

Ирина Сизикова

ДЕТИ РАСТУТ



Ирина Владимировна Сизикова

Дети растут

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=23806425
Дети растут: Книга для думающей мамы: Институт
Общегуманитарных Исследований; Москва; 2016
ISBN 978-5-88230-405-7

Аннотация

Книга адресована мамам, которые с любовью заботятся о своем ребенке, мамам, которые порой ищут ответы на вопросы, как понять и найти выход из различных затруднительных ситуаций, будь то беспокойное поведение младенца или адаптация к детскому саду, мастурбация дошкольника или учеба в школе, протест подростка и многие другие сложности, которые возникают в период взросления замечательного и неповторимого ребенка. Книга содержит информацию о закономерностях развития детей, поэтому может быть так же полезна педагогам, психологам, врачам, социальным работникам, всем категориям специалистов, работающих с детьми.

Содержание

1. Раннее развитие	5
Почему люди заводят детей?	6
Раздражители, связанные с уходом за ребенком и развитие осознания	14
Начало независимости	21
Период практики	23
Конец ознакомительного фрагмента.	26

Ирина Сизикова

Дети растут

Книга для думающей мамы

© Ирина Сизикова, 2016

© Оформление, Институт Общегуманитарных Исследований, 2016

* * *

1. Раннее развитие

Почему люди заводят детей? Как выглядит для новорожденного нормальная связь между матерью и ребенком? Чувствительность ребенка, разные группы внешних и внутренних раздражителей, сосание пальца. Начало независимости. Период практики.

Почему люди заводят детей?

Сейчас, когда все знают о контрацепции и почти повсеместно применяют ее, можно предположить, что обычно женщина беременеет осознанно и по собственному желанию. Но такой упрощенный взгляд на вещи во многом является неверным. Что значит «по собственному желанию»? Чем руководствуются люди, желающие завести ребенка? Сознательные мотивы играют тут очень небольшую роль; основные стремления приходят из подсознания.

Чувства матери к ожидаемому ребенку также определяются сочетанием сознательных и бессознательных факторов.

Сейчас, когда все знают о контрацепции и почти повсеместно применяют ее, можно предположить, что обычно женщина беременеет осознанно и по собственному желанию.

Норма – это пространство между ненормальностью и оптимальным положением вещей. Идеальной можно считать ситуацию, когда молодые муж и жена совместно решают, что хотят завести ребенка. Но такие мотивы как: «Я хочу родить ребенка раньше, чем моя более молодая подруга» тоже следует считать нормальными. Многих подталкивает к рождению ребенка мотив: «Если я забеременею, он точно на мне женится», а также причиной может быть внезапная прихоть или отвращение к контрацепции, иногда и протест против

родителей или разочарование в них могут послужить бессознательным мотивом случайной беременности в подростковом возрасте.

Это не означает, что такую беременность нужно прерывать или, что после рождения ребенка, между ним и матерью не сформируется нормальная связь.

Как выглядит для новорожденного нормальная связь между матерью и ребенком?

Кто знает? Психика младенца – занимательная тема для обсуждения, ведь младенцы не смогут опровергнуть ни одну из гипотез. Поэтому процесс рождения рассматривается как основа всех последующих страхов; а некоторые исследователи приписывают младенцам очень сложные и вовлеченные фантазии.

Если мы отбросим все эти гипотезы и посмотрим на действия новорожденного, то не увидим ничего примечательного. Дыхание начинается с плача, а потом младенец – при нормальном обращении – засыпает и спит продолжительное время. Многих матерей это пугает, особенно если это их первый ребенок. Для женщины, даже самой искушенной, роды – это грандиозное событие, и они не ожидают, что родившись, ребенок на несколько часов замолкнет.

В течении первых нескольких дней гордость за ребенка часто чередуется с тревогой: «Что с ним? Он жив? Он такой тихий!»

Известно, что мать спокойна и уверена в ребенке, когда

чувствует к нему глубокую безусловную любовь. Если у нее конфликтующие эмоции, она начинает чувствовать тревогу. Все это так, но мы не должны забывать, что каждая эмоция содержит в себе конфликт, и что для матери совершенно нормально испытывать тревогу в первые дни жизни ребенка.

Это относится и к грудному вскармливанию, особенно к первому кормлению первого ребенка, и особенно если молодая мать предвкушала это и ждала этого момента. Если дело происходит в больнице, и ребенка приносит матери занятая и, возможно, нетерпеливая, няня, то может возникнуть чувство разочарования. Нормальный человек легко преодолеет это чувство, но оно все еще притормозит оптимальное развитие отношений между матерью и ребенком. Если матери помогают во время первых кормлений, она быстро приспосабливается, но вновь граница между оптимальным состоянием и нормой очень широка. То же самое можно сказать и про дискомфорт ребенка, вызывающий у матери тревогу. Медленно и постепенно молодая мама учится расшифровывать сигналы, которые посылает её младенец.

Медленно и постепенно молодая мама учится расшифровывать сигналы, которые посылает её младенец.

Союз между матерью и ребенком уже не является чисто физиологическим, как было во время беременности; это психобиологический союз, в котором мать все еще защища-

ет ребенка, заботится о нем, окружает теплом, создает чувство безопасности. От природы материнской любви зависит, поймет ли она примитивные сигналы младенца. Это, конечно, первая необходимость, но ни одна мать не может всегда любить ребенка без оглядки; иногда она сердится на маленькое хрупкое существо и эти вспышки гнева вызывают у нее потом чувство вины. Оно, в свою очередь, вызывает внутренний конфликт, на который уходит энергия, – все это притупляет чувствительность и мешает распознавать сигналы, которые подает ребенок. Из-за этого мать может начать тревожиться каждый раз, когда ребенок плачет, и будет слишком часто кормить его. Реакцией ребенка может быть рвота – если у него есть такая тенденция – и, естественно, от этого тревога матери только усилится. Общие ободрения мало помогут в такой ситуации. Врач должен, вместе с матерью, терпеливо выработать подходящую диету для ребенка. Постепенно мать поймет, как ухаживать за ребенком и не будет так встревоженно реагировать на каждый его плач.

Другие матери, наоборот, не воспринимают всерьез плач ребенка. Они боятся его избаловать, или не хотят, чтобы он отрывал их от других дел. Ребенок при этом ощущает крайне высокий уровень неприятных раздражителей, и это нарушает развитие первичного чувства благополучия.

Р.Шпиц исследовал несколько случаев «психотоксичных» отношений между матерью и ребенком, когда гиперчувствительность ребенка вызывает особый защитный механизм у

матери, и этот паттерн порождает тревогу. У матерей, которые не могут вынести детский плач, этот механизм принимает форму чрезмерного беспокойства. Наблюдая детей с экземой, Шпиц обнаружил у них усиление брюшных и кремастерных¹ мышц, которые указывали на то, что кожа стала более чувствительной к раздражителям. Еще заметил, что матери таких детей сдерживали свою бессознательную враждебность по отношению к ребенку и касались его как можно меньше. И снова порочный круг: экзема усиливает тревогу, связанную с прикосновениями к ребенку.

Самая важная задача психолога – ободрить и поддержать. Порочный круг возникает под влиянием специфической гиперчувствительности ребенка, но уверенность и умиротворенность матери может помочь в преодолении небольших конституционных аномалий.

Мы мало знаем о внутреннем мире младенца. Всего через несколько дней младенец уже поворачивается к груди, стоит матери взять его на руки. Через несколько недель он улыбается, когда видит лицо человека. Позже он перестает плакать от голода, когда слышит голос матери. Младенец очень быстро учится. В два месяца он следит глазами за движениями матери, в четыре месяца – поворачивается на звук. В четыре месяца он может поднимать голову, когда лежит на животе, а в семь месяцев может переворачиваться с боку на бок. Он играет со своими руками и с интересом разглядывает ноги.

¹ Кремастерные мышцы – мышцы, поднимающие яички.

Он может поднести руку ко рту и засунуть игрушки в рот. Он издает звуки, как спонтанно, так и в ответ на речь матери. Однако, не смотря на все умения, он еще очень многого не знает. Он отвечает улыбкой и на улыбку матери, и на улыбку чужого человека.

В восемь месяцев ребенок начинает отличать знакомые лица от чужих. Он словно в шоке, он понимает: «Это не мама! Где мама?» Он начинает кричать, когда бабушка пытается кормить и пеленать его, – а ведь всего неделю назад принимал ее заботу спокойно. Бабушкам и дедушкам бывает трудно понять, что это естественный процесс, и что это пройдет, как только ребенок поймет, что мама все равно рядом, другие люди не заняли ее место.

В этот период ребенок начинает совершать то, что Малер называла «таможенным досмотром»: он ощупывает лицо чужака, особенно рот, и проделывает то же самое со своей матерью. Прежде, чем позволить чужому человеку взять себя на руки, он некоторое время таким образом знакомится с ним. Теперь ребенок иногда подтягивается в кроватке и какое-то время висит без сил, забыв, как снова сесть. Он больше не сидит спокойно на своем высоком стульчике, пытается вылезти; в то же время он не понимает, в какой ситуации находится, и какая опасность ему может грозить. Когда его кормят, он с энтузиазмом лезет руками в кашу, или швыряет яйцо матери в лицо. Матери по-разному реагируют на такое поведение. Отношение матери к младенцу непостоянно:

у нее меняется настроение, у нее есть свои проблемы и интересы, не связанные с ребенком, в то время как ребенок полностью зависит от матери. Более того, разные стадии жизни по-разному отражаются на эмоциях матери.

Молодая женщина, которая радовалась, чувствуя, как внутри нее растет маленькое существо, и затем держала его на руках, такого совершенного и крохотного, – может огорчиться, когда ребенок начнет искать независимости и проявлять это самыми примитивными и неприятными способами.

А иногда молодая мать, которой ребенок казался обузой и купание его – слишком большой ответственностью, может порадоваться, глядя, как ребенок пытается встать, держась за ее руки, или, опираясь на ее колени, тянется к ней.

Отношение матери к младенцу непостоянно: у нее меняется настроение, у нее есть свои проблемы и интересы, не связанные с ребенком, в то время как ребенок полностью зависит от матери.

Первая мать может попытаться ограничить зарождающуюся независимость, оставляя ребенка в кроватке одного слишком надолго или слишком удлиняя период кормления. Иногда у молодой матери так велика потребность обнимать ребенка, что она обижается на первые проявления его самостоятельности, отворачивается от него, не может больше окружать его заботой, в которой он по-прежнему остро нуждается. У большинства матерей присутствуют и переплетаются все три из этих эмоциональных потоков. Малер хоро-

шо рассказывает о том, что не только мать учится понимать ребенка и воспринимать его как личность, но и ребенок находит применение указаниям, исходящим от матери.

Мать может с радостью позволять своему ребенку бегать и прыгать, не станет ругать его, если он захочет ползать по земле, и сможет защитить ребенка от серьезных опасностей; или же может баюкать и успокаивать ребенка, чтобы он был как можно более пассивным. В этих двух случаях сформируются два разных характера, но оба ребенка могут развиваться вполне нормально. Что же касается других факторов, определяющих формирование характера – защитные механизмы, Эдипов комплекс, латентная стадия, – о них мы поговорим в последующих главах.

Раздражители, связанные с уходом за ребенком и развитие осознания

Чувствительность ребенка, разные группы внешних и внутренних раздражителей, сосание пальца

Наблюдения Р.Шпица опровергают более ранние теории и показывают, что порог ощущений у младенцев обычно достаточно высок. Бывают исключения, и тогда возникает опасность для нормального развития.

Мать может с радостью позволять своему ребенку бегать и прыгать, не станет ругать его, если он захочет ползать по земле, и сможет защитить ребенка от серьезных опасностей; или же может баюкать и успокаивать ребенка, чтобы он был как можно более пассивным. В этих двух случаях сформируются два разных характера.

Среди первых восприятий у ребенка, помимо зрения и слуха, появляются более расплывчатые ощущения, например во рту и в животе, – и они не становятся осознанными, как у взрослых.

Еще одна группа – это расплывчатые ощущения прикосновений и движения пространства, возникающие, когда ребенка переворачивают, берут на руки, пеленают и т. д.

Нельзя точно сказать, когда контакт с раздражителями превращается в восприятие, в осознанное узнавание. Теоре-

тически, у разных детей этот процесс должен протекать по-разному, поскольку миелинизация оптического нерва нервной системы продолжается и после рождения. Комбинация зрелости и адаптации, основанная на определенном уровне зрелости, может дать массу вариантов. Когда ребенок смотрит на мать во время кормления грудью – это, скорее всего, предварительная форма осознанного зрения. Но в шесть месяцев ребенок уже активно взаимодействует с помощью взгляда.

Порог звуковых ощущений изначально высок. Если младенец настолько нервный, что начинает плакать, едва услышит какой-либо звук, – значит, весьма вероятны нарушения, например, незначительная дисфункция мозга.

Начиная с самого рождения, ребенок стремится быть услышанным; и мать быстро приходит к выводу, что способна понимать, о чем ее ребенок плачет плач. Но не будем забывать, что интерпретации матери могут быть частично сформированы культурными стереотипами. Например, все еще нет ответа на вопрос, действительно ли мокрые дети чувствуют себя некомфортно. И не станем отрицать, что существуют разные типы плача. Каждая мать сама подстраивается под ребенка и на разный плач реагирует по-разному: кормит, пеленает или просто смотрит на ребенка.

Примерно в два месяца ребенок начинает слушать, а в три месяца пытается сознательно издавать звуки и замечает их. Обычно, если мать нормальная, они с ребенком начинают

«издавать звуки вместе». Тут скорее мать реагирует на раздражители, исходящие от ребенка, а не наоборот. Если ребенок очень тихий, может возникнуть порочный круг. Матери трудно издавать звуки, если ребенок на них не отвечает, и контакт нарушается все сильнее. Верно и обратное. Но обычно, несмотря на разницу в темпераментах, можно найти точку равновесия, если мать не позволит себе расстраиваться из-за этого.

Сознательно издаваемые звуки предшествуют речи. Я не буду обсуждать, предшествуют ли ей разные формы плача. Но, в любом случае, у одной формы плача другое значение: отчаянные рыдания, которые продолжаются до тех пор, пока ребенок не засыпает от потери сил, – этот вид плача означает, что ребенок травматично переполнен внутренними или внешними раздражителями. Когда ребенок в таком состоянии, матери трудно правильно оказать ему помощь. Например, кричащий ребенок не может немедленно отреагировать на грудь; в этом случае с трудом удастся заставить ребенка сосать, даже если он длительное время был голоден. Это одна из причин, по которой не приветствуется жесткий график кормления.

Каждая мать сама подстраивается под ребенка и на разный плач реагирует по-разному: кормит, пеленает или просто смотрит на ребенка.

Я не случайно привожу кормление в качестве примера: теплое молоко и сосание формируют первое чувство глубо-

кого удовлетворения, которое выражается не только в счастливой улыбке довольного младенца, но и в том, с каким пылом младенцы сосут свои пальцы между кормлениями.

Эмоционально здоровые матери не испытывают тревоги по поводу пылкого сосания, они с нежностью наблюдают, как ребенок иступленно сосет большой палец. Сложности начинаются, если мать не может выносить, когда сосут палец, если ей необходимо придерживаться жесткого или неподходящего режима кормления, или если она недостаточно привязана к ребенку. Сосание пальца играет важную роль в развитии зарождающегося сознания. Сосание пальца рождает – по большей части бессознательное – чувство, благодаря которому ребенок чувствует себя в безопасности.

Эмоционально здоровые матери не испытывают тревоги по поводу пылкого сосания, они с нежностью наблюдают, как ребенок иступленно сосет большой палец.

Можно сказать, что сосание пальца помогает научиться отличать себя от окружающего мира. Ведь как иначе ребенок поймет, что ощущение тепла, мягкости и жидкость во время кормления грудью приходят из внешнего источника? Насколько он «знает» что-либо – это само по себе вопрос, ведь младенец не мыслит словами. Но постепенно он осознает, что ощущения во рту и во всем теле связаны с кормлением, и сам он не может вызвать их, не может утолить голод. Ребенок может вызвать похожие ощущения во время сосания паль-

ца; но при этом продолжает чувствовать голод. Можно добавить еще одно наблюдение, касающееся развития: если ребенку не мешают в младенчестве получать оральное удовлетворение, то, став постарше, он с легкостью перейдет к другим формам удовлетворения, а раннее сосание пальца прекратится само собой.

Очень важно помнить, что полное изначальное удовлетворение помогает в развитии во всех фазах. Для докторов и дантистов, которые беспокоятся по поводу возможного неправильного формирования челюсти из-за сосания пальца, хочу повторить, что если не запрещать сосать палец младенцу, то ребенку постарше запрещать тоже не придется, так как сосание пальца пройдет само собой.

В первые месяцы ребенок очень мало сталкивается с неприятными раздражителями, ибо они быстро устраняются; например, как только мочевой пузырь или кишечник наполняется, то сразу же и опустошается. Если во время пеленания ребенку холодно, он сразу же намочит свежий памперс; чувство насыщения во время кормления может вызвать опорожнение кишечника.

Если отношения матери и ребенка нарушены, то ребенок плачет, его тошнит, он не спит ночью, у него диарея или запор.

Внутренний покой достигается с помощью непосредственного отторжения неприятных раздражителей. Удовлетворение, получаемое от сосания пальца, служит стабилизи-

рующим фактором. Мать устраняет неприятные раздражители, в этом младенец полностью от нее зависит. Младенец и маленький ребенок может заявлять о нарушении равновесия только с помощью физиологических способов. Если отношения матери и ребенка нарушены, то ребенок плачет, его тошнит, он не спит ночью, у него диарея или запор. Когда у взрослого пациента психические конфликты выражаются в форме физиологических симптомов, то мы называем их конверсионными симптомами. Мы можем интерпретировать их как регрессию к самой ранней стадии устранения напряжения, хотя такая интерпретация не принимает в расчет психического содержания. Но мы не можем применить эту интерпретацию в обратную сторону. У каждого младенца бывают дни, когда он много плачет, и, время от времени, его тошнит – но без последствий.

Наша культура не очень подходит для поддержания примитивного баланса раздражителей для гомеостаза. У нас матери не носят детей с собой весь день, следовательно, младенец не чувствует непрерывно в течении всего дня тепло материнского тела. Даже если мы не следуем жесткой системе кормления, мы приучаем ребенка питаться регулярно, а между кормлениями он лежит в своей кроватке. В примитивных культурах мать все время носит ребенка с собой и дает ему грудь, как только он пожелает.

Развитие культуры всегда включает в себя одновременно прогресс и регресс. Каждая новая ступень приносит с собой

уменьшение удовлетворения инстинктивных потребностей, из-за этого человек становится более ранимым. Я буду время от времени возвращаться к этому вопросу и постараюсь показать, какие факторы в нашей культуре укрепляют психику, а какие ослабляют.

Начало независимости

Через несколько месяцев к взглядам и звукам добавляется игра с руками и ногами, разглядывание пальцев, когда они попадают в поле зрения, случайно или намеренно. Примерно через восемь месяцев после рождения пассивное маленькое существо, лишенное мышечной координации, превращается в активного ребенка, способного перевернуться с боку на бок. Он уже может хватать вещи, сам садится и начинает пытаться ползать. Мать начинает спрашивать себя: «Можно ли оставлять его в кроватке? Не выпадет ли он из коляски?»

Начало периода моторного развития приносит матерям и радость, и беспокойство; ребенок в этом возрасте представляет опасность для самого себя. Он пытается засунуть пальцы в розетку или схватиться за кипящий чайник.

Научившись вставать, он в любой момент может вывалиться из кроватки или коляски, а ползая по комнате, наткнется на вещи; за ним нужно пристально следить в этот период. Именно в это время матери жалуются, что нагрузка слишком велика.

В год ребенок уже личность. Он может уползти от матери, узнает мать и отца, у него есть свои собственные идеи насчет того, что ему делать и что он хочет есть. Его кишечник работает регулярно. Он ясно дает понять матери, что именно он хочет, и самые первые слова, после слова «мама», это «да»

и «нет». Он также умеет кивать или отрицательно качать головой.

Процесс отделения и обретения индивидуальности будет продолжаться всю жизнь, но до трех лет включительно – это важнейший элемент развития. Мать может позволить десятимесячному младенцу ползать самостоятельно и будет следить, чтобы он не поранился. Двухлетний ребенок бегает вокруг матери. Трехлетний остается один в комнате и тихо играет там, пока мать занята чем-то еще в доме.

Эта постепенно возрастающая независимость бывает причиной проблем. Много авторов отлично описали мир и восприятие младенца-ползунка. Это время бесконечных исследовательских экспедиций: каждый объект – это непокоренная вершина. Стул, на котором сидит мать, снизу выглядит совсем не так, как сверху. Пространство под письменным столом – это дом, в который можно забраться с мягкой игрушкой. Цветы уничтожаются, когда нужно исследовать землю, или когда их пытаются использовать в качестве опоры. Все, до чего можно дотянуться – исследуется.

Период практики

Всех взрослых впечатляет энергия, с которой ребенок занимается этими исследованиями. Это возраст, когда новые впечатления идут потоком. Маленький ребенок видит мир то фрагментами (когда лежит), то широкой панорамой (когда держится за ножку стола или за диван). Его окружает бесконечное множество раздражителей и впервые он может их активно контролировать. Он изучает лестницу и может провести весь день, взбираясь по ступеням, с которых не сможет спуститься, потому что еще не научился поворачиваться, добравшись до верха.

Процесс отделения и обретения индивидуальности будет продолжаться всю жизнь, но до трех лет включительно – это важнейший элемент развития.

Это период повышенной активности и хорошего настроения. М.Малер называет это время «периодом практики». Исследуя мир, ребенок мало чувствителен к боли; потом он станет воспринимать ее острее. Он падает, поднимается, падает снова, залезает на диван, падает с него, плачет, его берут на руки и утешают, а потом он снова лезет на диван.

Рот все еще важнейший орган в это время: ребенок все тянет в рот. В то же время его руки исследуют поверхность, ощупывают и хватают. Он выбрасывает игрушки из манежа,

взрослый бросает их обратно, и эта игра продолжается без конца.

Можно точно сказать, что каждому взрослому эта игра надоедает раньше, чем ребенку. Фрейд (1920) связывал эту игру с типичными ранними способами преодоления трудностей. Активное отбрасывание игрушки и ее последующее обретение служат компенсацией пассивного опыта исчезновения матери, которая время от времени выходит из комнаты. Такое активное повторение пассивного опыта сопровождает нас всю жизнь и помогает справиться с трудностями. В детстве оно играет очень важную роль.

В этот период ребенку трудно заснуть не только потому что он постоянно стремится к активности, но и потому что матери нет рядом.

Постоянная активность в возрасте одного-двух лет не дает ребенку успокоиться, а также из-за нее хорошее настроение ребенка может сменяться вялостью и чрезмерной усталостью. В этот период ребенку трудно заснуть не только потому что он постоянно стремится к активности, но и потому что матери нет рядом. Ведь теперь ребенок научился отползать или отходить от матери и он постоянно сталкивается с ситуациями, когда мать нужна, а ее нет рядом. Поэтому ему нужно, чтобы мать всегда была неподалеку, всегда могла прийти на помощь. Закрытая дверь часто представляется непреодолимым препятствием и может вызвать страх, плач и крики. Ребенок пока что не понимает, что мать рядом, хо-

тя он ее не видит; ему нужно самому убедиться, что мать неподалеку, и поэтому он плачет или вылезает из кроватки и отправляется ее искать. Переход от бодрствующего состояния ко сну будет проще, если мать будет петь ребенку или разглядывать вместе с ним картинки.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.