Генезис», 2005.



Сейчас мы перечислим основные требования к поведению родителей в виде рекомендаций.

У родителей должно быть мировоззрение, которое определяет критерии добра и зла. И первый уровень, на котором проявляется это мировоззрение, — это личные взаимоотношения родителей в семье. Супруги являются командой, которая выполняет определенную задачу — вырастить детей. Между ними не должно быть принципиальных разночтений, особенно в сфере воспитания. То же самое касается старшего поколения. Если в семье живут бабушка и дедушка, то и они не должны ссориться — ни между собой, ни со своими детьми.

Родители должны вести образ жизни, который может стать образцом и подспорьем для развития детей. Они должны располагать группой знакомых, которые полностью разделяют их взгляды на воспитание, причем не просто в теории, но и на практике. Они не оставляют без внимания действия ребенка, высказывают одобрение или неодобрение его поведения, дают поручения, поддерживают авторитет мамы и папы. Хорошо, если взрослые будут объединены каким-то общим делом, например, организацией домашних мероприятий (семейные концерты, праздники и пр.) или бытовой деятельностью, направленной на облагораживание жилища. Дети в такой группе могут совместно играть и в играх учиться групповым формам поведения, а также участвовать в делах взрослых.

Моральный облик родителей и дневник добрых дел. Чтобы дети понимали, что совершать зло страшно и надо стремиться творить вокруг себя добрые дела, родители должны вести какую-то соот-

ветствующую деятельность. Наиболее простой и очевидной зоной для реализации добрых дел является благотворительность, т.е. деятельность, направленная на благо, однако с пониманием сути благотворительности не все однозначно, и родителям самим надо разобраться в этом понятии. Совершать благо невозможно, если ты не располагаешь критериями добра и зла. Определение этих критериев тесно связано с основами миросозерцания и с морально-нравственным кодексом — это сложное понятие, которое невозможно раскрыть в двух словах. Но есть простые принципы, которые помогают определиться на старте, без углубления в философские понятия.

Начнем с того, что благом никогда не бывает поддержка негативных сторон жизни и поведения человека, которое противоречит всем законам природы. Другими словами, нельзя вкладывать средства или усилия во что-то нехорошее или помогать тем, кто может быть потенциально для тебя опасен. Если ты не хочешь, чтобы твои дети попали в сиротский дом, значит нельзя, помогать сиротским домам, надо направить свои усилия на то, чтобы дети оставались в семьях с близкими людьми. Нельзя помогать развитию домов престарелых, потому что сам туда попадешь. Надо стараться делать так, чтобы старики оставались в семьях и т.д.

Во-вторых, заниматься благотворительностью можно только с учетом выживания группы, т.е. когда группа получает от благотворительности реальные преимущества. Это означает, что помогать надо прежде всего тому, кто помогает тебе. Если, например, тебе нужно, чтобы твои куры ели хорошее зерно, а тот, кто может его вырастить, пострадал, следует помочь этому человеку, и тогда твои куры смогут есть



хорошее зерно. Или если хочешь держать в руках хорошую книгу, а тот, кто ее написал, не может ее издать, нужно помочь издать книгу, и ты тоже сможешь держать ее в руках. Если оглянуться вокруг себя, можно найти тысячу дел — от малюсеньких до глобальных, которые требуют твоего участия и необходимы твоим детям. Надо только раскрыть глаза и посмотреть на мир не с позиции иждивенца, а с точки зрения достойного, самостоятельного человека.

Если расценивать благотворительность подобным образом, то, по крайней мере, в каких-то простых вопросах можно избежать большого количества ошибок. Несомненно, есть более сложные вопросы, которые требуют большого опыта и высокого уровня знаний. С их решением надо либо не спешить, либо прибегать к опыту и знаниям мудрых людей.

**Активная жизненная и гражданская позиция родителей.** Заключается она в том, что родители должны совершать действия, направленные на защиту и поддержку детей. В современном мире зонами риска для здоровья и жизни ребенка являются акушерство и гинекология (беременность и роды), дошкольные учреждения, школа, здравоохранение (педиатрия, вакцинация), пищевая промышленность, милиция и военкомат, т.е. те сферы, где вы сталкиваетесь с людьми, не заинтересованными в здоровье и жизни Вашего ребенка. Эти группы откровенно враждебны, но выдают себя за нейтральные или дружелюбно настроенные. Противостояние этим зонам и участие в деятельности организаций, которые защищают детей на самом деле, может стать формой благотворительности.

**Мероприятия для объединения семьи.** Для того чтобы дети уважали родителей и могли испытать чувство единения с ними, а также со своими братьями и сестрами, бабушками, дедушками и другими родственниками, необходимо проводить общесемейные мероприятия не реже, чем раз в две недели. Это могут быть, например, семейные обеды, домашние концерты, совместное рисование и другие мероприятия, которые как нельзя лучше объединяют семью. Совместная же брань, споры и выяснения отношений не способствуют объединению. Напротив, они закладывают тенденцию к разъединению, расколу.

\*\*\*

Подводя итог разговору о социальной адаптации, хочется сказать: уважаемые родители, ребенок подмечает все, что вы делаете, и подсознательно ждет от вас проявления ваших лучших качеств. Не отказывайте ему в потребности видеть своих родителей достойными людьми — так вы не только успешно решите задачи социальной адаптации ребенка, но и сохраните свое собственное психическое здоровье.



## Заключение

Итак, условиями успешного воспитания ребенка от трех до восьми лет являются, с одной стороны, сама личность родителей (их мировоззрение и поступки), а с другой, наличие группы взрослых, действующих в рамках единых принципов воспитания детей и отношения друг к другу. И если первое условие вполне по силам реализовать каждому, кто по-настоящему заботится о своем ребенке, то со вторым всегда возникают сложности. В современных городских (да и деревенских) условиях качественно реализовать врожденную потребность ребенка в адекватной группе невозможно. Во-первых, мы не живем общинами, уклад и иерархическое устройство которых сами по себе, без каких бы то ни было дополнительных усилий, способствуют успешной социальной адаптации ребенка. Значит, такое сообщество придется создавать искусственно. Во-вторых, сами взрослые зачастую оказываются в положении детей — они слабо владеют навыками группового поведения, имеют искаженные представления о морально-нравственных нормах и, к сожалению, демонстрируют признаки душевной и психической нестабильности. Следовательно, прежде чем объединиться, родителям самим надо пройти процесс обучения. Чтобы этот процесс был успешным, взрослым действительно необходимо понимать, насколько важна задача воспитания полноценных людей. Если этот факт будет глубоко осознан, то возникает потребность что-то менять в своем отношении к себе и ребенку, т.е. усвоенное знание перейдет в действие. Если же действия не последовало, значит, информация осталась неувоенной.

Повторимся: адекватная группа — это не тусовка и не клуб по интересам. Для современного человека правильная групповая деятельность — это серьезная работа и невероятный труд над самим собой, сопряженный с преодолением различных неприятных ощущений, личных ошибок и психологических комплексов, которые будут вынесены на всеобщее обозрение. И для того, кто ступит на это путь, обратной дороги уже не

будет, потому что процесс осознания и исправления своих ошибок (как и процесс воспитания детей) невозможно приостановить или выполнить в удобное время.

Социальным отношениям невозможно научиться из книг, лекций, фильмов; их можно постичь только в непосредственном общении. Поэтому начать надо с поиска того, кто на практике мог бы показать, что такое группа социально активных взрослых, по каким принципам она существует, как осуществляется взаимодействие взрослых и воспитание детей. Центр перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания «Рожана» готов помочь всем, кто хочет получить образец такого общения. У нас существуют тренинги и проекты (см. программу тренингов ниже, на стр. 68), которые помогут Вам найти единомышленников, с которыми можно создать адекватную группу. Обучаясь на тренингах и участвуя в этих проектах, каждый сможет не только приобрести навыки эффективного общения со взрослыми и детьми, но и в достойной форме реализовать программу гражданской активности, чтобы дать своему ребенку то, в чем тот истинно нуждается.



## О Центре «Рожана»

Центр «Рожана» – это московский центр перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания, который занимается возрождением института материнства и последовательно воплощает в жизнь идеи естественного воспитания. Свою историю Центр, созданный в 1989 году, начал с поисков информации о естественном возвращении ребенка: в этнографических источниках, которые отражают опыт многих поколений. Эта уникальная работа вылилась в создание целой системы обучения здоровому материнству, основанной на удовлетворении врожденных ожиданий ребенка и соблюдении биологических законов его зачатия, вынашивания, рождения и воспитания. Рекомендации Центра «Рожана» подтверждены исследованиями современной психологии (см. работы С. Грофа, О. Ранка, М. Миллера, Ж. Ледлофф, И. А. Аршавского).

Методики Центра «Рожана» помогают выращивать здоровых, сильных, интеллектуально развитых детей, таланты которых раскрываются максимально. Можно без преувеличения утверждать, что умственные способности воспитанников Центра «Рожана» превышают среднестатистические показатели. Ровное, хорошее настроение ребенка, его добросердечность и благонадежность приносят родителям чувство удовлетворенности своей миссией. Благодаря помощи специалистов Центра женщина в полной мере ощущает радость материнства и понимает, каким легким и приятным может быть общение с малышом. Длительный опыт работы Центра позволяет говорить, что когда его воспитанники вырастают, они становятся опорой для своих родителей и поддерживают с ним теплые отношения. Центр «Рожана» помогает выращивать счастливых людей, способных жить в гармонии с собой и с миром, строить комфортные отношения с другими людьми и проявлять невероятную устойчивость ко всем превратностям судьбы.

Центр «Рожана» к вопросам воспитания человека подходит комплексно, и в этом его главное отличие. Наблюдения исследователей и материнский опыт убедительно доказывают, что вынашивание,

рождение и грудное вскармливание ребенка, правильно проведенные с точки зрения биологических законов – это важнейшие вехи в его жизни, которые на всю жизнь определяют его здоровье, развитие и отношения с окружающим миром. Это звенья одной цепи, поэтому Центр «Рожана» всю свою работу строит на безоговорочном следовании естественным закономерностям. Все наши методики основаны на убежденности в абсолютной мудрости природы, уверенности в том, что на эту мудрость можно полностью положиться, и уважении к естеству человека как к данности. Не доверять собственной природе – слишком самонадеянно и недальновидно. Все противоестественное вредит человеку, не дает ему возможности сохранить здоровье и обеспечить собственное полноценное развитие. Центр «Рожана» предлагает биологически обоснованные программы помощи матерям и детям, которые в полной мере позволяют сохранить их жизненный потенциал, дарованный изначально.

Правильность методик используемых Центром «Рожана» подтверждается самой жизнью. Вот некоторые статистические данные, полученные в ходе обобщения результатов работы Центра со своими воспитанниками. Для сравнения приведем данные по аналогичным показателям в среднем по России.



Показатель	Воспитанники центра «Рожана»	В среднем по России
Грудное вскармливание до года	100% случаев	По разным данным – от 14% до 30-35% в течение трех месяцев и от 10% до 15% до года
Возникновение проблем грудного вскармливания	В 8% случаев. Такие проблемы, как мастит, абсцесс, нагрубание сосков не наблюдаются вообще, а недостаток молока, трещины сосков, недостаточный набор веса ребенка – крайне редко	90% женщин сталкиваются с проблемами грудного вскармливания
Послеродовая депрессия и страх перед ребенком	Не наблюдалось ни одного случая	По разным данным – от 10% до 50-70% случаев; такой разрыв в данных объясняется путаницей в терминологии: до сих пор послеродовая депрессия официально не признана как клиническая единица и под ее описание попадают различные состояния – от послеродового уныния до послеродового психоза
Родовые травмы как у матери, так и у ребенка	3-5% случаев	От 30 до 70% случаев
Потеря веса ребенком в первые дни после родов	Встречались редкие случаи. На полноценном молозивном вскармливании дети в подавляющем большинстве случаев начинали набирать вес с первого дня жизни и к 6-му дню прибавляли от 200 до 500 г.	95% случаев, и это в нашей стране считается нормой
Недостаточный набор веса у ребенка в первый месяц жизни	5-10% случаев	30% случаев

Прибавки роста и веса в первые 3 месяца жизни	В большинстве случаев (90-95%) дети дают прибавку веса по 900-1500 г и прибавку роста по 3-8 см	Обычно прибавки составляют: вес 500-800 г, рост 2-3 см
Диатез	10% случаев – в легкой форме	60% случаев
Заболеваемость	На первом году жизни: ни одного заболевания – 85%, однократное недомогание – 10%, недомогание 2-4 раза – 5%. На втором и третьем году жизни: ни одного заболевания – 70%, однократное недомогание – 25%, недомогание 2-4 раза – 5%	Только на первом году жизни ребенок болеет 2-4 раза

Центр «Рожана» предлагает свои глубокие знания и многолетний положительный опыт. Родители могут освоить знания, накопленные Центром за 20 лет практической работы, и пройти практическое обучение, позволяющее освоить навыки воспитания детей.

от Редактора



## Центр перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания «Рожана» приглашает родителей получить дополнительное образование

Если Вы решили осознанно отнестись к сохранению здоровья Вашего ребенка, приходите в Центр «Рожана». Здесь Вы сможете пройти обучение и получить поддержку и помощь по следующим вопросам:

### Будущим родителям:

- курс «Подготовка к здоровому зачатию»;
- курс для пап «Культура сексуального общения»;
- курс для беременных «Дородовая подготовка»;
- курс о новорожденном ребенке «Я родился»;
- курс для пап «Культура общения с беременной женщиной»;
- наблюдение во время беременности, помощь в подготовке к родам;
- организация комфортных родов, сопровождение в родах.

### Молодым родителям:

- поддержка грудного вскармливания – бесплатные телефонные консультации;
- обучение физиологически обоснованному уходу за новорожденным;
- налаживание грудного вскармливания;
- решение проблем грудного вскармливания – выезд консультанта по грудному вскармливанию;
- развитие и воспитание грудного ребенка – выезд инструктора по материнскому искусству;
- введение прикорма.

### Для родителей с детьми:

- курс «Мама + Малыш 1-3», развитие и воспитание ребенка в возрасте от 1-го года до 3-х лет;
- курс «Папа + Малыш»;
- курс «Интеллектуальное развитие ребёнка»;
- курс «Мама + Малыш 3-8», развитие и воспитание ребенка в возрасте от 3-х до 8-ми лет;
- курс «Детское здоровье»;
- развивающие занятия с детьми, азы культуры и социальная адаптация;
- курсы и занятия для отцов, бабушек и дедушек «Роль семьи в воспитании ребёнка раннего возраста»;
- курс «Основы мирозерцания»;
- курс «Праздники годового цикла»;
- просветительские лекции «Дети и деньги», «Встретить подростка» и др.

### Тренинги для родителей и детей

Теоретические знания позволяют родителям понять направление воспитательных усилий. Чтобы на практике осуществлять воспитание ребенка и развивать его интеллект, необходимы практические навыки. Для освоения практических навыков воспитания детей мы предлагаем мамам с детьми пройти ряд тренингов, целью которых является обучение приемам естественного воспитания и исправление ошибок в общении с ребенком. Тренинги основаны на принципе погружения в особую развивающую среду, комфортную как для взрослых, так и для детей. Среда тренинга позволяет полностью удовлетворить врожденные ожидания как мам, так и детей, что оказывает на обе стороны благотворное воздействие.

Тренинговая программа охватывает не только мам. Папам тоже следует учиться грамотно воспитывать детей и для них тоже



существуют тренинги. Вот примерная программа тренингов нашего Центра.

Название	Задачи
Мини-тренинг «Дача»	Приобретение эффективного практического опыта воспитания детей от 1 года до 3-х лет, исправление ошибок родителей в общении с детьми
Большой тренинг «Дача»	Приобретение эффективного практического опыта воспитания детей от 3-х до 8-ми, исправление ошибок родителей в общении с детьми
Семейный тренинг	Укрепление семейных отношений, формирование у супругов единой позиции в воспитании детей
Рождественский тренинг	Знакомство с народными традициями проведения праздников, развитие творческой активности детей и взрослых, направленной на объединение семьи
Тренинг «Субботник»	Поддержка воспитательного эффекта, достигнутого в ходе тренингов
Практикум для родителей	Поддержка воспитательного эффекта, достигнутого в ходе тренингов
Летний лагерь, малый поход	Обучение детей и взрослых поведению в команде; тренировка физической силы и выносливости. Тренинг, предназначенный для пап и детей от 4 лет
Масленичный и Пасхальный тренинги	Знакомство с народными традициями проведения праздников, поддержка воспитательного эффекта, достигнутого на основных тренингах

## Курсы и круглые столы с участием автора

Главным исследователем и разработчиком материалов Центра «Рожана» является Жанна Владимировна Цареградская. Наш Центр предоставляет уникальную возможность прослушать курсы и посетить круглые столы с участием автора. Непосредственное общение с первоисточником дает возможность прикоснуться к подлинному знанию, которое постоянно пополняется и углубляется за счет регулярной научно-методической деятельности и расширения опыта работы с мамами и детьми. Любое изложение этой информации, которое предлагают другие Центры и Интернет-ресурсы, отличается от подлинника, впрочем, как и всякая подделка отличается от оригинала.

**Записаться к нам на курсы, тренинги и консультации,**  
а также узнать подробности о нашей работе можно:

*по телефонам Центра «Рожана»*

**+7 (495) 363-61-46,**

**+7 (495) 792-55-43** (горячая линия бесплатного консультирования по грудному вскармливанию)

*на сайте: [www.rojana.ru](http://www.rojana.ru)*



## Книги и брошюры Ж. В. Цареградской

### Книги

- «Грудное вскармливание и психологическое единство Мать – Дитя» (в соавторстве с профессором педиатрии Е. М. Фатеевой);
- «Ребёнок от зачатия до года»;
- «Новорожденный. Уход и воспитание»;
- «Новорожденный. Уход и воспитание» (вариант книги на английском языке);
- «Новорожденный. Основы естественного ухода и воспитания»;
- «Профессиональная мама»;
- «Перинатальное воспитание»;
- «Детское здоровье»;
- «Мама + Малыш, или воспитание ребёнка от 3-х до 8-ми лет»

### Брошюры

- «Успешное грудное вскармливание»;
- «Психология новорожденного»;
- «Послеродовой уход»;
- «Прививать или нет»;
- «Практическое руководство по уходу за новорожденным»;
- «Обращение к ответственным родителям»

### Готовится к изданию

«Мама + Малыш или воспитание ребёнка от 1-го года до 3-х лет»

Благодарность автору и отзывы Вы можете оставить по адресу:  
[info@rojana.ru](mailto:info@rojana.ru)

Книги и брошюры, а также изделия, мастерской «Рожана» можно приобрести в Центре «Рожана»

и в интернет-магазине [www.rojana.ru](http://www.rojana.ru)





Как воспитать ребёнка в честности, самостоятельности, стремлении к познанию?

Как сделать так, чтобы он был творческим, интеллектуально развитым человеком?

Как научить его общаться с другими людьми? Как сохранить свой родительский авторитет?

Ответить на эти вопросы, волнующие каждого ответственного родителя, поможет книга, которую вы держите в руках. Ее текст основан на материале курса для родителей «Мама + Малыш: от 3-х до 8-ми», который читается в Центре перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания «Рожана» и является частью комплексного подхода к естественному воспитанию детей.

Автор курса Жанна Владимировна Цареградская, основатель и научный руководитель центра «Рожана», опытная мама, помогает родителям не просто справиться с задачей воспитания ребёнка, но и учесть на этом пути особенности развития и потребности самого малыша, а также избежать множества проблем, не очевидных на первый взгляд. Брошюра учит родителей проявлять чуткость к внутреннему миру своего ребёнка и помогает отвечать на «недетские» вопросы.

ISBN 978-5-902997-03-0

