

# “У природи нема поганої погоди”

Літо позаду ... З відпусткою або без, але всі ми трохи відігралися на сонечку, відпочили від весняно-осінньої слякоти і зимових холодів. І як би там не було, але більшості з нас вдавалося вириватися в ліс, на річку чи озеро, щоб трохи «вигуляти» і оздоровити своїх дітей. Однак не можна, щоб спілкування дитини з природою носило суто «сезонний» характер.

Читати російською Лето позади... С отпуском или без, но все мы немного отогрелись на солнышке, отдохнули от весенне-осенней слякоти и зимних холодов. И как бы там ни было, но большинству из нас удавалось вырываться в лес, на речку или озеро, чтобы немного «выгулять» и оздоровить своих детей.

Однако нельзя, чтобы общение ребенка с природой носило сугубо «сезонный» характер.

Обязательно стоит задуматься о смысле отдыха на природе. Зачем мы идем с ребенком в парк, в лес, на озеро? Чтобы он развлекся, подышал воздухом, поздоровел, чтоб кушал с аппетитом? Это все прекрасно, но мы ведь люди, и наша жизнь не может сводиться только лишь к физическим и физиологическим ощущениям и отправлениям. Общение с природой – это одухотворенный процесс, где есть и благодарность Творцу за красоту окружающего мира, и удивление совершенством природы, и боль за неразумную деятельность человека, и чувство ответственности за будущее планеты... Это способность расслабиться наиболее здоровым способом, умение набраться сил от земли, речного песка, морской гальки, лесной травы, деревьев, воды, солнца...

Постарайтесь прочувствовать, насколько прекрасна родительская миссия: подарить самому дорогому для вас существу всю прелесть окружающего мира, умение любоваться игрой теней, слушать шум прибоя, наблюдать «самый красивый в мире» закат.

И если вам это удастся, то ребенок на всю жизнь обретет способность видеть окружающий мир сквозь волшебные романтические очки. И тогда он никогда не будет абсолютно одинок и совершенно несчастен; никогда не почувствует себя совсем нищим и полностью обойденным судьбой – в его владениях будет вся красота окружающей природы. Но научить всему этому нельзя – можно только «заразить», испытывая самому. Поэтому вначале покопайтесь у себя в душе – а сами вы умеете ТАК «чувствовать» природу?

Как вести себя с ребенком на природе?

- Нельзя жить от лета к лету в ожидании общения с природой. Приучайте малыша в любое время года и в любую погоду уметь видеть красоту окружающего мира. И весенняя гроза, и минорный дождик, и летний зной, и золотая осень, и первый снегопад, – все это может доставлять много удовольствия и обогащать жизнь.
- Как можно чаще гуляйте с ребенком «просто так» вне зависимости от сезона. Возьмите на вооружение английскую поговорку: «Нет плохой погоды, есть плохая одежда». Подбирая вещи для детского гардероба, предусмотрите непродуваемую и непромокаемую одежду и обувь. Купите комбинезончик, детский зонтик, резиновые сапоги – и тогда прогулки под дождем или снегом станут для ребенка не менее любимыми, чем в солнечную погоду.
- Идя на прогулку, одевайте малыша по принципу «капусты» – чтобы одежды легко снимались и одевались, в зависимости от возможных перемен погоды и того, насколько малыш подвижен. Приучайте его самостоятельно определять, холодно ему или жарко. Но в любом случае, одевать ребенка стоит так, чтобы у него был стимул двигаться.
- Постарайтесь во время прогулки создать атмосферу душевной близости. Идите не торопясь. Беседуйте с малышом, вместе размышляйте, обсуждайте увиденное. Пусть прогулка будет не слишком длинной, но зато лишенной

телефонных звонков, суеты и нервозности.

- Постарайтесь научить своего ребенка любить самые простые вещи – «знакомое» дерево по дороге в школу, парк неподалеку, сад возле дома бабушки. Не рвитесь только лишь в шум, суету и парки с аттракционами – найдите возможность бывать в местах, не слишком тронутых цивилизацией, чтобы научить ребенка тихой созерцательности.
- Если речь идет о более длительном походе, позаботьтесь, чтобы малыш не переутомился и не перевозбудился. Для этого упростите и отработайте подготовку к поездке до мелочей: немаркая удобная одежда; простая, не скоропортящаяся пища; запас воды; небольшая аптечка; несколько походных приспособлений – и все. По обилию детских впечатлений обыкновенная прогулка в лес или на речку равнозначна кругосветному путешествию взрослого человека, поэтому продумайте, как вовремя переключить внимание ребенка; создайте условия и для того, чтобы он отдохнул, и для того, чтобы побегал.
- Ваше руководство ребенком на природе должно быть ненавязчивым и даже не заметным для него. На прогулке слово «нельзя» должно звучать как можно реже – можно и бегать, и прыгать, и кататься по траве, и пачкать одежду, и лезть в грязь, и кричать (все в меру, конечно). Зато те немногие запреты, которые останутся, должны быть самыми суровыми: не сорить; не ломать деревья; не рвать огромные букеты цветов; не вмешиваться в жизнь местных обитателей (не ловить или сразу отпускать пойманных животных – «к маме» или «к деткам, которые без него плачут»; не разрушать их жилище и пр.)
- Приучите малыша беспрекословно исполнять на прогулке несколько коротких и простых команд: «нельзя!, стой!, назад!, подожди!». Пусть малыш привыкнет, что звучат они только в минуты реальной опасности. Это может спасти ему жизнь в экстремальной ситуации.
- Знакомьте малыша с элементарными правилами безопасного

поведения на воде, в лесу, в гористой местности. С годами эти правила совершенствуются. Поэтому не поленитесь освежить свои знания – подчитайте, загляните на сайт МЧС.

- Не берите с собой на прогулку проигрыватель или радио. Еще не окрепшая детская нервная система и так зашкаливает от шумовых перегрузок. Ей обязательно нужен отдых – хоть иногда. Если малыш научится «слушать тишину», наградой ему будет богатый мир естественных звуков: шуршание осенних листьев или скрип снега под ногами; шум дождя; жужжание пчелы, щебет птиц; шорох пробежавшей в траве ящерицы...
  - Используйте совместные прогулки для того, чтобы научить малыша чему-нибудь новому, пробудить интерес к тому, что растет у нас под ногами. Хорошо, если он узнает названия самых простых растений, будет иметь общее представление о лекарственных и ядовитых травах. Если вы сами не все знаете, можно внимательно рассмотреть, сфотографировать, а потом вместе с малышом поискать в книге или Интернете. При этом результатом будет не ответ на один из множества вопросов, а показанный путь, где и как находить информацию.
  - Прогулки перед сном – это процедура, врачующая и тело, и психику. Показать как минимум Большую и Малую Медведицу, Полярную звезду – это дело чести каждого родителя. И тогда в течение всей жизни, обращая взор к ночному небу, ребенок будет искать знакомые созвездия и вспоминать вас...
-

# Чи ГОТОВИЙ ваш МАЛЮК до ШКОЛИ?

1 вересня вже не за горами, скоро першокласники вперше переступлять шкільний поріг! Прощай безтурботне дитинство! Що чекає їх попереду – успішне навчання, нові друзі, цікаве життя або, навпаки, невдачі, нотації вчителів, невдоволення і нерозуміння батьків? Багато що залежить від того, чи готова дитина до нового етапу в житті і чи готові до цього батьки, чи не поквапилися вони, віддавши малюка до школи.

Читати російською 1 сентября уже не за горами, скоро первоклашки впервые переступят школьный порог! Прощай, беззаботное детство! Что ждет их впереди – успешная учеба, новые друзья, интересная жизнь или, наоборот, неудачи, нотации учителей, недовольство и непонимание родителей? Многое зависит от того, готов ли ребенок к новому этапу в жизни и готовы ли к этому родители, не поторопились ли они, отдав малыша в школу

С какого возраста отправлять детей в школу? Родители вполне могут ошибиться, оценивая готовность ребенка к учебным занятиям. На первый взгляд может показаться, что он развит, сообразителен, умеет читать-писать-считать, значит вполне готов к школьным нагрузкам. При этом мало кто задумывается о возможных психофизиологических проблемах, мешающих успешно учиться.

В любом случае, психологи настоятельно не рекомендуют отдавать в школу ребенка, который будет младше своих одноклассников. Это важно как для мальчиков, так и для девочек. Речь идет не только о том, что ребенок будет слабее других, но и об отставании на уроках физкультуры, труда, об общей выносливости, а главное, об угрозе формирования опасных комплексов («самый слабый», «самая неловкая» вплоть до «самый последний в этой жизни» или «хуже всех»).

Конечно, календарный возраст имеет значение, но нередко случается так, что малыш может отставать от своих сверстников в развитии. Причин тому множество: частые болезни, «притормозившие» созревание, разного рода нервные расстройства особый, индивидуальный «график» развития нервной системы и др. Если есть хоть малейшие сомнения относительно психофизиологической готовности ребенка к школе, стоит обязательно проконсультироваться у педиатра, который определит уровень биологического развития и состояние здоровья, и у невропатолога с целью проверить степень зрелости нервной системы. Не менее важно посетить психолога.

Психологическая готовность к школьному обучению рассматривается в комплексе. Сначала перечислим те параметры готовности малыша к школьной жизни, которые могут оценить сами родители:

- ребенок способен достаточно долго концентрировать внимание;
- умеет быстро переключаться с одного вида деятельности на другой;
- способен слушать и слушаться взрослых;
- понимает вопросы и отвечает на них;
- у него развита мелкая моторика рук и координация движений;
- ему интересно узнавать новое (сформировались познавательные потребности);
- уважает взрослых, признает их авторитет, выполняет требования; на замечания не обижается, напротив, старается исправить ошибки (залог адекватного восприятия ребенком роли учителя);
- умеет выстраивать отношения со сверстниками (готов к коллективной деятельности);
- у него есть волевая готовность к обучению, он способен заставить себя делать то, что не слишком интересно;
- в достаточной степени развиты самосознание и самооценка, что предполагает адекватное отношение ребенка к своим

способностям, результатам работы, поведению.

Однако по многим параметрам готовность к школе может определить только специалист. Психолог оценит интеллектуальный уровень, связанный с развитием мыслительных процессов, то есть способность обобщать, сравнивать и классифицировать объекты, выделять существенные признаки, находить причинно-следственную связь, делать выводы. У ребенка должен быть достаточно широкий кругозор, а также соответствующее речевое развитие. Кроме того, специалист проверит память (механическое запоминание и опосредованную память), наглядно-образное, пространственное и словесно-логическое мышление, способность к обобщению и абстрагированию, последовательность умозаключений и некоторые другие аспекты мышления.

Не менее важна готовность к новому социальному статусу школьника, включая новые формы общения, иное отношение к окружающему миру и к самому себе. В норме ребенок стремится занять новое, более «взрослое» положение в жизни. От его внутренней позиции зависит, сможет ли он успешно учиться в школе и выстраивать новые для него социальные отношения. А ребенок, который не готов к школе, будет стараться искусственно «задержаться» в раннем детстве.

Не стоит забывать о том, что первые школьные годы совпадают с возрастным кризисом (наблюдается у 6-7-летних детей), что нередко доставляет неприятности родителям, особенно если они психологически не готовы к восприятию новой роли ребенка. Но кризис разрешится благополучно, если папы и мамы адаптируют свою систему требований к новому уровню развития и новым потребностям малыша.

Несколько советов родителям будущих первоклашек

1. Выбирайте школу не по принципу престижности, а самую близкую к дому. Более того, выбирайте не школу, а учителя, причем не «заслуженного», «модного» или «известного», а порядочного, уравновешенного и

подходящего вашему ребенку по темпераменту.

2. Держите себя в руках, не нервничайте, действуйте по плану и ни в коем случае не в последний момент. Ваше спокойствие и оптимизм непременно передадутся ребенку и другим членам семьи.
3. Школьные принадлежности покупайте вместе с малышом. Предоставьте ему возможность выбора, объясните, на каких уроках все это может понадобиться. Постарайтесь, чтобы ваши рассказы о школе носили оттенок мечты, но при этом не забывайте напоминать о неизбежных трудностях, новой ответственности и о том, что школа – это этап взросления. Заботясь, чтобы 1 сентября малыш выглядел нарядным, не перегибайте палку, а то у него возникнет впечатление, что все приготовления делаются ради одного праздничного дня.
4. Загодя переведите ребенка на режим дня, максимально приближенный к школьному. Если он капризничает и сопротивляется, можно выдумывать причины, по которым ему надо научиться рано вставать. Постарайтесь, чтобы школа не ассоциировалась у него с неприятностями.
5. Несколько раз пройдите с ребенком весь маршрут от дома до школы и обратно, даже если первое время будете сопровождать его в школу и из школы домой. По дороге обращайте внимание малыша на светофоры, подземные переходы, на транспорт, которым можно добраться до школы. Убедитесь, что ваш ребенок в случае необходимости сможет назвать свой домашний адрес.
6. В разговоре с ребенком благожелательно и с симпатией отзывайтесь о его будущей учительнице (чаще всего в начальных классах учителя – женщины). Закладывайте элементы уважения к ней, называйте учительницу по имени-отчеству, приучая к этому и будущего первоклассника.
7. Чаще общайтесь с ребенком, отвечайте на его вопросы, обсуждайте перемены, предстоящие в его жизни. Постарайтесь, чтобы беседы о школьных впечатлениях стали неизменным элементом ваших отношений на ближайшие годы, пока у вашего сына или дочери не появятся первые

секреты, столь естественные в подросткового возрасте.

8. Готовьтесь вместе переживать первые неприятности и успехи: с одной стороны, придется учить ребенка стойко и с достоинством переносить неудачи, а с другой – следить, чтобы хорошие отметки не становились поводом для зазнайства.
9. Смиритесь с тем, что ваш «самый лучший» ребенок может стать объектом критики. Это одно из самых суровых испытаний для родителей, которые нередко склонны впадать в крайности. Не стоит, не разобравшись, бросаться на защиту малыша, пренебрежительно отзываться об учителе, других родителях и т.д. Не следует также во всем винить своего ребенка, набрасываться на него с упреками («маму с папой позоришь», «в кого ты такой удался», «у других дети как дети...»). И тот и другой вариант чреват самыми серьезными последствиями для неокрепшей детской психики. Действуйте под девизом «Помощь, выдержка, спокойствие, справедливость и безусловная любовь к малышу независимо от его успехов или неудач в школе».
10. Сравнивайте успехи малыша только с его собственными «а вот месяц назад, ты этого не умел», а не с достижениями одноклассников, детей подруг, соседей или коллег.
11. Не забывайте о правильном питании и ежедневном отдыхе ребенка на свежем воздухе. Не перегружайте первоклассника занятиями, требующими дополнительной умственной нагрузки.

Иногда, даже несмотря на выполнение всех рекомендаций, школьная жизнь все-таки не складывается. Признаками того, что ребенок рано пошел в школу, могут быть ухудшение общего состояния его здоровья, снижение веса, снижение уровня гемоглобина в крови, ухудшение зрения, головная боль. Если малыш часто болеет, стал вялым, плаксивым, потерял аппетит, у него нарушился сон, значит есть признак для беспокойства. У некоторых детей, наоборот, возможны перевозбуждение, повышенная раздражительность и вспыльчивость. Не исключены страхи, неврозы и другие невротические состояния. Все это

признаки школьної дезадаптації і хронічного стресу. В цьому випадку доведеться приймати непросте рішення – забирати дитину з школи або спробувати допомогти їй впоратися з непосильними навантаженнями.

Марія Кириленко

По матеріалам індивідуальних консультацій психологів Києво-Святошинського Центру соціально-психологічної реабілітації населення і його інформування по питаннях наслідків Чорнобильської катастрофи

---

## **ДЕКІЛЬКА ПОРАД МАМАМ ДІТЕЙ-ІНВАЛІДІВ**

Під категорію інвалідів дитинства підпадають малюки з дуже широким спектром вроджених і набутих у період раннього розвитку захворювань і відхилень. Це можуть бути дефекти і вади фізичного розвитку; спадкові хвороби, що передаються на генетичному рівні; наслідки різного роду травм; специфічні аномалії, про які сторонні можуть і не підозрювати. Хвороба дитини може мати переважно фізичні або фізіологічні прояви, але при цьому практично не зачіпати розумовий і психічний розвиток. Буває і навпаки – у дитини внаслідок хвороби спостерігається затримка психічного розвитку на тлі відносного фізичного здоров'я. Однак, незалежно від специфіки хвороби малюка, душевні переживання його батьків, практично однакові.

Читати російською

Под категорию инвалидов детства подпадают малыши с очень широким спектром врожденных и приобретенных в период раннего развития заболеваний и отклонений. Это могут быть дефекты и

недостатки физического развития; наследственные болезни, передающиеся на генетическом уровне; последствия разного рода травм; специфические аномалии, о которых посторонние могут и не подозревать. Болезнь ребенка может иметь преимущественно физические или физиологические проявления, но при этом практически не затрагивать умственное и психическое развитие. Бывает и наоборот – у ребенка вследствие болезни наблюдается задержка психического развития на фоне относительного физического здоровья. Однако, независимо от специфики болезни малыша, душевные переживания его родителей, практически одинаковы.

Специалисты Киево-Святошинского центра социально-психологической реабилитации населения постоянно сталкиваются с психологическими проблемами, которые переживают семьи с тяжелобольными детьми. Это неслучайно: Центр работает на базе Киевской областной детской больницы (г.Боярка), где стационарное лечение проходят дети с самыми сложными в клиническом отношении диагнозами.

У родителей ребенка-инвалида есть несколько основных целей, которые должны подчинить себе все их действия в обозримом будущем и способствовать сохранению и укреплению семьи:

- Обеспечить малыша-инвалида грамотным уходом, включающим в себя элементы развития.
- Максимально возможно привить ему навыки самообслуживания и социализировать его в обществе.
- Обеспечить здоровую психологическую атмосферу в семье.
- Не обделять вниманием и любовью друг друга, а также других детей и членов семьи.
- Стремиться к тому, чтобы у всех членов семьи была возможность саморазвития и полноценной жизни.

На первый взгляд, почти невозможно осуществить все эти цели. Однако они так тесно взаимосвязаны между собой, что их реализация возможна только в комплексе. Незавидной будет участь ребенка-инвалида, если в семье будет напряженная

драматическая обстановка, издерганные родители, недосмотренные младшие или старшие дети, обделенные вниманием и теплом старики. Лишенные внимания и любви другие члены семьи либо вовсе уходят из нее, либо начинают «утешаться» не совсем здоровыми способами (выпивка у мужчин, наркотики у подростков, «уход в болезнь» у стариков). Проблематичной видится возможность здоровой семейной жизни и в том случае, если ребенок-инвалид не социализирован, а вся семья ограничена из-за него в передвижениях и контактах с окружающими.

На бытовом уровне объектом осуждения всегда является мужчина, оставляющий семью, в которой есть ребенок-инвалид. Однако часть вины за развод может лежать и на женщине, которая вовремя не сумела понять, что истинная забота о больном ребенке – это сохранение для него прочной здоровой семьи, в которой есть место радости и взаимной любви.

Что чувствует мама ребенка-инвалида?

Основной груз по уходу за ребенком-инвалидом чаще всего ложится на его мать. Именно от ее линии поведения, мужества, выдержки, уравновешенности зависит и судьба малыша, и общая атмосфера в семье. Видя свою маму бодрой и веселой, многие малыши способны научиться радоваться жизни даже в том непростом положении, в котором им суждено пребывать всю жизнь.

Осознание того горького факта, что твой ребенок тяжело болен, и что это может быть навсегда, невероятно болезненное и мучительное. Поэтому нередки и деструктивные настроения, и не совсем здоровые эмоции, которые способны привести к деформации личности матери, а в итоге – к дестабилизации обстановки в семье вплоть до ее разрушения.

При этом возможен (особенно поначалу) целый комплекс чувств, где противоречивые настроения и эмоции смешиваются в коктейль, опасный как самого человека, так и для окружающих. И в первую очередь – для больного малыша. Приведем примеры самых типичных нездоровых психологических установок:

Неприятие ситуации: «Почему это случилось именно со мной? За что? Я не хочу! Я не могу!» – внутренний бунт, вследствие которого человек впадает в болезненный эгоизм, где нет места любви и жалости к больному малышу. Такое отношение может оттолкнуть родных, а также повлечь за собой непродуманные шаги, о которых потом можно жалеть всю жизнь.

Ложный стыд: «Это так стыдно, что у меня «ненормальный» ребенок. Нельзя «нагружать» им окружающих». Отчасти вызвано отсутствием в нашей стране традиций полноценной интеграции инвалидов в социум. Особенно опасно для больного, так как он рискует очутиться на всю жизнь запертым в 4-х стенах, а также оторванным от сверстников и общества.

Поиск виноватых: «Это все наследственность мужа (жены), у них кровь «гнилая», прадед был алкоголиком и пр.» – попытка снять с себя ответственность за жизнь больного ребенка. Такая позиция приводит к конфронтации между членами семьи, что еще больше усложняет ситуацию и фактически исключает взаимодействие и сотрудничество.

Комплекс вины: «Это я во всем виноват (а). Это из-за меня ребенок родился на свет, чтобы мучиться и страдать. Мой долг – искупить вину». Может проявиться в гиперопеке малыша, чрезмерном потакании капризам больного ребенка. В этом случае велика вероятность того, что ребенок вырастет психологическим монстром, что усилит его социальную дезадаптацию и усугубит страдания.

Перенос вины на ребенка: «Если бы он старался, был бы здоровее»; «На него столько денег тратишь, а он все делает назло». Приводит к конфронтации с ребенком и его изоляции в семье, вследствие чего ухудшается его физическое и психическое состояние.

Самоуничижительные настроения: «Мне всегда не везет. У такой никчемной личности, как я, и не мог родиться нормальный ребенок. У меня все, не как у людей» – проявление застаревших

комплексов. Такая установка несовместима с конструктивным поведением и не ведет к улучшению ситуации.

Синдром жертвы: «Моя жизнь закончена, радости не для меня. До конца моих дней мне придется нести этот крест» – общая склонность к тому, чтобы «пострадать», демонстративность поведения; неумение разглядеть в ребенке существо, способное приносить радость, и достойное привязанности и любви.

Мания «отличия»: «Мы не такие, как все, у нас особая жизнь, особые обстоятельства» – эгоцентризм, компенсаторная реакция от подсознательного «мы хуже других» к противоположному «мы – особенные, т.е., лучше других». Такие настроения могут привести к изоляции от общества, исключают помощь и поддержку со стороны других людей.

Потребительские настроения: «У нас беда. Нам все должны (сочувствовать, помогать, выделять пособия, во всем идти навстречу)». Может повлечь за собой привычку постоянно драматизировать положение, доказывая себе, окружающим и ребенку, что состояние ребенка только ухудшается и пр. Исключает конструктивное поведение матери и полноценную социализацию больного ребенка. Подсознательно мать может иметь установку: «Чем хуже, тем лучше».

«Убийственная» жалость: «Ай, бедненький, несчастненький беспомощный малыш, без меня он погибнет». Вызвано желанием самоутвердиться за счет больного ребенка, возвести уход за ним в единственную жизненную цель. Собственная значимость измеряется степенью нужности инвалиду. Как и в предыдущем случае, мать подсознательно не заинтересована в улучшении состояния ребенка, в его социализации, привитии ему навыков самообслуживания и самостоятельности.

Иногда достаточно «поймать себя» на каком-либо не совсем конструктивном настроении, чтобы задействовать самоконтроль и искоренить это из своей души. Бывает и так, что это нужно часами обсуждать с кем-то из близких, а порой никак не

обойтись без помощи психолога и невропатолога. И если каждое отдельное заболевание ребенка-инвалида требует специфического ухода, то в том, что касается психологии, есть возможность дать несколько общих советов:

Советы мамам детей-инвалидов:

- Примите ситуацию как данность, смиритесь с нею, не думайте о том, как и почему это случилось, размышляйте о том, как с этим жить дальше.
- Помните, что все ваши страхи и «черные мысли» ребенок чувствует на интуитивном уровне. Поэтому, если вы не хотите, чтобы ваш малыш стал нервным, издерганным, мрачным, постарайтесь найти в себе силы с оптимизмом смотреть в будущее.
- Противодействуйте депрессивным состояниям. Постарайтесь укрепить нервную систему. Стоит исключить курение и алкоголь, которые создают лишь иллюзию успокоения. Противопоказаны и антидепрессанты, так как сонливость и расслабленность, которые они могут вызывать, противопоказаны при уходе за тяжелобольным. Зато подойдет валериана, разного рода успокоительные чаи, травяные сборы лекарственные препараты на травяной основе. Помогут вам и прогулки перед сном, легкая утренняя зарядка, контрастный душ, обливание холодной (или не очень) водой. И помните – чем жестче режим дня, тем меньше в нем места растерянности и унынию.
- Проследите за тем, что укрепляет ваш дух – молитва, разговор с духовным наставником, медитация, хорошая книга, а что просто повышает настроение: шоколад, разговор с подругой, прогулка по магазинам. Не пренебрегайте ни тем, ни другим: пусть в вашей жизни найдется место и высоким чувствам, и маленьким радостям. Помните, что, «занимаясь собой», вы работаете на укрепление семьи, проявляете заботу о своих близких, которым вы нужны мужественной и бодрой.
- На семейном совете обсудите планы на ближайшее

будущее. Попробуйте найти оптимальный вариант с учетом разных факторов. Не хватайтесь за самый простой: папа зарабатывает деньги, а мама сидит дома и ухаживает за ребенком. Женщина, исключая себя из активной социальной жизни, может начать испытывать сильнейший психологический дискомфорт вплоть до серьезных психических расстройств. Ищите более гибкие варианты с неполным рабочим днем; с приходящими по графику бабушками; сиделкой на ограниченное время и пр. При этом стремитесь высвободить время не только для заработка денег, но и для того, чтобы иногда бывать наедине с мужем или другими детьми.

- Привлекайте отца ребенка к уходу за больным малышом. Не становитесь «незаменимой», не отодвигайте отца от общесемейных забот и проблем. «Не нагружая» его проблемами ребенка-инвалида, вы окажете медвежью услугу и отцу, и ребенку, ведь им так важно сформировать отношения, научиться любить друг друга.
- Если в семье есть еще дети, то их также нужно привлекать к помощи по уходу за тяжелобольным ребенком, но нельзя, чтобы это препятствовало их полноценному общению со сверстниками. Не стоит постоянно объяснять, что из-за наличия в семье инвалида семья многого не может себе позволить – в душе детей может поселиться мысль: «Лучше б его не было». А ведь именно с кем-то из братьев или сестер, может быть, придется доживать жизнь инвалиду. Поэтому заботьтесь о формировании теплых отношений между ребенком-инвалидом и другими детьми, учите их быть взаимно полезными.
- Ищите «друзей по несчастью» в Интернете, в больнице, где наблюдается ваш малыш, в санатории, в котором вам посчастливилось отдохнуть и пр. Обменивайтесь адресами, способами ухода, ищите возможность встречаться, дружить семьями, организовать клуб. Это важно не только для вас, но и для ребенка, которому вы можете оказать услугу на всю жизнь, найдя для него друзей или (бывает и так!) спутника жизни.

- Подыскивайте литературу, посвященную заболеванию вашего ребенка, постарайтесь стать если не «специалистом» в этой области, то уж во всяком случае, грамотным партнером лечащего врача.
- Помните, что далеко не всегда все зависит от наличия средств на лечение ребенка. Бывает и так, что относительно недорогие лекарственные средства, грамотный уход, любовь, забота, организованность и настойчивость могут дать лучший эффект, чем самые дорогостоящие препараты.
- Не забывайте, что чем самостоятельнее будет малыш, тем легче ему будет жить. Стимулируйте его приспособительную активность; помогайте в поиске своих скрытых возможностей; развивайте умения и навыки по самообслуживанию.
- Проанализируйте количество запретов, с которыми сталкивается ваш больной ребенок. Продумайте, все ли они обоснованны, нет ли возможности сократить ограничения, лишний раз проконсультируйтесь с врачом. Если состояние больного улучшается, следите, чтобы это влекло за собой уменьшение запретов и увеличение нагрузок.
- Если состояние ребенка хоть чуть-чуть это позволяет, придумайте ему простенькие домашние обязанности, постарайтесь научить ребенка заботиться о других.
- Помните, что будущее вашего малыша во многом зависит от того, насколько он социализирован, адаптирован в обществе. Делайте все возможное, чтобы он привык находиться среди людей и при этом не концентрировался на себе, умел и любил общаться, мог непринужденно попросить о помощи.
- Старайтесь чувствовать себя спокойно и уверенно с ребенком-инвалидом на людях. Привыкайте великодушно прощать окружающим некоторую бестактность – очень часто внимание к вам продиктовано искренним сочувствием. Доброжелательно реагируйте на проявления любопытства со стороны посторонних, не отталкивайте их от себя

надрывными жалобами, раздражением, проявлением озлобления. Спокойно ответив на возможные вопросы, постарайтесь перевести разговор на нейтральные темы. Если ребенок переймет от вас подобный стиль общения с окружающими, его шансы найти себе друзей резко возрастут.

- Следите за тем, не пытается ли ваш малыш на людях играть роль «хорошего ребенка», что нередко присуще детям-инвалидам, которые пытаются «правильным поведением» компенсировать то, что они «не такие». Это может повлечь за собой истерики и капризы дома. Постарайтесь научить его быть самим собой – и дома, и на людях. Чем раньше малыш начнет общаться с другими детьми, тем больше шансов, что он сможет вести себя как «обыкновенный»
- Если есть выбор, в какую школу отдавать ребенка, – специализированную или общую, – то лучше отдать предпочтение общей школе.

Мария КИРИЛЕНКО

По материалам индивидуальных консультаций психологов

Киево-Святошинского Центра социально-психологической реабилитации населения и его информирования по вопросам последствий Чернобыльской катастрофы

---

## НАШІ «ОСОБЛИВІ» ДІТИ

«Моя дитина не така, як усі», – саме так найчастіше формулюють свій запит до психолога стурбовані батьки. Але якщо узагальнити їх скарги, то стає зрозумілим, що межі норми розмиті і багато в чому суб'єктивні. За спостереженнями

психологів під розряд «особливого» може потрапити практично будь-яка дитина: гіперактивна і повільна; занадто емоційна і замкнута; надмірно товариська і сором'язлива; вперта і надто поступлива; імпульсивна і загальмована; уразлива і «нечутлива»; вундеркінд і малюк, якому наука ніяк не дається. Іноді виділяють окремі типажі білих ворон: це можуть бути маленькі борці за справедливість; вільно мислячі дітки; «правильні»; а також особливо чутливі і вразливі.

Читати російською

«Мой ребенок не такой, как все», – именно так чаще всего формулируют свой запрос к психологу обеспокоенные родители. Но если обобщить их жалобы, то становится понятным, что границы нормы размыты и во многом субъективны. По наблюдениям психологов под разряд «особенного» может попасть практически любой ребенок: гиперактивный и медлительный; слишком эмоциональный и замкнутый; чрезмерно общительный и застенчивый; упрямый и чересчур покладистый; импульсивный и заторможенный; уязвимый и «бесчувственный»; вундеркинд и малыш, которому наука никак не дается. Иногда выделяют отдельные типажи белых ворон: это могут быть маленькие борцы за справедливость; свободно мыслящие детки; «правильные»; а также особо чувствительные и уязвимые.

В поисках нормы родители нередко обращаются к собственному детству: «А вот когда Я был маленьким...» Но нельзя забывать, что разрыв между поколениями сейчас глубже и фатальнее, чем раньше, и, соответственно, гораздо острее стоит проблема «отцов и детей». Изменение общественного строя, ломка стереотипов, поиск новых идеалов и ценностей, социальное расслоение, и одновременно – стремительное развитие новейших технологий. Поколение экранов, мониторов и мобилок живет в другом мире и в другом ритме. Общение между собой благодаря новым средствам коммуникации (Интернет и мобильные телефоны) занимает все больше места в жизни подростков. Родители не всегда задумываются над тем, что собственного ребенка нужно рассматривать как представителя другой генерации.

Чаще всего вопрос о том, что ребенок «не такой», обостряется в то время, когда малыш попадает в детский коллектив и начинает учиться выстраивать отношения со сверстниками и теми взрослыми, с которыми ему приходится соблюдать правила субординации. Для малыша это настоящее испытание, ведь до сих пор он был всем хорош и любим мамой, папой и бабушкой. И вдруг все пошло наперекосяк: мама грустит, папа злится, бабушка ворчит о неправильном воспитании. Первые шаги социализации могут быть очень болезненными – и для малыша, и для его родителей. Основная задача – не впасть ни в одну из крайностей: либо «все неправы, только мой «особенный» ребенок прав» либо совсем противоположное «у всех дети как дети, а у меня...».

Родителям вообще тяжело быть объективными по отношению к собственному чаду. Очень часто мы лукавим сами с собой. И досадливо рассуждая, что ребенок растет «не такой», не додумываем мысль до конца: не такой, как удобно учителю, или не такой, как нам хочется? Практически нет родителей, которых хоть в какой-то мере не затронуло родительское тщеславие – ведь нет слаще чувства, что мой ребенок «самый-самый». Папам и мамам нередко тяжело отказаться от лелеемого в мечтах образа своего наследника. Кому-то из отцов хочется видеть своего сына энергичным, все успевающим и обожающим спорт, а его называет папой немного нудный болезненный меланхолик. Некоторые мамы мечтают побыстрее убедиться, что их малыш обладает незаурядными способностями, а на того нападает судорожная зевота всякий раз, как он видит книгу...

Ребенок – это не только плод вашего воспитания, его рождение – это своеобразная лотерея. В каждом маленьком существе – свой темперамент и интеллект; свой уникальный набор генов; коктейль из самых разнообразных способностей и склонностей, не всегда, кстати, приятных. Лучше всего относиться к своему ребенку как к существу, с которым еще предстоит познакомиться и постараться понять и принять именно таким, каким его создал Бог или природа. И поверьте – нет занятия интереснее, чем

узнавать собственное чадо: вам предстоит много открытий, приятных и не очень. Вы будете удивляться и отчаиваться, радоваться и гневаться. Искать в своей родословной предков с такими же качествами, «вычислять» пагубные влияния со стороны. Но как бы то ни было, начинать надо с приятия ребенка таким, как он есть. А затем вам предстоит долгий путь мягкой корректировки, которая, тем не менее, должна осуществляться твердой родительской рукой: положительные качества стоит поощрять и развивать, отрицательные сглаживать, и даже (если повезет) превращать в достоинства. Но нередко родители и не собираются вводить в приемлемые для общества рамки свое ненаглядное чадо. Им нравится, что их ребенок не такой, как все.

Психологи и невропатологи признают, что современные дети гиперчувствительны и возбудимы, их способности нередко очень высоки. Количество нестандартных, особенных, трудных детей настолько велико, что появился особый термин – «Дети индиго», которым обозначают детей, которые обладают новыми необычными психологическими характеристиками и моделями поведения. Название произошло от наблюдений такой себе Нэнси Энн Тэпп, которая утверждала, что у нестандартных детей особый цвет ауры – темно-синий, или индиго. Теория о существовании каких-то особенных детей стала довольно популярна среди родителей, одержимых манией «особенности» своих детей.

Чаще всего это бывают мамы, которые, придя на консультацию к психологу, захлеб рассказывают о том, насколько уникален их малыш. К примеру, особо одаренный, нежный, чувствительный и ранимый. А вот грубое окружение неспособно понять и оценить ее «маленького принца». Или, напротив, ребенок очень активен, схватывает все налету, понимает и делает все намного быстрее других, но учителя и одноклассники «почему-то» несправедливы к нему. И в первом, и во втором случае работать нужно не столько с ребенком, сколько с мамой. К сожалению, родители очень часто сами культивируют в своих детях «манию отличия», делают из своих вполне обычных отпрысков неудобных,

трудных, нелюбимых сверстниками и учителями.

У родителей есть очень серьезный повод заподозрить, что их ребенок – белая ворона, если

- Он испытывает чувство отчуждения и отверженности по отношению к окружающим;
- Малыш стал изгоем в детском коллективе;
- У него развился синдром жертвы, которым он провоцирует сверстников на то, чтобы его обижали;
- Он привык привлекать к себе внимание нездоровыми способами (кривляется, дразнится, задевает тех, кто сильнее себя);
- Он не имеет друзей среди сверстников;
- Всегда обо всех отзывается плохо.

У родителей нет повода для серьезного беспокойства, если ребенок

- Доволен жизнью и не озабочен тем, что он «не такой»;
- Не угнетен и не агрессивен;
- У него нормальные отношения со сверстниками;
- Он умеет общаться со взрослыми, подчиняться и слушаться;
- Не противопоставляет себя окружающим, не видит вокруг врагов, доброжелателен и уважителен к людям;
- Другие дети не замечают, что он «особенный»;
- Если идеи, что он в чем-то не такой, появились у него в подростковом возрасте, что совершенно нормально для переходного возраста.

Родители рискуют сами сделать из своего ребенка «белую ворону», если:

- В семье принято постоянно противопоставлять себя другим людям: мы лучше, хуже, правильнее, беднее, богаче, умнее; мы – старожилы или, напротив, люди совсем новые и т.д. и т.п.;
- Если семья живет замкнуто, и в ней к посторонним

относятся всегда с подозрением как к источнику возможных неприятностей и даже опасностей;

- Если критиковать окружающих – это привычный способ общения между взрослыми;
- Если ребенка принято постоянно сравнивать со сверстниками и повторять, что он не такой, как все: сильнее, слабее, болезненнее, умнее, глупее;
- Если ребенок привыкнет, что во всех конфликтах и неурядицах обвиняются окружающие, а он «всегда прав»;
- Если он воспитывается в неполной семье, и одинокий родитель сознательно или подсознательно стремиться «замкнуть» сына или дочь на себя;
- Если ребенок становится для родителей (или одного из них) средством самоутверждения;
- Если малыш воспитывается мамой (бабушкой), которая сделала из этого смысл своей жизни;
- Если в семье преобладают крайности в методах воспитания. В равной мере опасны, как вседозволенность и попустительство, так и жесткий авторитарный стиль, постоянная критика ребенка;
- Если малыш ограничен в общении со сверстниками и преимущественно довольствуется компанией взрослых;
- Если в семье существуют серьезные психологические проблемы между взрослыми.

Что делать, если вас мучают сомнения, что ваш ребенок не такой, как все:

- Постарайтесь как можно более четко сформулировать, в чем именно вы видите отклонение от нормы в поведении и развитии вашего малыша;
- Задумайтесь, что именно является для вас поводом для беспокойства: то, что вашего малыша критикуют окружающие; у него плохие оценки или же у него плохие отношения со сверстниками;
- Проанализируйте, не культивирует ли кто-нибудь из семьи идеи «особенности» ребенка;

- Постарайтесь поместить ребенка в адекватную его запросам среду: «слишком умного» в спецшколу для одаренных детей; ребенка, который «не тянет» точные науки – в гуманитарный класс; непоседу – в спортивную секцию; тихоню – в кружок вышивки крестиком. Важно, чтобы ребенок обязательно общался с подобными себе;
- Но одновременно нужно позаботиться о том, чтобы ребенок развивал те качества, которых ему не хватает (усидчивость, умение играть с другими детьми, поделчивость, способность считаться с интересами других и др.);
- Поинтересуйтесь у психолога или в любом издании по возрастной психологии, не подпадает ли «особенное» поведения вашего ребенка под норму для его возраста;
- Проконсультируйтесь с невропатологом и психологом относительно вашего сына или дочери;
- Если у вашего ребенка сложности в общении возникают только дома, то ищите истоки проблемы во внутрисемейных отношениях, а не в ребенке.

Мария КИРИЛЕНКО

По материалам индивидуальных консультаций психологов

Киево-Святошинского Центра социально-психологической реабилитации населения и его информирования по вопросам последствий Чернобыльской катастрофы

---

## Мамо, ти мене любиш?

Жінки не так вже й часто сумніваються в тому, чи люблять вони своїх нащадків. А от дітям властиво постійно відчувати сумніви

в маминій любові. Буває, що їм просто дуже важко розгледіти теплі почуття за материнськими вимогами та очікуваннями, виховними теоріями та схемами. А часом діти просто не сприймають той вид любові, який притаманний їхній мамі. На жаль, психологам доводиться спостерігати випадки, коли материнська любов стає важким тягарем для дитини, спотворює його психіку і навіть калічить долю. Звичайно, це трапляється не так часто, однак і не настільки рідко, щоб замовчувати цю проблему.

Читати російською

Женщины не так уж часто сомневаются в том, любят ли они своих отпрысков. А вот детям свойственно постоянно испытывать сомнения в маминой любви. Бывает, что им просто очень трудно разглядеть теплые чувства за материнскими требованиями и ожиданиями, воспитательными теориями и схемами. А порой дети просто отторгают тот вид любви, который присущ их маме. К сожалению, психологам приходится наблюдать случаи, когда материнская любовь становится тяжелым бременем для ребенка, уродует его психику и даже калечит судьбу. Конечно, это случается не так часто, однако и не столь редко, чтобы замалчивать эту проблему.

Чаще всего то, что мы называем материнской любовью, – это коктейль из инстинктов, эмоций, сознательных и подсознательных мотивов. Хотелось бы выделить некоторые «ингредиенты» этой любви, которые могут доминировать, определяя характер отношения матери к ребенку и стиль его воспитания.

Любовь-инстинкт

Подобная любовь направлена на то, чтобы оберегать своего детеныша, следить за тем, чтобы он был в тепле, сыт и здоров. Это чувство является основой любви матери к своему чаду и залогом нормального развития ребенка. Но вряд ли кто-то будет спорить с тем, что современная женщина не может уподобляться самке, радеющей лишь о физическом выживании ребенка и слепо

защищающей своего детеныша от «вражеского» окружения. У людей материнский инстинкт в норме облагораживается духовностью, социальными аспектами, знаниями, способностью к самоанализу, уважением и интересом к своему ребенку как к личности.

Ребенок всегда будет ощущать себя обделенным и вряд ли оценит самоотверженную заботу о себе, если мать не будет уделять внимание его внутреннему миру, с уважением относиться к его мнению.

### Любовь-тревога

Женщины, которым свойственна материнская тревожность, не способны прислушаться к доводам рассудка. Они могут все время кутать малыша; бесконечно его перекармливать; бороться с микробами, ошпаривая кипятком клубнику; тормозить созревание ребенка, не отпуская его от себя. Но главное – нагнетать мнимые и реальные опасности, создавать нездоровую атмосферу страха: «Не бегай – упадешь»; «Не лезь на дерево – расшибешься и остаток жизни проведешь в гипсе»; «Не иди гулять на улицу – там хулиганы (насильники, наркоманы, бандиты)»; «В лагерь нельзя, заболеешь – кто за тобой будет ухаживать?»; «Сам к бабушке не поедешь, попадешь под машину (трамвай, электричку)». Все это вполне реальные опасности. Но вместо того чтобы готовить ребенка к жизни, такие матери от нее ограждают. Реакция детей на тревожность матери может быть двоякой – либо клиническая неосторожность (все это «мамины сказки»); либо – инфантильность, неумение за себя постоять, боязнь самостоятельной жизни.

### Любовь-разум

Но бывает и так, что мать – воплощение рационализма. Интеллект берет верх и подавляет и инстинкты, и эмоции, и чувства. «Разумная» мать вечно озабочена тем, чтобы делать все «правильно». Именно такие мамы веками являлись дисциплинированными исполнительницами модных теорий. То они не брали малыша на руки, если тот плакал; то переводили ребенка на искусственное питание во времена усиленной рекламы

фабричных смесей; то кормили новорожденного строго по часам, даже если он синел от голодного крика. Сейчас гораздо шире разброс воспитательных подходов, теорий рационального питания и здорового способа жизни. Поэтому у мам-рационалисток выбор весьма широк. В итоге они то шарахаются из теории в теорию; то надолго становятся адептами какой-нибудь одной; то применяют к своим детям элементы разных, порой взаимоисключающих теорий. И за всеми этими заботами так сложно установить простые теплые отношения с малышом.

### Любовь-дрессировка

В этом случае мать больше всего озабочена тем, чтобы ребенок следовал определенной раз и навсегда схеме поведения. И не столь важно, чем обусловлено подобное стремление, – педагогическим или управленческим стажем, религиозными догмами или верностью избранной теории. В таких семьях постоянно звучит фраза «ребенок должен». И за жесткими рамками, в которые стараются втиснуть ребенка, очень трудно рассмотреть собственно любовь, здоровые чувства и эмоции. В любом случае можно наблюдать негативное воздействие всего этого на детей.

Одни из них могут приобрести чувство превосходства над окружающими и начать упиваться своей правильностью и «особенностью»; стать ограниченными маленькими старичками, впадающими в ступор, если что-то не укладывается в привычную схему. А другие, напротив, с треском ломая строгие рамки, могут рано сбежать на улицу, которая им покажется раем после строго регламентированной домашней жизни.

### Любовь-власть

Иногда в материнском сознании довлеющим является стремление утвердить свою власть над ребенком, реализовать чувство собственности. Повеления в этом случае не объясняются и не обсуждаются. Здоровье, счастье, судьба ребенка отходят на задний план. Главное – послушался ребенок или не послушался. Такие мамы-диктаторы утверждают в своей власти ежечасно и ежесекундно. И чем бессмысленнее и нелепее приказание или

запрет, тем сладостнее это чувство: власть и самодурство идут рука об руку. Муштра, тотальный контроль, подавление индивидуальности, – стоит ли говорить о том, что от ребенка не приходится ожидать ни здоровой психики, ни нормальных сыновних или дочерних чувств.

### Любовь-служение

Некоторые матери отдают все силы обслуживанию ребенка. Они озабочены качеством и количеством еды, идеальной чистотой, аккуратной одеждой. Разве это плохо? Но ребенок при этом нередко живет в атмосфере запретов и ограничений. Карандаши – нельзя: вдруг стены обрисует. Пластилин – тоже нельзя: от пола потом не отдерешь. Бегать на природе – нельзя: упадет на траву, брючки не отстираешь. На пляже – только возле мамы в белоснежных трусиках, с завистью поглядывая, как играют у воды другие дети...

### Любовь-попустительство

Есть еще бездумная, спонтанная любовь-потакание. У таких матерей одно желание – чтобы ребенок ее любил и был счастлив. Любовь при этом покупается разрешением всего, чего бы детям ни захотелось; удовлетворением всех их желаний, в первую очередь материальных. Хорошо еще, если семья не слишком богата: есть шанс, что ограниченные материальные ресурсы научат детей сдерживать свои желания. А если деньги – не проблема? Что ж, тогда будет проблема с детьми.

### Любовь-жертва

Материнская любовь невозможна без самопожертвования. Но нельзя ее путать с болезненной (иногда до истеричности) жертвенностью. Мама, страдающая комплексом жертвы, способна «удушить» в страстных объятиях своего ребенка. Стенания, драмы, постоянное перечисление реальных и мнимых жертв, принесенных на алтарь материнской любви, не способствует здоровым отношениям между матерью и ребенком. Синдром «вечного неоплатного долга» может сделать ребенка зависимым, несчастным

человеком или же побудить его удирать со всех ног из-под родительского крова как можно раньше. И тогда прозвучит: «Я ему жизнь отдала, я всем для него пожертвовала, а он...».

### Любовь - компенсация

Не намного лучше, если посредством ребенка мать пытается избавиться от своих комплексов. Женщины, не имевшие в детстве или не достигшие в зрелой жизни чего-то желанного, пытаются самореализоваться через своих детей. Учительница музыкальной школы кладет жизнь на то, чтобы ее дочь стала великой пианисткой. Мать без высшего образования поставила себе целью, чтобы сын непременно окончил вуз. Прожившие в бедности, разбиваются в лепешку, чтобы ребенок «ни в чем не нуждался». Жертвы сурового воспитания впадают в попустительство и вседозволенность по отношению к своим детям. Таким образом, ребенок играет для матери компенсаторную роль.

### Любовь - самоутверждение

Порой ребенок становится для матери настоящим полигоном для самоутверждения. И в угоду своему тщеславию малыша гоняют по секциям, бассейнам, кружкам, спецшколам и пр. Далеко не всегда это забота о будущем ребенка. Увы, очень часто это не более чем желание похвастать перед окружающими вложенными в малыша временем и деньгами. Иногда это красивая мечта прославиться как мать выдающегося человека. Или приятное чувство: «Я – хорошая мама». Желания малыша, его способности в конкретной сфере, его здоровье (в том числе и психическое) – все отходит на задний план. Такой мамаше бывает невдомек, что неспешная совместная прогулка и разговор по душам могут дать детской душе гораздо больше, чем многолетняя погоня за пресловутым «развитием». Даже если кажется, что малышу это все так же нравится, как и его маме, в детском подсознании неизбежно тлеет огонек недовольства и неудовлетворенности. Ребенок не может не чувствовать, что не он главный во всей этой гонке и любят не его, а его успехи и достижения.

## Любовь-расчет

К материнскому чувству может быть примешан банальный расчет – удержать возле себя любимого мужчину, избавиться от одиночества или, выражаясь попросту, «чтоб было кому в старости стакан воды подать». Стоит ли говорить о том, что расчет и чувства – вещи взаимоисключающие?

Многие матери рожают ребенка для себя. (Речь идет не о матерях-одиночках, а об отношении к ребенку, пусть даже в полной семье.) Такие женщины-эгоистки всю жизнь рассматривают своего ребенка как пажа, как прислугу, как раба: «Какие оценки мамочке принес?»; «Маму нельзя огорчать»; «О каком замужестве может идти речь, когда я так больна?»; «Сначала подумай, как обеспечить мать, а потом уже корми свою...». Такие мамы-вампиры могут всю жизнь сосать из своего ребенка душевные и материальные ресурсы...

Мы рассмотрели только несколько примеров того, какие чувства могут преобладать в отношении матери к своим детям. Нужно понимать, что даже в норме материнская любовь может содержать «примеси» не совсем здоровых чувств и подсознательных мотивов. Конечно, нельзя ни приуменьшать, ни преувеличивать влияние матери на своего ребенка. Очень часто отец ребенка выполняет в семье стабилизирующую и уравнивающую функцию. Тогда некоторое негативное влияние матери неизбежно смягчается. А если отца нет? Или с его мнением в семье не считаются? А может, он весь поглощен добыванием средств на хлеб насущный? А вдруг сам испытывает подобные чувства или даже является их генератором?..

В любом случае каждой маме стоит задуматься – где говорит инстинкт по отношению к ребенку, где чувство собственницы, где тревожность, а где и тщеславие. Не всегда удастся разобраться в этом без помощи психолога, в некоторых скрытых мотивах женщина может не признаваться сама себе. Однако если вы сумели поставить себе «диагноз», считайте, что уже наполовину излечены. К счастью, человеческая психика весьма гибка и

податлива, и только от нас зависит, какой багаж мы дадим в дорогу нашим детям.