

## Ошибки в воспитании грудничков



Никто из нас, не имея специального образования и подготовки, не возьмется строить мост, удалять аппендицит или управлять

самолетом, но почему-то все считают себя специалистами в воспитании детей. Причем особенно хорошо мамы, папы, бабушки и инструкторы родительских клубов знают, что делать с ребенком первого года жизни.

Довольно многие родители и духовные акушеры абсолютно точно убеждены, например, в том, что динамическая гимнастика, беби-йога, проныривание, плавание и моржевание дают детям крепкое здоровье и гениальный ум. Но это мнение людей, которые плохо представляют себе, что же происходит с ребенком на самом деле. Чтобы объяснить суть происходящего мы должны в первую очередь рассказать о происхождении и значении стресса для развития новорожденного и грудного ребенка.

### **Воздействие стресса на развитие нервной системы ребенка**

Сегодня точно известно, что психофизиологическое развитие и поведение ребенка первых трех лет жизни предопределено генетически. Это связано с интенсивным развитием головного мозга именно в этот период, где особо выделяется первый год жизни. Известно также, что поведение матери по отношению к ребенку этого возраста, тоже отражено в его генетической программе, и должно находиться в соответствии с развитием малыша. По этому признаку материнское поведение и поведение окружающих можно разделить на «ожидаемое» (т.е.

предусмотренное генетически) и «парадоксальное» (несоответствующее генетической программе). Помешать процессу развития ребенка может стресс, который сегодня рассматривают как фактор, влияющий на реализацию генетической программы развивающегося организма. Для грудного ребенка стрессом будет являться любое несоответствие между генетически предусмотренной и реальной ситуацией. Таким образом, парадоксальное поведение родителей по отношению к младенцу является стрессовым фактором. А теперь давайте рассмотрим воздействие стресса на развитие головного мозга и психики грудничка. Стрессовая реакция разворачивается на уровне нервной и эндокринной систем, выражаясь в чрезвычайно высоком содержании в крови гормонов стресса. Предельные уровни этих гормонов вмешиваются в процесс развития различных органов и систем и задерживают его. В этом отношении нервная система имеет особое значение. Головной мозг ребенка развивается до трех лет, а это означает, что переживаемые в этот период жизни стрессы приводят к отставанию, а в последующем - к нарушению в его развитии. Согласно исследованиям, проведенным и описанным Науменко Е. В. и другими авторами, «даже относительно слабые воздействия, не вызывающие видимых морфологических повреждений, могут привести к длительным, а иногда и постоянным нарушениям» в развитии нервной и эндокринной систем. Последствием этих нарушений являются расстройства различных типов поведения, психоэмоциональные и психические расстройства.

Другой исследователь Дернер Г. на основании экспериментальных и клинических наблюдений приходит к выводу, что гормоны стресса, действуя за несколько недель до рождения, во время родов и в течение первого года жизни, участвуют в формировании мозга. Аномальные уровни гормонов во время его развития могут играть роль вредоносных факторов, «способных вызвать физиологические и/или психологические нарушения его функций в последующей жизни». По мнению автора, которое он высказал еще в 1978 году, «миллионы людей являются умственно, эмоционально и физически отсталыми или даже инвалидами и/или преждевременно умирают из-за расстройства здоровья или заболеваний, связанных с нарушением процесса развития». Особое внимание исследователь обращал на ряд факторов, которые он относит к числу опасных в период развития мозга в раннем возрасте. Одними из них являются стресс, психосоциальная депривация и гипоксия или асфиксия.

Таким образом, парадоксальное поведение родителей по отношению к детям первого года жизни, к которому, в частности, относятся искусственное вскармливание, динамическая гимнастика, плавание, прыжки, моржевание/обливание холодной водой и т.д., является стрессом и приводит к нарушениям в развитии его головного мозга и психики.

### **Самые распространенные ошибки в воспитании грудных детей**

Ребенок грудного возраста — это очень пластичный материал и полностью зависим от тех, кто за ним ухаживает. По отношению к новорожденному и грудному ребенку все меры ухода за ним одновременно являются и мерами воспитания. В этот период нервная система и психика младенца развиваются особенно интенсивно. От их успешного или неуспешного развития зависит та база, которая определяет качества уже взрослого человека, начиная с заболеваний и заканчивая жизненными позициями и профессиональными наклонностями. Вариантов конечного результата существует множество. Применяя те или иные методы или приемы, можно получить акробата, ныряльщика, раба, садомазохиста, гения, творца, изобретателя и т.д. При этом мы можем сформировать как полноценного человека, свободную самодостаточную личность, так и зомбированное создание с искаленной психикой. Родителям следует серьезно задуматься над тем, какими методами они собираются пользоваться, воспитывая ребенка. Ведь из новорожденного рано или поздно вырастет взрослый человек, а родители постареют. Отсутствие уверенности в себе у годовалого ребенка никак не отражается на жизни

окружающих его людей, а отсутствие такой уверенности у мужа и отца семейства может привести к тяжелому положению людей, зависящих от него и в том числе престарелых родителей.

Условно наиболее распространенные сегодня ошибки можно разделить на три группы, в зависимости от тех последствий, к которым они приводят. Приведем их перечень с краткими разъяснениями.

**1. Разрушение контакта с мамой, чувства защищенности и уверенности в себе, затрудненная социальная адаптация, асоциальное поведение.** К таким последствиям приводят:

— Отсутствие грудного вскармливания, которое, кроме этого, приводит ко множеству различных нарушений, наиболее серьезными из которых являются неполноценное развитие иммунной и нервной системы. Только в материнском молоке присутствуют живые клетки и нейrogормоны, которые участвуют в формировании нервной системы ребенка. Поэтому при отсутствии грудного вскармливания мы получаем качественно другое существо, нервная система которого формировалась по другим законам, чем должна формироваться у человека в норме. В западноевропейских странах строго запрещено рекламировать, и открыто продавать заменители женского молока. Их выписывают женщинам по рецептам только в том случае, когда искусственное вскармливание — единственно возможный выход.

— Отсутствие совместного сна с мамой.

— Ограничение в пребывании на руках, кроме того, влияет на формирование познавательного интереса. Стремление человека к исследовательской деятельности и пониманию взаимосвязи вещей и явлений пресекается.

— Неправильное применение памперсов именно тогда, когда мама решает «не приучать ребенка к рукам». Как правило, малыши, прежде чем сделать свои маленькие делишки, плачут и зовут маму на помощь. Это лишний повод взять малыша на руки и пообщаться с ним. Кроме того постоянное ношение памперсов приводит к нарушению контроля за мочеиспусканием и развитию энуреза, бесплодию как у мальчиков, так и у девочек.

**2. Нарушение восприятия пространства, формирование психических расстройств, связанных с этим (боязнь замкнутых или открытых пространств, страх высоты и мостов или, напротив, стремление прыгнуть с высоты).** К таким последствиям приводят:

— Полный отказ от пеленания. Ребенок до появления на свет находится в условиях тесной матки. После родов новый пространственный объем, в который он попадает, вызывает у него дискомфорт, и даже страх. Пеленание в первые дни жизни позволяет постепенно освоиться с новым пространством.

— Ранние прогулки, т.е. прогулки в течение первого месяца жизни открывают перед малышом еще более громадные просторы. Поэтому в течение первого месяца жизни лучше оставаться дома и сначала освоиться с пространством комнаты.

— Динамическая гимнастика, почти акробатика для младенцев с многочисленными подбрасываниями, раскручиваниями и переворотами. Устойчивым результатом таких занятий является полное отсутствие страха перед высотой и падением, стремление прыгнуть вниз с

большой высоты. Среди детей, с которыми занимались динамической гимнастикой, высокий процент травм и смертельных исходов в результате выпрыгиваний с балконов и из окон многоэтажных домов. Кроме этого чрезмерные нагрузки на костно-мышечную систему приводят к утолщению связок и сухожилий суставов, что приводит к ограничению их подвижности, утрачивает также гибкость и становится малоподвижным позвоночник, нарушается пространственная ориентация. В древности, используя только подбрасывания грудных детей вверх, воспитывали бесстрашных канатоходцев, которые могли ходить по канату на большой высоте и не боялись разбиться.

**3. Состояние подавления действия, зомбирование, нездоровая самоуглубленность, полное безразличие к чувствам и действиям окружающих, формирование рабской психологии и различных комплексов, садомазохистские наклонности.** К таким последствиям приводят:

— Моржевание и обливание холодной водой. Кроме этого, моржевание приводит к срывам в работе эндокринной и сердечно-сосудистой систем, изменяет отношение к боли и приводит к отсутствию чувства опасности.

— Проныривание и плавание грудничков ставит ребенка в ситуацию, когда он не может сопротивляться действиям взрослого и как бы оказывается на грани между жизнью и смертью. Эта ситуация очень часто заканчивается для ребенка сверхстрессом, глубокой депрессией.

Давайте рассмотрим ситуацию проныривания с позиции ребенка. Он пришел в новые условия существования из мира, где был полностью защищен, обеспечен всем жизненно необходимым и огражден от всех неприятностей. Гарантом такой защиты была его мать. Потребность в защите сохраняется у ребенка в течение всего периода развития головного мозга (3 года), т.е. он ощущает себя как абсолютно незащитное существо, нуждающееся в опеке. И вдруг мать отдает его чужой тете (а еще хуже делает это сама), которая начинает его топить, ставя на грань между жизнью и смертью. Малыш не может понять ваших идей о его развитии и оздоровлении. Он понимает только то, что его жизни угрожает смертельная опасность. Причем эта опасность проявляет себя регулярно и имеет вселенские масштабы, поскольку мать не может его защитить. То же самое относится и к ситуации закаливания.

Чтобы лучше понять ребенка, представьте себя в аналогичной ситуации. Вы благополучно жили во дворце, где все ваши желания исполнялись. А потом в один прекрасный день вас пригласили на морское побережье и начали топить. Что вы будете чувствовать, задыхаясь и захлебываясь? Не правда ли, очень неприятная ситуация. Когда вы окажетесь на берегу, ваше царское достоинство будет полностью разрушено, и вы будете представлять собой довольно жалкое зрелище. Даже ваш сформировавшийся мозг пострадает, что же тогда говорить о незащитном младенце?

Кроме этого, проныривание имеет еще один неприятный физиологический аспект. У новорожденных носовые ходы узкие и короткие, что обеспечивает им возможность дышать поверхностно. Благодаря этому в крови малышей первых месяцев жизни поддерживается высокое содержание углекислоты. Этот механизм помогает мягкой адаптации малыша к новым условиям (внутриутробно у плода кровь венозная, т.е. содержание кислорода в ней понижено). Нормальное развитие головного мозга младенца происходит в условиях несколько пониженного содержания кислорода в его крови. При проныривании уровень кислорода, необходимый для развития головного мозга, значительно понижается и возникает асфиксия. Таким образом, проныривание несет в себе два вредоносных фактора — асфиксию и стресс.

Среди грудничков-ныряльщиков очень высок процент спонтанной детской смертности (смерть

в результате внезапной остановки сердца), аспирационной пневмонии, желудочно-кишечных расстройств.

**Родители, помните! Всякое ваше действие по отношению к ребенку первого года жизни не должно быть насилием даже из благих побуждений. Малыш не может пресечь ваши действия ни в физическом, ни в правовом отношении. Он только может выразить протест криком, болезнью или смертью.**

*Психолог-перинатолог Ж. В. Цареградская* *Статья опубликована в газете «Нашаист», №7(31), апрель 1998 года*