

ИЗКУСТВОТО ДА БЪДЕШ РОДИТЕЛ

Д-р Фидсхю Додсън

Съдържание:

КЪМ РОДИТЕЛИТЕ	1
МАЙКИТЕ И ТЕХНИТЕ ЧУВСТВА	6
РАННО ДЕТСТВО	11
ПЪРВИТЕ СЪПКИ	32
ПЪРВО ЮНОШЕСТВО (Първа част)	46
ПЪРВО ЮНОШЕСТВО (Втора част)	60
ПРЕДУЧИЛИЩНАТА ВЪЗРАСТ (ПЪРВА ЧАСТ)	80
ПРЕДУЧИЩНАТА ВЪЗРАСТ (ВТОРА ЧАСТ)	95
МОЖЕ ЛИ ДЕЛФИНЪТ ДА СЕ НАУЧИ ДА ПИШЕ НА МАШИНА?	107
САМОДИСЦИПЛИНАТА	114
ДЕТЕТО ВИ И НАСИЛИЕТО	127
УЧИЛИЩЕТО ЗАПОЧВА ВКЪЩИ (ПЪРВА ЧАСТ)	137
УЧИЛИЩЕТО ЗАПОЧВА ВКЪЩИ (ВТОРА ЧАСТ)	147
КАК ДА ИЗБЕРЕТЕ ИГРАЧКИ, КНИГИ И ПЛОЧИ ЗА ДЕТЕТО СИ	162
ДВАНАЙСЕТ СЪВЕТА ПЛЮС ОЩЕ ЕДИН	172
ПОСЛЕДНИ ДУМИ	176
ПРИЛОЖЕНИЕ А	177
ПРИЛОЖЕНИЕ Б	185

КЪМ РОДИТЕЛИТЕ

Съвременното общество не предлага практически никакво обучение за професията родител. Никому няма да хрумне да си назначи секретарка, която не владее машинопис и стенография, като само ѝ каже: „Вие сте секретарка, действайте!“ Когато обаче една жена стане майка, обществото сякаш изведнъж ѝ заявява: „От днес нататък сте родител. Не сме ви научили кой знае колко на този занаят, но опитайте, поставете се!“

Да си родител означава да си психолог и преподавател от особен вид.

Вие, майката, сте детски психолог, защото ви е необходимо да разберете психологията на детето си. Може да сте добър детски психолог или среден, или дори слаб. Все едно дали това ви харесва или не. Тъй или инак, госпожо, вие сте детски психолог! И най-влиятелният преподавател, който децата ви някога ще имат.

Вие сте първият им учител. Нещата, на които ги учите (дори тези, на които ги научавате, без да си давате сметка) ще бъдат „уроци“, далеч по-важни от уроците на всички възможни училища.

Но ако сте като повечето жени, вие несъмнено имате твърде малко знания и опит, за да упражнявате добре този занаят. Положително много сте научили в училище, но - освен ако не сте имали изключителен късмет - вероятно твърде малко знаете от онова, което би ви позволило да разбирате бебетата и малките деца.

Детските психолози и учителите работят средно по осем часа на ден. В края на деня и в края на седмицата те редовно си почиват. Всяка година си взимат отпуск, Не и вие. И това стига, за да направи професията ви къде-къде по-мъчителна. Освен това детските психолози и преподавателите работят с много деца. Чувствата, които изпитват към тях, са далеч по-безметежни от майчините, защото са разпределени върху повече от едно дете. А и тези деца не са техни, така че когато трябва да ги разбират и да решават проблемите им, те не се обвързват емоционално.

Няма по-трудна професия в обществото ни от тази на психолог и учител, упражнявана двайсет и четири часа в денонощието - тя е единствена по рода си и се нарича родител.

Да си родител означава непрекъснато да се учиш.

За всички нас да си родител означава непрекъснато да се учиш. Когато усвояваме нова техника - шофиране, свирене на музикален инструмент или гледане на дете - ние напредваме, като се учим от грешките си. Само че самотното прилагане на системата проба-грешка е най-неефикасният начин на обучение.

Да предположим, че никога през живота си не сте играли бридж и че решавате да се научите. Можете в краен случай и сами да го сторите, макар и с неохота и скърцайки със зъби. Но колко мъчително е това! Колко излишни ядове ще си докарате, опитвайки се с всички сили да проникнете в тънкостите на анонсирането и в стратегията на играта. Много по-лесен и резултатен начин е да помолите някой компетентен и опитен играч да ви обясни правилата.

Намерението ми е да споделя с вас онова, което съм научил от над двайсетгодишната си професионална практика и от личния си опит на родител.

За да има една книга шанса да установи контакт между автор и читател, тя трябва да бъде нещо като диалог. Ето защо съм се опитал да изпреваря въпросите ви и да предуга-дя случаите, в които някои научни факти могат да ви се сторят изсмукани от пръстите.

Постарах се да придам на книгата характер на приятелски разговор, сякаш вие и аз си бъбрим на чаша кафе. Затова от време на време давам примери и от опита със собствените ми деца. И макар текстът ми да се основава на експерименталната и клинична дейност на много специалисти по човешко поведение, не съм подкрепял отделните факти с всичките им научни доказателства. На места съм цитирал някои основополагащи трудове, но съм свел този вид аргументация до минимум. Знаем, че повечето читатели не обичат книгите да изобилстват от учени бележки и препратки към научни опити.

Интересували са ме главно две категории от майките, които биха прочели тази книга: първата е майката, която още не е имала дете, В някои отношения тя ще прочете книгата в най-благоприятния момент. Ще научи много неща, които ще ѝ послужат, преди да ѝ се наложи да решава проблемите, свързани с грижите за истинското ѝ бебе.

Не може обаче човек да отгледа детето си само като прочете една книга, както не може да се научи да шофира по учебник. Прочетеното трябва да се пренесе върху детето ви, което съществува реално. А то няма да прилича на никое друго на света. Ще е истински уникално същество.

По отношение на детето ви тази книга, както и коя да е друга, посветена на възпитанието, може да бъде само едно най-общо ръководство. Майката познава бебето си по-

добре от всеки; ето защо, ако някои пасажии противоречат на майчинските ви чувства, забравете какво пише там и следвайте инстинкта си.

Когато усвояваме нови знания, всички ние имаме склонност да се съмняваме в себе си и да искаме някой друг да формулира строги правила, за да ни научи какво да правим. С натрупването на опит ставаме по-самоуверени. Започваме да различаваме случаите, в които строгите правила трябва да бъдат видоизменени, за да се нагодят към някоя по-особена ситуация.

Облягайки се на собствения ми опит на родител, мога да ви уверя, че ще се чувствате по-сигурна в себе си, когато отглеждате второто или третото си дете, отколкото докато се грижите за първото. Една от причините, поради които сме по-уверени в себе си с второто и третото дете, е, че първото ни е научило на определени неща. С първото дете печелим нещо и губим нещо. Грешим, но и ни спохождат моменти на вдъхновение. По всичко личи, че с него правим малко повече грешки, отколкото със следващите. Когато разберете, че сте реагирали несръчно спрямо детето Си, ще осъзнаете, че наистина принадлежите към групата на „гафьорите“, наречени родители. Е, добре дошли в клуба!

Така стигаме до втората категория майки, които ще прочетат тази книга. Те имат дете под пет години, но и дете или деца над пет години.

Не един пасаж ще ги накара да възкликнат: „Да бях прочела това по-рано! Чак сега си давам сметка за всички глупости, които съм вършила още преди Джени да проходи. Направих еди какво си и виждай, че това не е било най-доброто решение.“ Възможно е в този случай те да започнат да се чувстват виновни и да се самоукоряват.

Надявам се това да не стане. Никой родител не заслужава порицание. Ние всички се опитваме да отгледаме децата си възможно най-добре. Като се знае, че повечето от нас нямат абсолютно никакъв опит в занаята, ние вършим според мен забележителна работа! Имайки предвид, че ни липсва всякаква подготовка, цяло чудо е, че потомците ни все пак добре се оправят в живота. Затова се надявам, че ще бъдете снизходителни към себе си, особено към грешките, които смятате, че сте допуснали с най-голямото ви дете.

Колкото до мен, моят често пъти трудно постигнат опит ми позволява да ви кажа, че дори да сте доктор по психология, пак можете да грешите, докато отглеждате детето си. За щастие това ще става все по-рядко с второто и следващите деца. Личният ми опит ме подсеща за историята с психолога, който в началото на кариерата си имал шест теории и нито едно дете, а накрая се оказал с шест деца и нито една теория! Тъй като аз имам три деца, лесно можете да заключите, че са ми останали три теории. Родители са ми казвали, че при петото или шестото си дете започват по-малко да се безпокоят, че могат да сбъркат. Аз обаче си мисля, че майка на четири или повече деца заслужава автоматично да ѝ присъдят кръст за обществени заслуги, а ако четирите деца са момчета, би трябвало към кръста да се добави и орденът на Почетния легион! Чувството за вина не подпомага доброто упражняване на родителския занаят. Всички ние трябва да смятаме, че правим най-доброто, на което сме способни. Колкото до вас, майките, дори фактът, че отделяте време, за да прочетете моята книга за отглеждането на детето, показва, че наистина ви е грижа за него. В противен случай не бихте си дали този труд.

Някои недоразумения по повод на детската психология

През годините, когато четях лекции по медицина и разговарях след часовете с родителите на тема отглеждане и възпитание на децата, открих, че много бащи и майки правят една основна грешка по отношение на модерната психология. Затова мисля, че преди да продължим по-нататък, би било полезно да отхвърлим някои недоразумения. Ще стигнем до това, което психологията твърди, що се отнася до отглеждането на децата, но нека първо кажем какво психологията *не се наема да твърди*.

Модерната психология *не се наема да твърди*, че е добре родителите да бъдат либерални, ако под либерализъм се разбира да оставят детето да прави всичко, което пожелае. Никой разумен психолог никога не е поддържал подобна налудничавата идея. Но колкото и невероятно да изглежда, наистина съм срещал родители, които позволяваха на децата си да драскат по стените къщи с молив, флумастер или тебешир, защото си мислеха, че ще бъде психологически неправилно, ако им забранят! Това, което всъщност става в подобни случаи, е, че майката се бои да каже „не“ на детето си и се позовава на модерната психология, за да оправдае страха си да бъде твърда с него.

Вторият принцип, от който модерната психология се разграничава, е, че докато децата изживяват различните стадии на развитието си, родителите трябва да стоят със скръстени ръце и да не се намесват, оставяйки нещата сами да следват своя ход.

Сигурно е, че децата преминават през точно определени етапи на развитие, особено в предучилищната възраст. Майка, която очаква четиригодишното й дете да действа като тригодишно, се излага на немалки разочарования. Вярно е, съществуват етапи на развитие, но това не означава, че мама и татко са безпомощни и неспособни да променят каквото и да било в тях. Виждал съм родители да търпят отвратителното поведение на децата си, оправдавайки го ето така: „То сега се развива.“ Или пък бащата уморено вдига рамене, сякаш за да каже: „Нищо не може да се направи.“

Родителите не са безпомощни. Начинът, по който се отнасят към даден етап, въздейства пряко върху начина, по който детето ще успее да премине през него. В тази книга отделям голямо място на въпросните етапи, защото мисля, че родителите трябва да имат за тях възможно най-точна представа.

Мнозина родители смятат също, че модерната психология им забранява да напляскат детето си. Някои психолози и психиатри наистина са формулирали тази идея. Аз лично, като психолог, съм на мнение, че е невъзможно човек да отгледа добре децата си, особено агресивните и пълни с жизненост момчета, без да ги плесне от време на време. Това не означава, че какъвто и да е бой е добър за детето.

Спомням си как една вечер говорих по този въпрос с група родители и седмици след това срещнах една от слушателките ми в супермаркета. Тя се приближи до мен и ми заяви: „Откакто казахте, че сте съгласни е боя, нашите често ядат бой, и то какъв!“ Останах с ясното впечатление, че някои родители си бяха помислили: „Доктор Додсън е съгласен, значи дойде време за китайските мъчения. Ще види сега малкия разбойник!“

В главата, посветена на дисциплината, ще обясня кой вид бой е положителен и кой не. Но боят е необходим и неизбежен за отглеждането на дете със здрава психика.

Според друго разпространено схващане добрите родители никога не показват раздражение или гняв. Само че всички ние изживяваме периоди на еуфория и на депресия.

Има моменти, в които с лекота се справяме с трудното поведение на някои от децата ни, и то без да се гневим. Но има и други, когато и най-малката глупост ни кара да избухваме.

За родителя е важно да изразява чувствата си искрено. Психологията не учи, че трябва винаги да сме спокойни и ведри. Ако изискваше това, тя би подложила родителите на невъзможно емоционално напрежение.

Хората често си въобразяват, че психологът ще им каже какво да усещат като родители и какво нормално от научна гледна точка поведение трябва да възприемат спрямо порастащите си деца. Жалко е, че някои психолози са дали на родителите повод да смятат така. Защото за беда човек не може избегне тревогите, нито да си забрани да мисли както е свикнал. Нашите чувства са спонтанни, мислите от само себе си изникват в съзнанието ни и ние не сме в състояние да ги контролираме.

Няма да се опитвам да ви обяснявам какво би трябвало да изпитвате като родители. Ще ви кажа само какво следва да вършите. Защото вашите действия са подчинени на волята ви, а чувствата ви не са. Ще ви дам идея как по-добре да разбирате децата си, както и някои предложения за това какво да правите с тях, та да израснат като щастливи и интелигентни същества.

Може би някои от вас ще бъдат чисто и просто неспособни да последват съветите, дадени в тази книга, както и във всяка друга, посветена на детската психология. Или пък ще забележите, че въпреки най-искрените ви усилия децата ви се изплъзват от контрол и че сте на края на силите си. Подобна ситуация предполага, че най-вероятно ви е необходима помощта на специалист. Тоест нужно ви е нещо друго, не книги. Отчаянието ви показва, че у вас има *афективен бло-каж*, който само професионалистът може да ви помогне да преодолеете. Ако мислите, че случаят ви е такъв, вие абсолютно сигурно се нуждаете от консултация с компетентен специалист - психолог, психиатър или психотерапевт.

Сега, след като разсеяхме недоразуменията по отношение на модерната психология, да видим какво трябва да знаят родителите в тази област.

Значението на първите пет години

Основният факт, който трябва да знаете, е несъмнено, че *първите пет години от живота на детето ви са най-важните, че те са годините, които го формират*. Не че следващите са без значение или че всичко е предрешено преди шестия му рожден ден; но във всеки случай първите пет години са определящи.

Достигне ли шестата си година, основните структури на личността му са вече изградени - тази личност то ще носи през целия си живот. Тя ще определя до голяма степен успеха му в училище и в живота му на възрастен. Ще определя поведението му в обществото, отношението му към проблемите на секса, каква ще е младостта му, за какъв тип личност ще се ожени и дали бракът му ще е сполучлив.

Първите пет години са важни не само за емоционалното, но и за интелектуалното развитие на детето. Най-добрият начин да осъзнаете значението им в интелектуален план е да си поставите въпроса: на каква възраст детето ви е достигнало 50% от интелектуалното си развитие? На двайсет и една, на седемнайсет, на дванайсет?

Отговорът е - на четири!

Доктор Бенджамин Блум от Чикагския университет е установил вследствие на многобройни изследвания изненадващия факт, че детето достига приблизително до средата на интелектуалното си равнище на четиригодишна възраст, прибавя още 30% на осем години и останалите 20 - на седемнайсет години.

Не смесвайте впрочем интелигентност и знание. Очевидно детето ви няма да е овладяло 50% от познанията на възрастния още на четиригодишна възраст. Интелигентността, това е умението да се обработват и използват получените знания. И 50% от това умение се придобиват още на четири години.

Ако сте сбъркали, не се притеснявайте. Повечето от родителите подценяват много и интелекта, и способността да усвоява знания на дете в предучилищна възраст. Доскоро се смяташе, че всеки от нас се ражда с определена доза вродена интелигентност, веднъж завинаги фиксирана от наследствеността. Последните изследвания показват, че няма нищо подобно. Интелигентността на възрастния индивид се определя в най-голяма степен от типа интелектуално стимулиране, което е получавал в детството си.

Тъй като първите пет години от живота са най-важните за развитието, в тази книга съм поставил ударението именно върху ранното детство. Следващите години и юношеството заслужават отделно проучване.

Тук ще взема за пример едно въображаемо дете и ще разгледам развитието му от раждането до края на тези първи основни години.

Да поговорим сега за майките и за това, което изпитват към новото бебе.

МАЙКИТЕ И ТЕХНИТЕ ЧУВСТВА

Повечето от ръководствата за отглеждане на деца най-напред обясняват що е бебе и как да се грижим за него. Те пренебрегват чувствата на майката. Според мен това е голяма грешка.

Майките, с които разговарям от години като пациентки -а също и като приятелки и колежки, - ми казват, че когато се роди първото им дете, когато се приберат от болницата й започнат да се занимават с него, не са никак сигурни в себе си. Както се изрази една от тях: „Никога не съм се чувствала толкова не на мястото си!“.

Колкото и трудове по отглеждане на деца да сте изчели и колкото и курсове на Червения кръст да сте изкарали, за да се подготвите за тези изживявания, те си остават съвършено непознати за вас. Не ги схващате като нещо реално, докато не се върнете от болницата и не останете насаме със съвсем новото същество, което живее й диша - вашето новородено. То е там, в дома ви, двайсет и четири часа в денонощието, окончателно и завинаги.

Налага ви се да направите страхотно усилие, за да се приспособите към новата ситуация. Никога досега не сте се изправяли пред такава отговорност. Повечето от майките са ужасени, когато си дадат сметка, че животът на малкото човече изцяло зависи от тях. Пред

тази отговорност, която така брутално се стоварва отгоре им, те определено започват да се чувстват некомпетентни.

Случва се някоя млада майка до такава степен да се усъмни в себе си, че дг. започне да се тревожи за всичко. Тя няма достатъчно опит с бебетата, за да изтълкува правилно различните случки от живота им. Ако бебето е дълбоко заспало, има чувството, че не диша. И се спуска да проверява дали е живо! Друг път ѝ се струва, че бебето се задушшава или че млякото ѝ не му понася. Всеки инцидент се раздува до неузнаваемост. Младата майка е голям специалист в изкуството да прави от мухата слон. Тя се бои, че всяко отклонение от нормите на храненето и спането на бебето ѝ е знак за тежка болест. Затова именно толкова често телефонира на преуморения педиатър по всяко време.

Най-лошото при тази млада майка е, че не смее да признае своята некомпетентност на никого. Та нали уж е надарена със способността да разсъждава? Ето; сега е майка и това е върхът в живота ѝ на жена, а не я бива за нищо. Как реагира тя на тези свои първи впечатления? Ами представя си други майки, които нещо се грижат за бебетата си. Струва ѝ се, че е единствената, която изживява подобни страхове. Затова би предпочела да умре, но да не ѝ признае. Ако само знаеше, че и другите мислят като нея, това много би я успокоило. А повярвайте ми, с всички е така!

Защо ли? Защото младата жена е получила всякакъв вид послания от нашата култура, някои открити, други неизречени, които са ѝ втълпили, че майката е надарена по магически и вроден начин с „майчина любов“ и с „майчински инстинкт“, автоматично правещи я способна да отгледа бебето си и да го обича. Проблемът е, че не изпитва нищо подобно. Не се чувства особено годна да се грижи за новороденото. Тогава започва да си мисли, че другите майки са природно надарени с майчинския инстинкт, от който е лишена единствено тя. Толкова е заета да се безпокои и да си повтаря, че е некадърна, че не намира време да се вразуми и да схване едно важно нещо: разликата между *майчината любов* към новороденото и *умението ѝ* в грижите за него е от земята до небето.

Обичта към небето ви ще дойде съвсем естествено. Някои жени може би изпитват неудържима майчина любов още с раждането на рожбата им. За други любовта се развива постепенно. Но не съществува съвкупност от готови знания за новороденото и грижите за него, която майката да притежава инстинктивно, само защото е жена. Тази съвкупност е плод на опита. И до първото раждане е напълно възможно жената да не знае какво означава да живееш с дете.

Към чувството, че е неспособна да се грижи за детето си се прибавя и още едно, което не по-малко я безпокои - раздразнението. Много майки усещат, че ги е яд на бебето им заради този двацет и четири часов режим, който им е наложило. Както се оплакваше веднъж една от тях: „Никой никога не ми е казал, че ще бъде така!“

Целият живот на младата майка сега сякаш гравитира около малкото в люлката и тя съвсем откровено му се сърди. Това е напълно в реда на нещата. За беда никой не я подготвил да изпитва този яд. И тя често се чувства виновна, че се дразни от новороденото, което иначе обича.

Младата майка трябва да разбере, че първоначалното раздразнение спрямо бебето ѝ е *съвършено нормално*. След определен период на приспособяване към тази необичайна отговорност ядът ще изчезне и ще бъде погълнат от неустоима обич към малкото.

Има и една друга причина, поради която майката често я е яд на бебето ѝ. Тя е склонна да мисли, че то ще я свърже по-тясно със съпруга ѝ. Нали са правили това дете заедно. Въобразявала си е, че щом се роди детето, тя, съпругът ѝ и то ще образуват една много сплотена тройка.

За съжаление обаче много жени забелязват, че става точно обратното. Вместо да ги сближи, детето действа психологически като преграда между двамата. Майката вижда, че съпругът ѝ често я ревнува от вниманието, което обръща на новороденото. *Той се държи повече като съперник, отколкото като баща.* Случва се освен това съпругът да не поема активно и ефикасно своята част от моралната отговорност за бебето. Тогава у майката се създава впечатление, че отговорността е само нейна. И тя се сърди на малкото, че е предизвикало тази ситуация.

Младата майка трябва да знае как да посрещне раздражението си и да се научи да го приема като неразделна част от нагаждането на двамата към идването на бебето. Така тя ще намери своя начин да превърне семейството си в нова единица.

Ако пък случайна съпругът ви се окаже способен наистина да сподели с вас моралната отговорност за бебето, знайте, че имате голям късмет. Използвайте съпруга си, за да проучите чувствата си на некомпетентност и раздражение. Разберете добре, че тези чувства са напълно нормални и не се колебайте да ги обсъдите с него. Ако съумеете да си поговорите за тях, ще почувствате, че отговорността за новото дете не тежи само на вашите плещи. Това само по себе си ще ви донесе огромно облекчение.

Спомнете си, че от хиляди години майките са се борили с двете чудовища, наречени некомпетентност и раздражение. Вие също можете да ги победите. В началото ще ви е трудно. Ще преживеете мъчителни моменти и несъмнено ще си поплачете. Но колкото по-честна сте със себе си и с чувствата си, толкова по-бързо ще преодолеете периода на приспособяване. Рано или късно, като хиляди майки преди вас, ще преминете през тресавището на трудностите и ще стъпите на твърда почва. Едва тогава майката и детето могат да поемат ролите си в новите отношения на „нас двамата“. Междувременно ще трябва още много да се учите от собствения си опит.

Бебето ви току-що се е родило. То ви изглежда миниатюрно и много крехко. Придавате извънмерно значение и на най-малката аномалия и виждате в нея знак за сериозно произшествие. Младите майки понякога изпитват такава паника, че нито интелигентността, нито здравият разум им позволяват да анализират ситуацията. Една от тях ми призна веднъж: „Необходими ми бяха четири часа, за да запомня какво трябва да свърша, а без проблеми си бях взела изпитите в университета. Съмнявах се в способностите си и започнах да се питам дали изобщо имам капка мозък в главата.“

При подобни обстоятелства майката може да забрави, че-притежава здрав разум и отчаяно да започне да търси някой авторитет, който да ѝ посочи как точно да постъпи - ако не успее незабавно да се свърже с педиатъра си, тя ще се втурне към телефона и ще извика съседката.

Майката трябва добре да разбере, че всички тези тревоги са нормални. Неумение, паника, яд - такава е съдбата на всяка млада майка. Мисълта, че новороденото не е нито толкова мъничко, нито толкова крехко, колкото ви се е сторило отначало, ще ви споходи постепенно. От милиони години бебетата знаят как да преодоляват несръчността ѝ незнанието на младите си майки. И вашето новородено ще преживее и едното, и другото. С опита

самоувереността ви ще расте - ще го държите по-удобно, ще го кърмите по-лесно и когато навърши месец, ще си дадете сметка, че има сериозни шансове да оживее.

Добре е през първите седмици след завръщането ви вкъщи да си осигурите помощ от някой член на семейството. Но дори ако го направите, психологическата отговорност за детето ви ще принадлежи изцяло на вас. Всяка млада майка трябва да преживее това „бойно кръщение“ през първите месеци от живота на детето. Никой не може да го стори на нейно място.

Разбира се, голяма утеха е да се поговори с други майки и да се види, че и те изпитват същите чувства. Ще откриете, че вашият случай не е единствен. Споделянето на дълбоките ви чувства с другите е добро лекарство за вас. Така че говорете с други майки, за предпочитане опитни.

Но не правете грешката да се отнасяте към съседката или към друга майка като към висш авторитет. Така именно постъпват много млади майки, когато се паникьосат. Майка, на която не би хрумнало да накара съседката да определи дали детето ѝ има заушки, очаква от нея категорично мнение по въпроса за кърменето. Опитвайте се да устоявате на този вид изкушения. Използвайте мненията на другите майки като лакмус, за да проверите собствените си чувства. Но не ги смятайте за пророчици. И никога не забравяйте, че детето ви е единствено по рода си. Това, което е било полезно за съседката и бебето ѝ, не важи задължително и за вас.

Вашето бебе е толкова единствено по рода си, колкото са пръстовите му отпечатьци

Никога няма да престана да повтарям, че бебето ви е единствено по рода си и непрекъснато ще се връщам на тази тема.

Няма нито едно същество на света, чиито пръстови отпечатьци да съвпадат с тези на детето ви. И това, което е вярно за отпечатьците му, е вярно и за цялото му същество, физиологическо и психологическо. Начинът, по който са разположени гените му, не е съществувал преди и няма да се възпроизведе никога вече. Не забравяйте това. Може би следващото сравнение ще направи нещата по-ясни. Да си представим, че всяко дете се ражда със свой собствен цвят на кожата. И че не съществуват на света две деца с един и същи цвят. Прилики, разбира се, ще има. Оранжевото бебе ще прилича повече на друго оранжево бебе, отколкото на зелено бебе. Но всяко оранжево бебе ще има собствен оттенък. По същия начин всяко ваше дете ще е различно от другите.

Когато казвам, че детето ви е единствено по рода си, разбирам, че то не отговаря на нито едно от общите описания, давани в книгите за отглеждане на децата. Ако и вие установите същото, не бързайте да заключавате, че в него има нещо анормално. Начинът, по който се храни и спи, си е негов собствен. Наистина. Не се опитвайте насила да го нагаждате към някакъв идеален образ, взет от книгите. То е това, което е, и толкова!

Вашето бебе „пише“ историята на собственото си развитие, докато расте. Позволете му да го прави. Всяко дете има собствен стил на живот, който възприема още при раждането си. Моите три деца например са напълно различни. И тези разлики проличаха още в най-ранното им детство.

Бих искал да поспрем за момент и да се опитате да разберете колко прекрасно е, че никой на света не е като детето ви. Че то е абсолютно уникално. Научете се да цените тази уникалност. Представете си, че някой велик художник е нарисувал специално за вас единствена по рода си картина. Няма ли особено да заобичате тази картина? Но, разбира се, това сравнение е слабо, за да предаде точно съвършената оригиналност на прекрасното детенце, което кротко спи в люлката си.

Като настоявам на тази оригиналност, не искам да кажа, че майчината ви роля е излишна. Точно обратното. Детето се нуждае от вас именно за да развие своята изключителност. То не може да се справи само. Има нужда да го насърчавате при всяка стъпка по този път. Ще се опитам по-нататък да ви обясня как да помогнете на детето си да развие блестящо всички страни на личността си.

Индивидуалността на детето трябва да се уважава още от раждането му. Ако съумеете да приемете начина му да се храни и спи, темперамента му и настроенятията му, докато е бебе, ще ви бъде по-лесно да се нагодите към стила му на живот през следващите етапи от развитието му.

Всъщност, искате или не, детето ви ще бъде единствено по рода си. Това ми напомня анекдота за Маргарет Фулър и Карлайл. Веднъж в момент на въодушевление Маргарет Фулър протегнала ръце и възкликнала: „Приемам света такъв, какъвто е!“ Карлайл отговорил: „Бога ми! Че как иначе!“

Същото е и с детето ви. Не можете истински да му попречите да бъде това, което е дълбоко в себе си. Защо тогава да се опитвате? Да се действа-срещу естествения стил на живот, е все едно да пхнете гаечен ключ в зъбния механизъм на машина. В стремежа си да му наложите собствения си модел на съществуване вие ще успеете само да го превърнете в изопачена карикатура на самото него. Голям товар ще падне от раменете ви, ако се откажете от опитите да създавате дете по свой образец. Оставете го да се развива естествено и свободно.

Основната задача на тази книга е да покаже, че най-прекрасният ви подарък ще бъде да му осигурите свободата да се разгърне напълно. То е единствено по рода си. Дайте му възможност да остане такава.

Различните етапи в развитието на детето ви

Преди да стигна до вашето бебе, бих искал да кажа няколко думи за децата изобщо и за различните стадии в развитието им.

Всички преминават през тези стадии. Това е едно от главните открития на специалистите по човешко поведение през последните четирийсет години.

Етапите са много по-добре разграничени през първите пет години, отколкото в следващите. Така например промените у детето между втория и третия му рожден ден са огромни в сравнение с тези, които настъпват между осмата и деветата година.

Всяко дете минава обикновено през едни и същи стадии на развитие. Но и всяко ги изживява по собствен начин и със собствен ритъм. Определен стадий ще продължи за едно дете година, докато на друго ще отнеме шест или осем месеца.

Времето за преминаване през всеки етап е различно за всяко дете. Настоявам върху обстоятелството, че етапите не могат да се ускорят. Така че не се опитвайте да го правите.

Всеки етап осигурява солидна основа за следващия, както когато се строи къща. Здравината на основите определя конструкцията на първия етаж, здравината на първия етаж - тази на втория. Събитията от живота на детето в първата възраст са показателни за онова, което ще се случи във втората. А това, което става във втората, ще ви осведоми за третата и тъй нататък.

Най-важният елемент във формирането на тази базисна структура на личността е *себепредставата*, тоест умственият образ, който детето има за себе си. То е нещо като схема на духа му. Поведението му зависи от умствените схеми, които го ръководят, като най-важната от тях е представата за самото него.

От нея зависи до голяма степен успехът му в училище (и през целия му бъдещ живот). Наскоро подложих на тест за интелигентност момче на дванайсет години. Част от теста се състоеше в събиране елементите на пъзел. То се опита, но скоро се отказа с думите: „Не мога. Много е трудно.“ Представата му за себе си му бе подсказала, че когато се сблъска с трудно преодолимо препятствие, човек се отказва.

Има деца, които се виждат през призмата на следната себе-представа: „Аз съм умен, обичан; умея да правя разни неща. Мога да опитам и нещо друго и да успея.“ Такъв е случаят с децата, които никога не създават проблеми, нито в училище, нито другаде. Тези деца могат да научат най-много.

Но има и по-различни деца, които се виждат така: „Не съм много послушен, не ме обичат, нищо не мога да правя, и най-вече - нищо ново. Тъпо е да се опитвам, защото така или иначе няма да успея.“ Това са децата, които създават проблеми и на себе си, и на околните. На тях им е най-трудно да учат.

Представата, която детето ви има за себе си, ще е главната тема на тази книга. Ще ви покажа стъпка по стъпка, че тя се оформя още в първите дни на живота и се развива през първите пет години. И ще ви обясня как може да се насърчи развитието у детето на силна и здрава себепредстава.

РАННО ДЕТСТВО

Детето ви започва да осъзнава себе си още щом се роди.

Да сравним това самосъзнание с чифт очила. На всеки от четирите етапа от развитието му до шестгодишна възраст детето прибавя ново стъкълце към очилата си. Стъкълцето, отговарящо на всеки етап, се нагажда към предишното.

Да разгледаме стъкълцата от най-ранната възраст. Този период започва с раждането и продължава до момента на прохождение. За повечето деца той съвпада с първата година. За онези, които прохождат много рано, това са първите девет месеца, а за по-бавните - първите шестнайсет.

През този период някои майки гледат детето си и си казват: „То едва ли си мисли нещо. В края на краищата бебето си е бебе. През повечето време спи. Когато се събуди, го кърмят, преповиват, къпят. Това е животът на бебето. То е още твърде малко, за да научи нещо. По-късно ще започне да седи, да си играе в кошарката и да лази, но засега е прекалено малко, за да научи каквото и да било.“

Няма по-голяма грешка. Вашето бебе съвсем не е прекалено малко, за да се учи. То започва да се учи в мига, в който се роди. Оптичната система на самосъзнанието му се е формирала още преди да си отвори очите. През тази най-ранна възраст детето ви изгражда базисното си схващане за света. От своя, бебешка гледна точка то си създава философия за живота, съставена от основните му чувства за това какво е да се живее. То изковава за бъдещата си ефективност емоционалната основа, съградена или от доверие и радост от живота, или от недоверие и неспособност за щастие.

Доверие или недоверие - дълбокото чувство, което ще залегне у детето ви, се определя от осигурената от вас среда. Тя представлява елемент от оптичната система на самосъзнанието му, през която то вижда света. Ако през първата си година се снабди с определено оптимистични очила, то ще стане възрастен оптимист. Ако, напротив, си надене песимистични очила, ще се превърне в песимистично настроен индивид.

Първата година е от абсолютно ключово значение за всички по-сетнешни етапи от психологическото му развитие. А по отношение на собствената му вселена през този период бебето напълно зависи от вас. Щом проходи, то започва да упражнява много по-голям контрол над средата си. Проговорянето ще разшири този контрол. Но докато е съвсем малко, бебето твърде слабо влияе върху обкръжението си. Какво ще бъде то, решавате почти изключително вие.

Какво трябва да му осигурите? Как да постъпвате, за да развиете максимално възможностите му? Ако вие, родителите, се научите да познавате кога основните потребности на детето ви са задоволени, то ще се разгърне напълно. Да видим какви са тези основни потребности.

От най-първостепенно значение е потребността от храна. От тази гледна точка бебето може да се възприеме главно като уста и храносмилателна система. То усеща глада като осезаема и непосредствена реалност. Още съвсем малко, да кажем на месец, се буди от мъчителното усещане за глад. Насуче ли се, отново заспива, докато неприятният глад пак го събуди. След това периодите на бодърстване се удължават - то не заспива, щом се засити. Как да се отнесем към тази хранителна потребност? Ами като я задоволим. Изглежда просто и наистина е, но обществото ненужно е усложнило едно съвсем естествено и за майките, и за бебетата действие.

Естествено или изкуствено хранене - погрешно поставен въпрос.

Проблемът с храненето още повече се обърка заради спора между привържениците на гърдата и почитателите на биберона. Жалко е, че хората реагират толкова емоционално, като се присъединяват към единия или другия лагер. Това е тема, по която се горещят лекари, медицински сестри, детегледачки и обкръжението им. Така понякога се насажда чувство за вина у майките, които не кърмят бебето си. Хората казват: „Кърменето е измислено от природата.“ Забележка, според мен толкова смислена, колкото и следната: „Ако Бог искаше хората да летят, щеше да им даде крила.“

На препирнята може да се сложи край чрез следното твърдение: не съществува нито едно научно доказателство, че единият от двата метода е по-благоприятен за детето във физически или психологически план. Вие сте тази, която ще изберете предпочитания от вас метод.

Но ако се спрете на храненето с биберон, гледайте да притискате детето към себе си и да го галите точно както бихте правили, ако го кърмехте. Впрочем и тук не става дума за строго правило. Бебето ви не се излага на никакъв психологически риск, ако случайно му дадете биберона набързо. То просто се нуждае от физически ласки, все едно дали го кърмите или не.

Да се подчиним ли на желанията на детето, или да му наложим строг режим?

Да преминем сега към главния въпрос и за тези, които изберат кърменето, и за тези, които предпочетат биберона -кога да се храни детето? Въпрос, на който най-естествено би трябвало да се отговори: когато е гладно. За беда нашата цивилизация е успяла излишно да усложни този прост и очевиден отговор.

През двайсетте и трийсетте години много хора смятаха, че е добре да се създават навици у децата винаги когато е възможно. И голяма част от обучението се състоеше според тях в това да се привикне възможно най-бързо детето към строг дневен режим. Така лекарите наложиха хранителен ритъм на-три или четири часа. Майката трябваше да кърми точно на такива интервали. Този ужасен режим нарушаваше един от основните принципи на отглеждане на психологически здрави деца - уважението към тяхната индивидуалност.

Всяко дете е уникален индивид, който изпитва необходимост да се храни според собствения си ритъм. Как сме могли да си помислим, че е възможно да наложим външен ритъм, да въведем веднъж завинаги определен режим, който да подхожда на всички бебета? Да привиквате детето си на три или четири часов ритъм е по дефиниция неправилно. Логически е невъзможно той да подхожда на бебето ви. Не само защото то е различно от другите, но и защото собствените му потребности от храна се променят.

Какво става с бебе, хранено под час? Когато е гладно, то се чувства лишено от всичко. Гладът, такъв, какъвто го изпитва бебето, доминира над всичко останало. Усещането за глад е всеобемашо. Бебето не приема никакво отлагане - то има нужди да се нахрани. Като възрастни повечето от нас никога не са изпитвали глад, подобен на бебешкия. Може би бихте получили известна представа, ако ви кажа, че половин час очакване на храна за бебето е равностоен на три дни за нас.

В повечето случаи бебето не се церемони. Когато е гладно и вие не му давате да яде, то привлича вниманието ви към глада си по единствения познат му начин - като плаче.

Колкото повече време минава и не го хранят, толкова по-яростен става плачът му. Все едно че ви казва: „В какъв свят съм се озовало? Седя тук и плача, викам, казвам и повтарям, че съм гладно, но никой не ми дава да ям!" И с течение на минутите плачът променя природата и тона си - вместо високо и ясно да изразява потребността от храна, той става гневен и отчаян. Сега вече бебето иска да каже: „Бясно съм. Мразя ви и вас, и целия свят. Мразя ви, защото не ми обръщате внимание, не откликвате на зова ми за помощ!"

Ако се налага на бебето строг хранителен режим, то постепенно открива, че колкото и да плаче, резултатът е никакъв. Точно когато е гладно, не му дават нищо за ядене. На тази ситуация то може да реагира гневно, а може и да стане аморфно и апатично, сякаш е изоставило всяка надежда да види нуждите си задоволени. Така бебето се научава да потиска

гнева си и да го замества с ужасяващо примирение. Но което и да избере - постоянния гняв или апатичното примирение, детето усвоява едно и също базисно недоверие към живота. Как да го укорим? За него животът се превръща в омразна действителност, в начинание, което носи само разочарование.

Обществото ни най-сетне започва да забелязва ужасните недостатъци на храненето под час. Все повече лекари решават да препоръчат - и все повече майки да прилагат - онова, което сега наричаме хранене по желание. Този метод се основава на нещо, което би трябвало да се подразбира, толкова е ясно - бебето само ще ни каже, че е гладно, когато се събуди и разплаче.

В по-късните периоди на много майки им се налага да се борят срещу неразрешими проблеми, свързани с храненето на децата им и неоправдани от психологическа гледна точка.

Проблемите с храненето почти винаги възникват, защото някаква принуда, противоположна на естествените потребности, е била упражнявана било през първата година, било на тригодишна възраст. В края на краищата родителите имат един голям съюзник в храненето на децата си - техният глад. Ако уважаваме индивидуалността на детето и задоволяваме биологичните му нужди, не би трябвало да има никакъв проблем с храненето.

Родителите следва да се съобразяват е индивидуалността на децата си още от раждането им. Но често това не е така. Инциденти като следния са за съжаление доста разпространени. Преди близо час и' половина бебето е била нахранено и е заспало. Но се събужда с плач. Майката е склонна да мисли: „Защо плаче сега? Няма как да е гладно, тъй като скоро го кърмим.“ Откъде знае? Може ли да се постави на мястото да бебето си и да каже гладно ли е или не? Защо да няма как да е гладно? По този въпрос майките от първобитните племена проявяват по-голяма мъдрост и кърмят бебето си, щом се разплаче или стане неспокойно. Така че, ако бебето ви проплаче, нахранете го. Дайте му гърда или биберон. Ако покаже, че не иска храна, плюейки или по друг начин, ще знаете, че не е гладно и плаче по друга причина.

Най-важното, с което можете да помогнете на детето си да придобие доверие в себе си и в света - основно условие за изграждането на здрава и силна себепредстава — е да го храните, когато е гладно. Бебе, което кърмят, когато плачът му показва, че е гладно, си мисли: „Колко е хубав животът, колко е хубаво да те хранят, обичам топлината на мама, която ме прегръща и ми дава цицка или биберон. Светът е наистина сигурно и приятно място, след като ми дават да ям, когато съм гладно. Знам, че всичко е наред с мен и с всичко наоколо.“

Втората основна потребност на детето е топлината. За това едва ли има смисъл да се говори, тъй като 99% от майките добре обличат бебетата си и ги пазят от настинка.

Третата основна потребност е сънят. Нея бебето съвсем естествено задоволява само. То спи толкова, колкото е необходимо. Когато се наспи, се събужда. И все пак няколко думи за навигацията му и за ритъма му на сън биха могли да се окажат полезни.

Не е наложително къщата да е тиха и спокойна» когато бебето спи. Всички познаваме майките, които ходят на пръсти и се втурват към вратата, за да прошепнат на гостите: „Шт! Бебето спи!“ Това наистина не е нужно. Всъщност, ако полагате прекалени усилия, за да пазите тишина, можете така да обучите детето, че с течение на времето изкуствената липса на шум да му стане абсолютно необходима, за да спи добре.

Така че вършете, каквото имате да вършите, докато детето спи, и не се колебайте, ако желаете, да пуснете радиото или телевизията в съседната стая.

Бих искал тук да добавя, че разпределението на часовете за сън при детето е съвършено различно от това на възрастните. Докато е съвсем малко, бебето заспива веднага, щом се насуче - твърде удобен за вас навик. Но постепенно то започва все по-дълго да остава будно след кърмене; това не пречи особено през деня, но може да ви натези посред нощ. След хранене през нощта вие бихте искали отново да заспите, защото трябва да ставате рано. Обаче бебето не знае нищо по въпроса. То е заситено, щастливо, доволно и няма желание да заспи веднага. Исква малко да си поиграе и да пободърства.

Случва се също бебето да се събуди и да се разплаче посред нощ неизвестно защо. Нищо чудно да има колики или да го боли стомахчето. Вие нищо не можете да направите. Установявате дори, че макар да го взимате на ръце и да го галите, не успявате да го утешите. То плаче, та се къса и ето че двамата със съпруга ви, умрели за сън, отчаяно се опитвате да го успокоите, за да можете отново да си легнете. В такива мигове откривате, че цивилизацията е само тънък пласт лустро върху повърхността на примитивното същество, което дреме у вас. В душата ви се надига гняв срещу бебето, желание да го разтърсите, да го ударите, да изкрещите, за да го накарате да млъкне: „Престани! Нали трябва да спим!“

Тъй като никой не говори на родителите за тези моменти, много от тях се чувстват ужасно виновни, че изпитват такива емоции. Всъщност, ако ги изпитвате, вие сте напълно нормални баща и майка. Именно ако ги изпитвате. Но ако загубите самообладание, ако ударите детето, тогава трябва да се обърнете към лекар. Нормално е да се чувствате нещастни и бесни при такива обстоятелства, но сте длъжни да контролирате действията си.

Детското столче може да се окаже полезно за бебето ви. То служи не само за да го пренасяте до колата или от стая в стая, за да ви е пред очите, а позволява на самото бебе да заеме различно положение. Понякога, когато бебето не успява да заспи легнало в люлката си, то е способно да се унесе в пет часа сутринта в детското си столче. И все пак не забравяйте, че какъвто и да е ритъмът на сън и на бодърства-не на бебето, разликата между неговите и вашите навици винаги ще ви пречи и ще ви причинява неприятности.

Ангарията на пелените

Друга основна потребност на бебето е да се отърве от отпадъците на тялото си (урината и изпражненията). Нея то също задоволява само. Няма да имате никакви грижи по този повод, ако не направите грубата грешка да се опитвате да го „приучите на чистота“ още през първата година от живота му.

Възможно е самите вие да сте били така „приучвани в детството ви и да се ужасявате от мръсните пелени. Те могат да ви се струват противни и смрадливи. Ако случат е такъв, опитайте се да не предавате тези чувства на бебето си. То не изпитва отвращение към отпадъците на тялото си. Ако му внушите вашето, само ще усложните в бъдеще придобиването на навици, свързани с чистотата. Заради собственото си отвращение много майки смятат, че и бебето изпитва такова към изцапаните или мокри пелени; затова бързат да ги сменят. Спокойно можете да не се безпокоите толкова за смяната на пелените. Стига да не е в студено помещение, бебето не се смущава от това, че е наакано или напишкано. Заявявам го изрично, за да не се чувствате длъжни да го преповивате нощем, когато спи.

Но не ме разбирайте погрешно. Не става дума системно да оставяте бебето си с мръсни пелени и да предизвикате зачервяване или раздразнение на кожата му. Това, което се опитвам да подчертая, е, че повечето родители могат по-спокойно да се отнасят към преповиването.

Потребността от физически контакт

Следващата основна потребност е от ласки или от онова, което д-р Хари Харлоу нарича „утехата на физическия контакт“. Бебето ви не може да знае, че го обичате, ако не му покажете обичта си физически, тоест като го прегърнете, като го погалите, като го залюлеете, като му говорите и му пеете песнички.

Това е научно доказано чрез опити с животни. Д-р Хари Харлоу е извършвал наблюдения върху маймунски бебета, отгледани от манекени, покритие хавлиена материя и с вградени биберони. Макар маймунчетата да били добре хранени, те не получавали необходимата доза утеха чрез „физически контакт“ - с тях нямало майки маймуни, които да ги галят и да им дават други физически доказателства за любов. В зряла възраст тези маймунчета станали непригодни за социален живот. Били неспособни да се съешават с индивиди от другия пол и демонстрирали странно поведение, подобно на онова, което се забелязва у-хората с психози.

Немислимо е, разбира се, да правим такива опити с човешки бебета, да ги лишаваме от утехата на „физическия контакт“, за да видим как това ще им се отрази като пораснат. Разполагаме обаче с резултатите от подобен злощастен „опит“, извършен по съвсем други причини през XVIII век. Той представлява драматична илюстрация на разглежданата тема.

Фридрих II Пруски искал да открие „първоначалния език“ на човечеството. Мислел, че това може да се направи, ако се отгледат бебета, на които никой не говори.

Разсъждавал така: когато започнат да се изразяват, отгледаните по този начин бебета ще заговорят на първо началния език на човечеството. И наредил на кърмачки и бавачки да хранят децата, да ги къпят и мият, но да не им продумват. Мислел, че когато проговорят, то ще е на староеврейски или гръцки, или латински. Така смятал да открие езика на първите хора. Но за беда всички деца измрели, вероятно поради липсата на физически ласки и майчина нежност, които биха получили, ако на кърмачките и бавачките било разрешено да им говорят.

Наблюденията над деца, отгледани в благотворителни заведения, също са показателни. Макар бебетата там да са задоволително хранени, персоналът няма време да ги гали и да им осигурява майчини ласки. Установено е, че децата, израснали в стерилната и нестимулираща атмосфера на сиропиталищата, са в различна степен психологически изостанали в развитието си.

Така че, когато имате желание да галите и люлеете бебето си, да му пеете песни и да играете с него, послушайте инстинкта си. Вземете го на ръце! Целунете го! Хиляда пъти го притиснете до себе си, ако ви се иска! Не, няма да го разглезите прекалено, това просто е начинът да му покажете, че го обичате.

Първият му човешки контакт

Досега говорих за основните потребности на бебето като за отделни, несвързани едно с друго неща. Но това не е така, защото всъщност вие се опитвате да ги задоволите всичките едновременно, вие, майката, макар и подпомагана от бащата и евентуално от други възрастни. Иначе казано, обикновено едно-единствено лице се грижи изцяло за бебето. И като прави това, въпросното лице, тоест майката, задоволява и първите му афективни потребности.

Вие, майката, помагате на вашето бебе за първи път да влезе в контакт с друго човешко същество. Така се създава основата на отношенията му с всички индивиди, които ще срещне през живота си. Ако се разбира добре с вас, ако усеща, че наистина се грижите за него и за потребностите му, то ще изпитва чувство на изконно доверие в света, ще намира, че в него е приятно да се живее. Ако доставяте на бебето си човешката топлина, за която стана дума, в края на първата година то ще притежава солидна основа за изграждане на добра представа за себе си и ще е изпълнено с оптимизъм и вяра в живота.

Интелектуалните потребности

Бебето ви има не само афективни, но и основни интелектуални потребности. И за да ги разберете, не е зле да сте наясно относно начина, по който то възприема света. Никога не бива да забравяте, защото това е много важно, че за вашето бебе светът е като филм, чийто образ се фокусира постепенно.

Например, когато седате на стол, за да четете, вие прекрасно знаете, че столът, на който сте седнали, или книгата, която четете, или лампата до вас не са „вие“. Бебето ви не знае това. Първоначално то не прави разлика между „аз“ и „не-аз“ във своята вселена.

За възрастния подобна реалност е трудна за възприемане; ние сме преживели много години, през които съзнанието за „аз“ и „не-аз“ в заобикалящата ни вселена всекими-нутно се е упражнявало. Трудно ни е да приемем, че в началото за нашето бебе не съществува такова нещо като „аз“ или „мен“. Седмици му са нужни, за да започне да осъзнава „аз“-а си. Понякога това осъзнаване се проявява по забавен начин - неколкомесечното бебе очаровано забелязва, че именно неговият-„аз“ си мърда пръстите на ръцете или краката. Открива също, че може да ги размърда винаги, когато пожелае. Не след дълго ще имате вече едно сияйно бебе, което ще седи на дупето си, ще мърда пръстите си и ще се опиянява от съвсем ново чувство за могъщество.

Важно е да се разбере тази постепенност в „зараждането“ на бебешката вселена; важно е да знаете, че ако осигурявате на бебето си подходящи интелектуални стимули, вие помагате на вселената му да се формира. Или, по думите на швейцарския психолог Пиаже: „Колкото повече детето вижда и чува, толкова повече иска да види и чуе.“

Наблюденията на д-р Уейн Денис в три тежерански сиропиталища осветляват този въпрос по драматичен начин. В първото сиропиталище бебетата били приемани, преди да навършат един месец. Почти непрекъснато ги държали в индивидуални люлки, легнали по гръб върху меки дюшеци; никога не ги изправяли или обръщали, докато не се научели сами на това. Сменяли им пелените, когато трябвало, и ги къпели веднъж на два дни. Давали им мляко с биберони, монтирани в люлките, като само от време на време медицински сестри ги хранели лично с полутечна храна. Нямали играчки. Накратко, светът, в който живеели, бил едва ли не изцяло лишен от сензорни и интелектуални стимули.

Когато тези бебета навършили три години, те били прехвърлени в друго сиропиталище, което предлагало същия тип атмосфера и среда. Д-р Денис установил, че по-малко от половината деца могли да седят между първата и втората си година и че нито едно не умеело да ходи. (За сравнение ще припомним, че почти всички нормални деца, отгледани от родителите си, седят сами към деветмесечна възраст и прохождат на около година и три месеца.) Измежду -навършилите две години по-малко от половината успявали да се изправят, като се хванат за нечия ръка или за някой стол. Проходилите не достигали и десет процента. Д-р Денис открил също, че едва 15% от тригодишните деца във второто сиропиталище се били научили да ходят.

При едно следващо проучване в бейрутско сиропиталище д-р Денис наблюдавал развитието на група бебета на възраст от седем месеца до една година, нито едно от които не умеело да сядат, като приложил спрямо тях програма на системно сензорно стимулиране. По един час дневно той ги вдигал от люлките им и ги пренасял в съседна стая. Тук ги настанявал в малки столчета и им давал да гледат и пипат разнообразни предмети: цветя, книжни пликове, парчета оцветен дунапрен, капаци от метални кутии, пластмасови мухобойки, ярки бурканчета, шарени панички, пластмасови шишенца и Метални пепелници. През това време никакъв възрастен не се занимавал с децата, никой не им помагал да си играят с предметите, което би направило стимулирането още по-ефикасно..

Но дори при това твърде ограничено стимулиране от един час дневно всички бебета бързо се научили да седят без чужда помощ. Отначало някои доста се колебаели, но накрая всички започнали да си играят с голямо удоволствие с предоставените предмети. По време на опита бебетата ускорили четирикратно средното си развитие. Такъв бил непосредственият резултат от сензорното стимулиране чрез игра, при това без да се използва стимулът, какъвто би могло да представлява участието на възрастни в играта.

До същите заключения водят наблюденията върху развитието на деца, чиито родители са бедни и заемат ниско обществено положение, сравнени с децата от относително заможни семейства. На три-четири годишна възраст децата, произлезли от средната класа, имат много по-високо ниво на знания и интелигентност в сравнение с децата на бедни родители. Защо? Защото децата от средните класи получават по-голямо сензорно и интелектуално стимулиране дори в първите си месеци. Те имат достъп до повече разнообразни предмети, с които да си играят. Техните майки им осигуряват тези предмети, разрешават им да боравят с тях, насърчават ги в експериментирането, като едновременно им говорят.

С две думи, старото схващане, че всяко дете идва на света, надарено с определен интелектуален капитал, не устоява на доказателствата от най-новите научни изследвания. Резултатите от тях показват, че детето получава в наследство известен максимален потенциал от интелигентност, който виртуално може да достигне, когато порасне. За едно дете максималният потенциал е потенциалът на гения; за друго е средната интелигентност; за трето степеня на максимална интелигентност е под нивото на средната. Но дали ще достигне до собственото си ниво на максимална интелигентност до голяма степен зависи от сумата на сензорни и интелектуални стимули, получени през първите пет години от живота му.

Виждате следователно колко е важно да осигурите на бебето си сензорно и интелектуално стимулиране. Давайте му предмети, с които може да си играе, които ще насърчат развитието на сетивата му - зрението, слуха, обонянието и т. н. Нека разполага с предмети, които да опипва, смуче, дъвче, разглобява.

И най-обикновените неща въщи могат да свършат работа - парчета чист плат, които да мачка и хапе; пластмасови шишета и чинии, които да стиска и с които да удря; щипки за пране и халки, за да си чеше венците; целофан, празни картонени кутии и кухненски съдове. Списъкът може да се продължи. Като се има предвид, разбира се, че бебето всичко слага в устата, гледайте да не си играе с дребни предмети, с които да се задави.

Производителите на играчки също предлагат многобройни хитри изобретения! Поспрете у търговеца на играчки, за да купите дрънкалки и обръчи за люлка. Снабдете се с предмети за окачване над количката или креватчето на детето; със система от халки и хоризонтални пръчки, които бебето да хваща, за да се изправя; или пък с аквариум от прозрачна пластмаса с рибки, които да поставите до леглото.

Можете и сами да измайсторите играчки за сензорно стимулиране. Всякакъв цветен предмет, с който може да се борави и който е достатъчно голям, за да не навреди, става за игра. Поразровете къщата си, идете на пазара или в универсалния магазин, все ще намерите нещо подходящо за детето си.

Но не забравяйте най-добрата играчка, тази, която бебето предпочита пред всяка друга - родителя, майка или баща. Говорете му и си играйте с него колкото искате. Непременно му говорете. Много майки повиват, хранят или къпят бебето, без дума да отронят. А защо да не се възползвате от тези възможности, за да му говорите? Разказвайте му какво правите в момента. То, естествено, няма да ви разбере, но звукът на гласа ви ще стимулира сетивата и интелекта му.

Какво да му говорите? Всичко, което ви дойде наум. Например: „Дойде време за къпане, бебенцето е доволно. Дали водата му харесва днес?" Или: „Сега ще сменим пелените! Ще махнем старата пелена ей така, ще сгънем новата ей така, ще увием бебето ей така и ще закопчаем безопасната игла. Готово." Всяка майка разполага със собствен репертоар от думи и песни.

Когато вие или съпругът ви пеете или говорите на бебето, или издавате звуци, за да го забавлявате, когато го люлеете или си играете с него, вие му осигурявате сензорно стимулиране, което ще ускори интелектуалното му развитие. А и самите вие изпитвате голямо удоволствие. Много родители не умеят да си доставят тази радост. За тях „кротко бебе" е спокойното бебе, което не изисква много грижи, така че майка му да може лесно да си гледа домакинската работа и другите деца. „Кроткото бебе" бива лишено от сензорното стимулиране, което би му позволило да се развие и да достигне максималния си потенциал на интелигентност.

Не изпадайте обаче в другата крайност. Не смятайте, че сте длъжни да си играете с бебето във всеки миг, когато не спи. Дори ако имате домашна помощница и нямате друго дете, едва ли ще ви се иска непрекъснато да се занимавате с будното бебе. Нека играта не бъде за вас задължение, а удоволствие. Говорете му, играйте си с него, галете го, когато имате желание за това. Така то ще обикне присъствието ви и вие неговото.

Общ поглед върху ранното детство

Бих искал сега да направя един бегъл преглед на развитието на бебето ви през ранното му детство, тоест през първата година от живота му. Преди това обаче държа да ви препоръчам една книга, която описва подробно развитието на детето през първите пет години. Тя

е резултат от наблюденията, извършени над милиони деца от д-р Арнолд Гезел и асистентите му от Клиниката за детско развитие в Йейл. Този труд е истинска енциклопедия на първите пет години и мисля, че родителите трябва да си го набавят. Той се нарича „Малкото дете в съвременната цивилизация“, защото точно това е изследваната тема. В него се описва животът и поведението на едномесечното бебе и се проследява развитието му до петгодишната му възраст.

Тази книга може да е особено полезна за отглеждането на първото ви дете. Всички родители опознават децата, като експериментират върху първото от тях. Понякога си мисля, че нямаше да е зле, ако можехме да използваме първото си дете като „опитно зайче“ и да започваме от нулата с второто, когато вече знаем много повече (сигурен съм, че и на вас ви е минавала през ума тази мисъл, особено ако с първото дете ви е било много трудно). Д-р Гезел ви дава възможност „да имате първо дете преди първото дете“. С други думи, да откриете какво представляват децата и какво можете да очаквате от тях в различните стадии на развитието им. Нека моят кратък преглед на въпроса не ви спестява прочита на детайлните изследвания на този лекар.

Сметнах за по-удобно да разделя ранното детство на периоди от по три месеца, като все пак ви напомням, че става дума за произволно делене. Искам да ви дам обща представа за растежа и развитието на детето ви през тези периоди и да ви предложи подходящи средства, за да му осигурите чрез игри най-добрата среда, способна да насърчи интелектуалното му развитие.

Първите три месеца

Многобройни проучвания са показали, че новородените ясно се различават едно от друго по своята пасивност или агресивност, по чувствителността си към светлината, звука, допира, по нетърпението да хванат гърдата или биберона, по темперамента, мускулния тонус, кръвната група и хормоналното равновесие.

Моите двама сина например съвсем не изразяваха еднакво глада си. Когато Ранди, големият, се събуждаше гладен, той обявяваше това с пронизителен вой, който се чуваше чак в съседните къщи, и не спираше да реве, докато не налапаше биберона. Ръсти, по-малкият, се държеше другояче. Той отваряше очи и весело си играеше сам в продължение на няколко минути. Едва след това ни съобщаваше, че е гладен. „Съобщението“ напомняше за онези будилници, които отначало тихичко пропяват, но ако не откликнете на първия им дискретен знак, започват оглушително да звънят. Ръсти хленчеше и се разплакваше сериозно само ако не му обърнехме внимание.

Значи имаме работа с две деца, две момчета с едно и също генетично наследство, но твърде различни още от рождение по психологическите си характеристики и схемата на поведението си.

И вашите деца ще бъдат различни едно от друго. Уважавайте индивидуалността на всяко от тях. Нито едно няма да отговаря точно на поведенческата схема, предвидена за определена възраст или степен на развитие. Без да забравяте, че вашето бебе е абсолютно уникално, нека преминем все пак към едно общо описание на бебето през първите три месеца от живота му.

Новороденото прекарва по-голямата част от времето си в сън; понякога то спи по двацет часа в денонощието (но и това може да не важи за вашето бебе). Общо взето през първите три месеца бебето е спокойно и пасивно; то още не може да си вдига главата, да се обръща (освен случайно), нито да мърда палеца и пръстите си поотделно. Възприема света като нещо огромно, подвижно и шумно. Макар почти веднага да започва да се вглежда в лицата, то все още не ги различава едно от друго. Иначе мозъкчето му регистрира учудващ брой неща. Наскоро проведените изследвания на д-р Робърт Фанц показват, че новороденото ясно долавя добре очертаните зрителни обекти. То по-дълго задържа погледа си върху черно-белите силуети, отколкото върху цветни петна без определен контур; схематичните линии на човешкото лице привличат вниманието му повече, отколкото някоя безредна композиция от подобни линии. От своя страна Д-р Луис Липсет е доказал, че дори в първия си ден бебето различава определен брой звуци и разнообразни миризми и бързо придобива рефлексии спрямо тях, ако се повтарят.

Резултатите от подобни изследвания свидетелстват, че вашето новородено регистрира в мозъка си онова, което чува, усеща и вижда. То може да изпитва удоволствие от някои усещания още с раждането си, а вие можете да си играете с него, щом стане способно за това. Не в смисъл да го подхвърляте във въздуха и да си играете на криеница, а като оставате на неговото ниво, което все още е много примитивно.

Започнете да си играете с бебето си, като развивате слуховите му способности. Малките бебета имат много чувствителен слух и се стряскат от силни и внезапни шумове. Но им е приятно да слушат говор и тиха песен. Спират да плачат, когато чуят шум от стъпки. Така че използвайте тези магически врати - ушите на вашето бебе.

Говорете му и му пейте песни. Издавайте забавни звуци. Свирете на различни музикални инструменти. Карайте го да слуша разнообразни звуци като биенето на стенен часовник, тракането на метроном или звъна на лъжичка в чаша.

Може да ви се стори, че когато правите това, в мозъка му не се случва нищо, но всъщност всички тези звуци се записват в него. Вие му осигурявате положителен сензорен стимул.

Кожата е друг привилегирован обект на стимулиране. Бебето обича да го докосват и галят. Масажирайте го лекичко пет минути преди или след баня. Но не и ако считате това за досадно задължение. Само ако ви е приятно.

Правете **му**, гимнастика чрез малки телесни игри, които да засилят мускулния му тонус. Когато е легнало по гръб, опънете ръчичките му встрани, после ги свийте на гърдите. Повторете това просто движение няколко пъти.

Вдигнете крачката му и леко ги раздвижете, все едно че кара колело. Щом разбере за какво, става дума, бебето ви ще започне да се смее или да се усмихва, особено ако придружавате упражненията с ритмична песен или забавни звуци.

Осигурявайте му сензорно стимулиране и чрез очите. Люлката е вселената на бебето, а колко тъжна е тя понякога! Как бихте понесли да живеете в къща или апартамент с четири голи стени, без нищо да нарушава това печално еднообразие? Развеселете люлчината вселена на бебето ви с визуални стимули. Вземете парчета плат, хартия или пластмаса с ярки цветове и необичайни форми и ги закачете отстрани или над люлката. Купете висулки или ги направете сами от фолио, хартия, картон, цветни копчета или каквото и да е друго и ги окачете на връв

или въженце. Повечето майки разполагат висулките над главата на бебето, което е погрешно през първите шест седмици от живота му. През това време то лежи по гръб с обърната надясно или наляво глава. Така че висулките трябва да се намират вляво или вдясно от люлката. Чак на месец и половина бебето ще - придобие психологическа способност да насочва главата си и да обръща погледа си към тавана.

Много е важно също да не оставяте бебето си непрекъснато в люлката му. Взимайте го на коленете си от време на време, за да разгледа нещата под различен ъгъл, или го настанете в детско столче в друга стая, за да види какво става наоколо. Някои майки предпочитат да носят бебето в раничка на гърба си, докато си гледат работата. Идеята не би харесала на всички, но ако ви допада, ще ви позволи да предложите на малкото интересни визуални ъгли.

И така, вие говорите на бебето си и му пеете песни, но то регистрира всичко това твърде пасивно и не ви отговаря по никакъв начин. Навърши ли два месеца, ще забележите, че нещата са се променили. Ще откриете, че малкото започва да прави усилия да ви „отговори“, когато общувате с него с думи или издавате смешни звуци. Че отваря уста, сякаш се опитва да каже нещо. По-късно от това ще произлезе типичния „разговор“, съставен от безсмислени звуци, което всяко бебе води с майка си.

На тази възраст усилията на детето да ви отговори са свързани и почти съвпадат с друг важен етап от развитието му - хващането, ръководено от зрението, едно от първите големи открития, които прави бебето в овладяването на вселената си. Този етап настъпва в момента, когато то е придобило способност едновременно да види даден предмет, да го достигне и докосне - действие, което му отваря вратите на нов свят.

Можете да насърчите появата на тази способност на около двумесечна възраст чрез изработена от вас проста и евтина система. Вземете най-малките детски чорапчета, които можете да намерите; те трябва да са ярки - алени или жълти например. Срежете върховете им и направете отстрани дупка, през която да мине палчето на детето. Наденете ги на ръцете му така, че пръстите му да излизат навън. Ето че сте му направили шарени ръкавички без пръсти.

Отначало, когато си мърда ръцете, то не си дава сметка, че те му принадлежат. Като му наденете шарените ръкавички, вие му позволявате да осъзнае този факт много по-рано, с което насърчавате развитието на хващането, управлявано от зрението.

Предлагам ви да сторите и още нещо, за да обогатите зрителната му вселена. Замисляли ли сте се колко е еднообразен светът за бебе, което преповиват? То лежи по гръб и пред вдигнатите му нагоре очи се разкрива доста тъжна гледка. Поставете огледало от едната си страна, за да може бебето да вижда вашите и своите движения, докато го преповивате или къпете. Това ще засили интереса му към заобикалящия го свят.

Но бебето ви има нужда не само от свят, който го интересува, а и в който участва. Трябва да го научите, че може да върши някои неща, които въздействат върху околната действителност. Вече споменах за необходимостта да му говорите и да му пеете. Също толкова важно е и да отговаряте на звуците, които издава. Детето ви започва много рано в живота да си играе със звуците. Когато се прозява или бърби нещо нечленоразделно, отговорете му със същия звук, ще му доставите удоволствие. По този начин то получава отклик от околната среда и това му харесва. Реагира като дете на нова играчка. Желаете да произнася тези звуци, за да му отговорят отново.

Бебето ви има голяма полза от подобен обмен. Така то се учи да върши неща, които въздействат върху вселената му. Схваща, че живее в свят, в който може да участва. Този урок ще му помогне от най-ранна възраст да добие доверие в себе си и желание да се изразява по своя си примитивен начин.

Има и друго просто средство,, което би породило у бебето ви чувство за участие/Можете да го измайсторите сами от парчета плат. Зашийте парцалчета от различна тъкан върху гумирано каре плат с около шейсет сантиметра страната. Бебето ви ще опипва парцалчетата и ще усеща различията им. Допирът до разнообразните материји ще промени опита му за света и ще го насърчи да продължи да го изследва и да изтръгва от него отговори.

А ето и още един начин да дадете на детето представа за свят, в който участва. Вземете ластик или въже и закачете на него безопасни предмети: лъжици, дрънкалка или например пластмасова гривна. Избягвайте дребните неща, които може да лапне и да се задави с тях. Завържете съкровищата точно над него, така че да ги достига. Уверете се, че ластикът или въжето са достатъчно здрави и дебели, та да не могат да се увият около ръцете или краката му и да прекъснат кръвообращението му. Не използвайте конец.

Като си служите с подобни „фокуси“, вие обогатявате личността на вашето бебе, осигурявате му непрекъснато развитие, тъй като го поставяте в контакт с различни предмети и различни ситуации. Научавате го, че като въздейства над онова, което го заобикаля, получава съответен отговор.

Създавайки за бебето си ситуации, в които то разбира, че може да окаже влияние върху околната действителност, вие играете особено важна роля на този стадий от развитието му.

От три до шест месеца

Третият месец бележи момент на преход.

В началото му бебето се опитва да достигне предметите. Това движение сочи преминаването от пасивно и непроизволно поведение към активно боравене с нещата и изучаване на околната среда.

През първите три месеца новороденото изследва вселената с очите, ушите и, разбира се, с устата си, когато суче. Оттук нататък ще я изследва с ръцете си. Ще започне да проявява онова, което д-р Гезел нарича „жажда да пипа“. Бебето обожава да хваща и опипва предметите, да борави с тях. На около четири месеца ръцете му придобиват голямо значение. Дотогава е открило благодарение на зрението си, че предметите имат форма и цвят. Ето че сега започва да установява чрез ръцете си, че предметите имат и други качества - мекота, твърдост, консистенция.

Ученият, който изучава физическия свят, не е по-жаден и любопитен от четиримесечното бебе, опитващо се да разбере дали предметите, които може да хване и държи, са твърди или меки, грапави или гладки, сухи, влажни или пухкави. Така че дайте му възможност да провери. Поставете в близост до ръката му различни предмети и го оставете да ги опипва, докосва и мачка. Парчетата плат, които сте приготвили, ще бъдат особено оценени.

Точно на тази възраст бебето започва всичко да слага в устата си. Всъщност устата се явява един от главните сетивни органи, чрез които бебето проучва своята вселена. И това продължава години наред. Все едно; че малкото си казва: „Няма да разбере истински на какво прилича това нещо, ако не си го сложа в устата.“ Затова е много важно на този стадий да гарантирате максимална сигурност на средата му. Ще трябва да отстраните чупливите висулки и красивите остри предмети, които би могло да лапне (те бяха отлични за визуалното изследване от предишните месеци). Сега му дайте здрави предмети, които не може да глътне и с които не може да се задави.

Точно сега дрънкалките стават актуални. Идете в магазин за играчки и купете най-различни. Има една играчка, предназначена за по-големи деца, която бебетата между три и шест месеца обичат да хапят и опипват - това е еластичната гумена кукла, която се извива на всички страни. Гумените играчки, които се стискат, също добре подхождат за тази възраст. Но внимавайте с онези, които имат металическа свирка - тя може да бъде изтръгната или да се откъсне при употреба и детето да се задави с нея.

После идва моментът, когато детето ви иска да си играе с меки на питане играчки или кукли, които да гали. Внимавайте със стъклените очи - току-виж ги изскубнало и ги натикало в устата си. И тук има опасност от задавяне. Можете да купите „кукли за галене“ от магазина за играчки. Или сами да измайсторите такива. Миещата се повърхност направете от стари кърпи за лице или от гумирана материя. Парчета гума, дунапрен или дори някой стар найлонов чорап ще ви послужат за гарнитура.

Не се ограничавайте с магазина за играчки - обиколете и щанда с предмети за домашни любимци! Гумените кости и хлопките забавляват бебето не по-малко от кученцето.

Възрастта, в която бебето може да се постави в кошарка, е някъде между три и четири месеца, преди да се е научило да сяда, преди да е започнело да пълзи и да е осъзнало свободата, която предлага обширната повърхност на пода. Ако го сложите в кошарка по-късно, то може да я възприеме като затвор. Разположете кошарката там, където работите, в дневната или кухнята, там, където бебето по-добре ще се възползва от компанията ви и ще гледа какво става около него. А може и да си стои в нея далеч от вас и само да се забавлява с играчките си.

От шест до девет месеца

Към шестмесечна възраст бебетата започват ясно да изпитват онова, което се нарича безпокойството на новороденото. През първите шест месеца вашето бебе е добило точна представа за всичко, което му е близко, за лицата и хората около себе си. Сега съзнанието му е достатъчно развито, за да различава хора и неща, които не са му близки и следователно са му непознати. На тази възраст бебето трябва много постепенно да влиза в контакт с лице, което не познава. Не го поставяйте внезапно в нова ситуация. Ако при запознаването се плаши или се разплаква, вашето бебе ви казва, че го е страх. Дайте му време, повече време.

На тази възраст то желае да гука и да издава различни звуци. Обменът на лишени от смисъл звуци, започнал на два или три месеца, се превръща в установена и стройна система на словесна игра с вас. Първият зъб се появява обикновено към седмия месец. Растежът на зъбите е придружен от неустойима нужда да се хапят предметите, затова на бебето му трябва играчки, които да стиска между венците си.

Все в този период между шест и девет месеца детето се влюбва в повторението. То обожава да повтаря нещо, докато не усети, че го е овладяло напълно. Например да удря и пак да удря някакъв предмет в масата или в облегалката на столчето си. Възрастният бързо се уморява от това повторение и му е много трудно да разбере радостта, която то носи на малкото.

От шестия месец нататък бебето започва да открива удоволствието от подражанието. През цялото му детство подражанието ще остане една от най-мощните социални пружини. Шестмесечното бебе имитира жестовете на родителите си, като например изтрива масата с гъба; имитира и звуците, издавани от мама и татко. Много преди да проговори, намира начин да предаде посланията си на другите. То е като пътешественика, който не знае местния език и все пак чрез неразбираемо бърборене и жестове успява да покаже какво иска.

Към осеммесечната си възраст бебето вече умее да пълзи - дейност, която го превръща в по-активен изследовател на заобикалящия го свят.

На осем или девет месеца то е твърде голямо, за да го къпете в мивката или в коритцето му. Вече е готово да се къпе във вашата вана. Ще трябва да сложите съвсем малко вода, защото оставеното във ваната дете рискува да се удави. Пуснете във водата плаващи играчки, тоалетни ръкавици, съдчета, тасчета от пластмаса и ето че цял един нов свят от чиста радост се открива пред него. Да си играе във водата е едно от любимите неща на детето. Може би защото смътно си спомня за неотдавнашния си живот в амниотичната течност в майчиния корем. Каквато и да е причината, играта във водата го успокоява и отпуска.

След като вече се е научило да пълзи, вашето бебе ще започне да се придвижва на четири крака. Щом запълзи и главно, щом вземе да се изправя, става наложително да отстраните всичко опасно за него. Проверете внимателно дали не сте забравили на земята някоя карфица, габърче, пирон-че или друго нещо, което може да глътне. Помнете, че бебето слага в уста всичко, което намери! Че хваща и дърпа всичко, което стърчи, въже или конец например.

Гледайте вашето неуморимо изследователче с винаги вирната главичка да не дръпне върху себе си остър или тежък предмет.

Оставяйте от време на време детето си извън кошарката му. Ъгълът на някоя стая или дори цялата стая - след като барикадирате изходите и приберете всичко опасно - ще му осигури поле за действие за целия ден. Интересът към заобикалящия го свят ще го накара да си играе само до половин час. За дете между шест и девет месеца най-обикновените предмети от дома са и най-добрите играчки.

Възрастта, на която бебето може да отваря ръката си и да пуска предметите, е различна според децата. Когато вашето дете достигне до този етап от физическото си развитие, за вас настъпва време на изпитания. Бебето е открило една съвсем нова игра, която се нарича „пускам и хвърлям предмети“. И ето че те излитат извън кошарката, падат по пода, хвърчат от масата или от стола на детето! То не върши това, за да ви дразни или да ви създава неприятности. Просто тази игра е част от общите му изследвания върху съставките на света.. Тя е откритието на връзката между съвсем новата способност на ръката и законите на земното привличане, дори ако бебето е неспособно да я формулира.

На девет месеца някои бебета вече ходят; други прохождат на година; трети чак на година и два-три месеца. Но проблемът с възрастта, на която проявяват готовност да се придвижват самостоятелно, не е важен. Обикновено преходът от хоризонтално към вертикално положение на тялото завършва през трите последни месеца на първата година. От този момент нататък вашето бебе вече няма да лежи пасивно и спокойно, докато го преобувате и преобличате. Напротив, ще се е превърнало в истински „земен червей“. И по съвсем прост начин ще ви сътрудничи в тези дейности.

Все по това време бебето ви ще започне да играе на „пляс-пляс ръчички“ и на други сложни подражателни игри, свойствени на ранното детство. Макар да не може да говори, то вече разбира голяма част от онова, което вие му говорите. Способно е да откликва на прости заповеди. Знае и известен брой ключови думи, употребявани в игрите и рутинните дейности като хранене и къпане. .

Помогнете му, като назовавате всичко, което го заобикаля. Това е лесна задача. Използвайте само една дума наведнъж. Показвайте му и изричайте имената на предметите, които формират света му. Когато го къпете, гребнете малко вода, напръскайте го и кажете „вода“. Когато му давате лъжичка компот от ябълки, произнесете „компот“. Ако минавате покрай голям камион по магистралата, посочете му го и кажете „камион“. Можете да играете с него на „имена“ винаги и навсякъде.

Възможно е на този стадий бебето да регистрира само вътрешно казаното от вас и да започне да повтаря чутите думи едва на по-късен, етап. Във всички случаи играта на имена е един от най-резултатните начини за стимулиране развитието на речта.

През последните два или три месеца от първата година е добре да започнете да въвеждате детето си в света на книгите. Вероятно ще възкликнете: „Книги ли? Глупости! Само ще ги налага!“ Спомнете си, че това е начинът, по който то открива на какво приличат нещата, включително книгите. Тези първи книги трябва да бъдат или от плат, или от дебел картон. В тях няма да има приказки, защото то още не е дорасло за приказки, а картинки на познати предмети само с по една дума отдолу.

Първите книги са всъщност друга форма на играта на имена. Показвате му картинката и произнасяте съответната дума на глас. После то ще поиска да вземе книгата. Ще погали и опипа страниците ѝ и хоп, ще я сложи в устата си! По-късно ще пожелае да разглежда картинките и ще издава неразбрани срички. Ще „чете“. Не се отнасяйте с пренебрежение към това. Като го запознавате с книгите още от най-ранната му възраст, вие поставяте основите на вкуса и любовта му към четенето.

„Слагам“ и „махам“ са главните теми в игрите през този период. Най-познатите предмети са най-прекрасните играчки. Голяма пластмасова бутилка с широко гърло, през което могат да се вкарват и изкарват дребни предмети, може да достави на детето ви голямо удоволствие, а кошче за боклук, пълно с ненужни хартии и пликосе - направо да го омагьоса.

Четирите заповеди на ранното детство

Описах развитието на бебето ви през първата година от живота му и ви препоръчах какво точно да правите, за да му позволите да се развие максимално от афективна и интелектуална гледна точка.

Преди да премина нататък обаче, бих искал да привлека вниманието ви върху онова, което не бива да правите с бебето си на този стадий. Под влиянието на съседки (иначе съвсем добронамерени), които се обявяват за експерти в отглеждането на деца, немалко зле информирани майки вършат сериозни грешки, ненужни и понякога вредни действия. Ето четирите заповеди, валидни за тази възраст:

Не оставяйте бебето си да плаче

Това изглежда очевидно, но ще се изненадате, ако ви кажа колко майки не обръщат внимание на плача на детето си. Моя бивша студентка написа веднъж в една от курсовите си работи:

Съседите ни имаха бебе, ненавършило три месеца, чиято стая беше точно срещу кухнята ни. Всяка вечер между шести седем часа, когато вечеряхме, чувахме бебето да плаче почти непрекъснато. Това продължи месеци. Колкото по-голямо ставаше детето, толкова по-силно плачеше. Родителите разрешаваха проблема, като се затваряха в достатъчно отдалечена стая, за да не го чуват. Обясняваха ни, че бебето било напълно задоволено и че ако му обърнат внимание, рискуват да го разглезят. Според представите за детето, които добих от лекциите по психология, ми се струва, че това бебе бе очевидно незадоволено и имаше нужда да се занимават него. Мисля, че беше твърде малко, за да се разглезе, както те се страхуваха. Струва ми се, че тези изживявания вече са породили у него ужасно чувство за несигурност и дълбоко недоверие в света.

Учудващо е, че родители могат да бъдат дотолкова слепи за нуждите на детето си, че да не обръщат внимание на плача му. Какъв език искате да използва бебето, когато желае да сподели желанията и потребностите си! Единственият му начин на изразяване е плачът. Чуете ли го да плаче, значи се опитва да ви каже нещо.

Да видим какво става у него, когато светът продължава да не обръща внимание на онова, което се опитва да му съобщи. То се чувства напълно и абсолютно изоставено. Изпитва ярост и отчаяние. Ето това става у него, когато пренебрегват усилията му да общува с другите.

Да си представим, че пералнята ви се развали няколко минути след като съпругът ви се е върнал от работа. Помещението бързо се наводнява и вие го молите спешно да ви помогне. И какъв отговор дава той на отчаяния ви зов? Никакъв, абсолютно никакъв. Продължава да се шегува и да говори за работата си. Вие сте поразена и повтаряте молбата си по-настойчиво, като повишавате тон. Отново никакъв отговор. Сега вече побеснявате. Не само че сте притеснена заради пералнята и наводнената къща, но се появява и друга, още по-сериозна грижа: защо вече не можете да общувате със съпруга си? Защо не обръща внимание на онова, което му казвате? Може би нещо между вас не е наред и сигурно затова пренебрегва опитите ви да споделите проблема си. Чувствате са напълно загубена и безпомощна; сякаш участвате във филм или в странен телевизионен спектакъл, в който героинята полудява, защото никой не се вслушва в думите ѝ.

Тази аналогия може да ви даде представа за онова, което изпитва бебето, когато го оставят да плаче. То сякаш крещи на света: „Заемете се с мен! Имам нещо много важно да ви кажа. Обърнете ми внимание!“ Но никой не го е грижа. Смятате ли, че след като премине през известен брой подобни изживявания, такова бебе може наистина да се изпълни с чувство на доверие към добрата страна на живота? Едва ли. По-скоро ще си изгради песимистична пред-

става за съществуването, ще изпитва фрустрация и горчивина. А би могло и да се предаде и да възприеме спрямо живота позицията на „има ли смисъл“. Усещайки дълбоко в себе си, че потребностите му никога няма да бъдат задоволени, би могло да реши, че е излишно да опитва и да се превърне в типа дете (а по-късно и възрастен индивид), лишен от агресивност и неспособен да управлява живота си.

Ако ли пък принадлежи на един друг тип - дете, което никога не се предава, въпреки всичко, то може да откаже пасивно да приеме положението и да се опита (изпълнено с горчивина) да принуди света да му обърне внимание. Колко пъти съм чувал възрастни да казват за някое по-голямо дете, което се прави на интересно: „О, то просто иска да го забележат...“ Естествено, след като не са го забелязвали, когато е било малко!

Понякога, когато бебето плаче, майката казва: „Току-що е яло, преобуто е, значи не е мокро. Нищо не го боде, не му е студено, следователно няма причина да плаче.“ Пренебрегва плача му и отива да си гледа работата. В такива случаи майката не вижда основното: бебето винаги плаче с причина. То винаги се опитва да ни каже нещо. Така че трябва да отгатнем какво е то.

Бебето би могло да плаче, защото се чувства самотно. Бебетата изпитват чувство на самота също като възрастните. Когато ние се усещаме самотни, нищо не ни пречи да поканим някой да изпие едно кафе с нас или поне да вдигнем телефона и да поговорим с някого. А бебето разполага само с плача си. Когато плаче, то би могло да ни казва: „Чувствам се самотно и искам да се притисна до меко и топло тяло. Имам нужда да ме успокоят и да ми попеят. Тогава ще ми е по-добре.“

Но чувството за самота е само една от причините за бебешкия плач. Случва се и изобщо да не разберем защо детето ни плаче. Или да сме неспособни да го утешим. Даваме му да яде, галим го, пеем му. Нищо не помага. Тогава най-вероятно става дума за болки в стомахчето или чревни колики, тъй като храносмилателната система на бебето още не е урегулирана. Понякога болката стихва, ако леко масажирате коремчето му или му дадем да пие хладка вода. Друг път и това не върши работа. И все пак прегърнете бебето, ще се поуспокои, дори да има колики.

Съществува и още един вид плач. Това са воплите, които надава бебето, за да сигнализира, че е уморено и скоро ще заспи. Майката бързо се научава да ги разпознава и знае, че няма защо да се тревожи - след няколко минути бебето иде и потънало в сън. Но и в този случай става дума за адресирано до нас послание. Психологическото състояние на бебето ще е едно, ако пренебрегнете плача му, и съвсем друго, ако му обърнете внимание и се опитате да отгатнете кое го прави толкова нещастно.

Не слагайте бебето си на гърне

От време на време срещам майки, които са се опитвали да слагат бебето си на гърне още през първата му година. Това е рядка, но *монументална* грешка. Една майка, извършила тази грешка, веднъж ми доведе седемгодишното си момиченце да го лекувам.

Детето имаше някои психологически проблеми, между които ужасен страх от училището, трудности в сприятеляването, крайна привързаност към майка си и неспособност да установява отношения с другите деца. Към всичко това се прибавяше и редовно напикаване.

Когато едно дете на повече от пет години се напишква, можем да се обзаложим почти със сигурност, че то по някакъв начин е било неправилно гледано. Най-често детето си отмъщава на родителите за тормоза, на който са го подлагали, опитвайки се да го приучат към чистота, като това става подсъзнателно, тоест не е нито съзнателно, нито нарочно.

Майката, за която споменах, започнала да приучва бебето си, когато било на осем месеца. Попитах я защо толкова рано. Отговори ми; „Всъщност нямаше сама да се сетя. Това бе първото ми дете и не бях много опитна. Една съседка ми каза, че сега е моментът и че когато навършил годинка, нейният син вече не се напишквал. Много добре се справих. Слагах я на гърнето веднага след ядене и тя се изакваше като па часовник.“

Бе ужасена, когато ѝ казах, че всъщност е приучвала себе си, а не детето, което съвсем не е регулирало собствените си нужди. То просто пасивно е откликвало на майка си, а тя си бе създала навик да се занимава с нуждите на дъщеря си. Попитах я какво е станало с „обучението“ ѝ, откакто детето ѝ отново се напишква. Отговори ми засрамено: „Ами не мога да разбера. Щом проходи, и отвикна от гърнето. Започнах от нулата и точно тогава взе всяка нощ да се напишква.“ Обясних ѝ, че момиченцето не е отвикнало от гърнето, защото всъщност никога не е свиквало с него.

За да се научи да не се изпуска, детето трябва да е овладяло известен брой сложни дейности, включително нервнo-мускулния контрол върху сфинктерите си. *Този нервномускулен контрол е абсолютно непостижим за дете, ненавършило две години.* Тогава е моментът да се започне привикването, а не докато е бебе. Не че не можете да обучите и дете, което няма годинка, но преждевременното обучение ще бъде скъпо заплатено от психологическа гледна точка. Аз лично не мисля, че си струва.

Не се бойте, че ще разглезите детето си

Значението на думите „разглезено дете“ е различно в зависимост от критериите на човека.

Ако под „разглезено дете“ разбирате осемгодишно момче или момиче, което изисква желанията му да се изпълняват и безсрамно плаче, когато това не става, което не може да понесе отказ, неспособно е да поделити каквото и да било с други деца, има пристъпи на гняв, хленчи, прави сцени и е прекалено докачливо, тогава, съгласен съм, това дете е разглезено.

Да „разглезиш дете“ означава да приемеш детинското му поведение много след момента, в който то е психологически способно да го превъзмогне. Такова, каквото го описах, поведението на осемгодишното дете би подходило на двегодишно бебе. По всяка вероятност родителите му никога не са го насърчавали, нито са изисквали от него да прекрачи стадия на втората година.

Но и това е много важно уточнение - глаголът „глезя“ не може да се употреби за бебетата. Проявяваме здраво мислене, когато настояваме петгодишното дете да не се държи като бебе, защото то е напълно способно да го направи от психологическа гледна точка. Но напълно би ни липсвал реализъм, ако искаме от бебето да не се държи като бебе. То *не е способно* да се държи другояче. В края на краищата нали е бебе! Да му дадем възможност да действа като такова!

Много по-лесно ще се научим да разбираме бебетата и децата, ако се откажем от термина „разглезвам“. Той не е подкрепен с нито един научен факт и датира от време, когато не сме имали начини да изучим детското поведение. Самото понятие предполага, че ако обръщате прекалено внимание на децата, когато са малки, ви очаква истинска катастрофа, когато пораснат. Само че вие съвсем не вредите на малкото дете, като му показвате, че се интересувате от него. Виж, можете да навредите на по-голямо дете, ако сте твърде снизходителни, ако се боите да проявите твърдост, да му наложите някои ограничения или ако го оставяте винаги да действа според желанията си. Всичко това впрочем е съвсем различно от интереса ви към него. Така че да забравим термина „разглезено“, когато говорим за бебета и малки деца.

За беда много майки се безпокоят и се питат дали не разглезват бебето си. Те особено се тревожат, ако някоя от приятелките им от типа на всезнаещата съседка ги увери: „Ако правите така, сигурно ще го разглезите.“ Понякога чувате някоя майка да казва: „Ужасното глезя. Знам, че не би трябвало, но нищо не мога да направя.“ Или пък някой баща да признава: „Не бива, естествено, да се взима на ръце всеки път, щом се разплаче. Това ще го разглези. В края на краищата не е зле да научи, че в тоя живот не винаги ще може да върши, каквото му хрумне, и по-добре да го научи отсега.“

Всички тези забележки показват дълбоко неразбиране на бебешката природа. Детето очевидно трябва да знае, че не може да върши всичко, каквото му се прище. Ако не го знае, значи наистина е разглезено. Но на каква възраст да започнем да го възпитаваме? На два-три месечна или дори на деветмесечна е твърде рано. Абсурдно е на тази възраст да му се налагат лишения под предлог, че това ще го научи да преодолява другите лишения по-късно.

Нека да е ясно: не е възможно да се разглези бебе. Галете го колкото си щете. Давайте му да яде, щом пожелае.

Пейте му песни, обсипвайте го с ласки, колкото ви душа иска. Занимавайте се с него винаги, когато плаче. Всичко това няма да го разглези. Напротив, то е най-доброто, което може да се му случи от психологическа гледна точка, защото всичките му потребности ще са задоволени и няма да се чувства лишено от нищо. Представата му за себе си или иначе казано неговото „его“ е още твърде податливо и нежно, за да се сблъсква с фрустрациите още на тази възраст. Когато порасне ще има достатъчно време да научи що е то фрустрация.

Не позволявайте на бащата да пренебрегва бебето си

Признавам, че като психолог често се питам защо толкова бащи стоят настрана от бебетата си от физическа и емоционална гледна точка. От повече от двайсет години насам майките ми се оплакват: „Той казва, че бебето е твърде малко и се бои да не го изпусне. Не иска дори да го вземе на ръце.“ Или: „Оставил ме е да се грижа за всичко.“ Или: „Да го нахрани или преповие? Сигурно се шегувате!“

Като слушате тези майки, става ясно, че бащите като че ли ги е страх от бебетата и реагират, избягвайки всякакъв контакт с тях винаги, когато е възможно. Не сме сигурни, че добре познаваме причините. Известно ни е само, че много бащи се държат по този начин и че това не е хубаво за бебетата. Като избягва досега с детето си, бащата се лишава и от топлата обич, която може да възникне между двамата. А това е лошо начало за връзката баща-дете.

Отношенията с бащата .стоят *на второ място* по важност в живота на детето, особено до петгодишната му възраст. Ще отделя голяма част от следващите глави, за да покажа значението им. Но още отсега настоявам върху факта, че ролята на бащата, както и тази на майката, започва с раждането, на бебето. (Макар че от поведението на някои бащи би могло да се заключи, че бащинската функция не бива да се упражнява, преди детето да навърши поне две години!)

Уточнявам, че не пледирам бащата да заеме мястото на майката, като дава биберона на бебето и му помага да се оригне, като го къпе и преповива. Не би било психологически здравословно за семейството да чака бащата да се върне от работа и изцяло да отмени майката.

Твърдя обаче, че бащите трябва да умеят да вършат онова, което върши майката. Никой, нито мъж, нито жена, не знае по рождение как се държи бебе например. Докато свикнат, повечето от нас го правят твърде несръчно. В курсовете на Червения кръст получавате отлична подготовка за това как да се грижите за новороденото, но най-добрата възможност да я приложите на практика е все пак вашето бебе. Много е трудно да се чувствате близки с дете, което никога не сте държали в прегръдките си, не сте го виждали да се лигави и да гука в коритцето си, не сте си играли с него на криеница.

Ако съпругът ви не се интересува от бебето, никой друг освен вас не може да го насърчи в тази насока. Опитайте се най-напред да разберете *защо* не се интересува. Огледайте собствената му семейна среда. Може би баща му го е пренебрегвал, когато е бил дете, и той се държи по същия начин, следвайки лошия пример. Или се чувства несръчен с това съвсем ново бебе, но не иска да си признае пред вас. Каквито и да са причините, накарайте го да проговори. Използвайте всичките си женски хитрости, за да пробудите бащинския му интерес. При някои бащи трябва да се положат доста измерителни усилия, но пък си струва труда.

Основите на непринудените отношения между баща и син се поставят още в най-ранното детство, а то никога няма да се върне. Бащата, който заявява, че сега е твърде зает, за да се занимава с детето си, но че по-късно ще му отдели повече време, се заблуждава. Няма да е усетил и „бебето“ му ще е тръгнало на училище. После ученичето от отделенията внезапно-ще се превърне в юноша и няма да се нуждае от .близки контакти с баща си. Тогава вече ще бъде твърде късно. Понеже бащата не се е интересувал от него, когато е бил дете, сега той не се интересува от онова, което бащата иска да му каже. Бащата се е превърнал в чужденец за собствения си син. Бездната между двамата се разширява и до голяма степен се дължи на отношенията, които са имали в ранното детство на сина.

Ранно детство - заключение

Посочих ви какво трябва да правите с детето си и какво да избягвате. Опитих се да ви дам обща представа за бебето през първата му година.

Какво е научило?

Ако сте му давали да яде всеки път, когато е било гладно, то знае, че светът е място, където се живее добре, място, където апетитът се задоволява бързо.

Ако сте го галили, то е сигурно, че го обичат по единствения разбираем за него начин - чрез утехата на физическия контакт.

Ако сте откликвали на плача му като на спешно послание, отправено към вас, то не се съмнява, че ще му се притечете на помощ всеки път, когато е необходимо.

Ако е познало топлата обич на мама, която е отговаряла на всичките му основни потребности, то е изживяло първите дълбоки афективни контакти с друго човешко същество. И това ще го подготви за задоволителни социални контакти в бъдеще.

Ако майката и други възрастни са му осигурили разнообразно сензорно и интелектуално стимулиране, то ще открие, че светът е чудесно и привлекателно място, а не зловещ и тъжен затвор. Сензорните и интелектуални стимули, прибавени към свободата да изследва вселената си, насърчават ранното развитие на способностите му.

Ако бебето ви е изживяло всичко това през първата си година, то се е заредило с добра доза оптимизъм и доверие в света и в самото себе си. Това основополагащо доверие формира най-важното стъкълце в оптичната система на самосъзнанието. Благодарение на него, когато надрастне ранното си детство, то ще бъде отлично подготвено за следващия етап, този на първите стъпки.

ПЪРВИТЕ СЪПКИ

Щом бебето ви проходи, то навлиза в нов етап от развитието си - етапа на първите стъпки! Той му носи нови знания, позволява му активно да изследва заобикалящия го свят, както и да придобие увереност в себе си, но и го поставя в специфично положение, в което е особено уязвимо. Защото ако докато изследва вселената си, прекалено често го наказват иди му дават да разбере, че е „лошо дете“, то ще се усъмни в себе си.

Първите стъкълца от оптичната система на самосъзнанието са заели мястото си в ранното детство в момента, когато бебето ви се е научило да се отнася с доверие или с подозрение към света. Сега, на възрастта на прохождането то ще прибави още една леща към системата: или ще бъде уверено в себе си, или ще се съмнява в силите си.

До този етап изследователските експерименти на бебето са били доста ограничени и пасивни. Дори когато е пълзяло или се е придвижвало на четири крака, за да се подготви за ходенето, то се е задоволявало с тясно поле на дейност. Щом разбере, че може да се разхожда само из цялата къща, изследователската му страст ще се разгори с пълна сила.

Този етап е крайно поучителен за детето, но и за майката. Докато то изучава вселената си, майка му открива кои са предметите, които е способно да глътне и за които досега не се е сетила.

Научава се да тълкува значението на дългите минути тишина, настъпващи, когато човечето е в друга стая. Те й подсказват, че малкото бандитче се е съсредоточило в извършването на някоя неподозирана глупост. Втурва се в тихата баня например и го сварва очаровано да разкрасява стените с червилото й или в упоение да прави купчинки от прах за пране, който е разпръснало навсякъде.

Този период от развитието на детето е във висша степен изследователски и всяка майка трябва да вземе окончателно решение по отношение на къщата си и на младия конквистадор.

Или ще има жилище, предназначено изключително за възрастни, или ще разполага с безопасен за децата дом. Ако избере първия вариант, тя ще трябва да отдели много време, за да възпира бебето си с думи и действия; да изразходва цялата си енергия, за да му казва „не“, да го пляска през ръцете и да му пречи да пипа навсякъде. Не една майка постъпва точно така, като се опитва да отгледа детето си в дом, създаден за възрастни, а не за него. Научно погледнато това е чудовищна възпитателна грешка. Огромната любознателност, която характеризира проходилото дете, е от същото естество като онази, която по-късно ще му помогне да стане добър ученик и да преуспее в работата си. Ако види, че заради нея се излага на несекващи укори, то не само ще потисне инстинкта си да учи, но и ще се усъмни в себе си; така поривът му ще бъде прекършен. Нека направя едно сравнение. Представете си, че детето ви е в трети клас. В класната стая има известен брой интересни учебни помагала: различни книги, микроскоп, аквариум, научни документи. То взима учебник по математика и се зачита. Учителката веднага го плясва през ръцете и му нарежда: „Не. Не пипай това.“ Детето оставя книгата. Насочва се към микроскопа и започва да го разглежда. Учителката мигом се озовава до него: „Не, остави го“. Още веднъж отблъснато, детето се връща на мястото си и разгръща „Островът на съкровищата“. Учителката веднага се намесва: „Ще престанеш ли най-после!“

Няколко седмици подобни ограничения са достатъчни, за да обезсърчат напълно това дете да учи каквото и да било. То бързо ще си каже: „Всеки път, когато искам да науча нещо, ми се карат. Сигурно съм много лош. По-добре нищо да не уча, тогава може би учителката ще ме обикне.“

Сигурно ще побеснеете, ако видите учителката на сина ви да се държи по този начин. Ще ѝ кажете: „Вие систематично обезсърчавате желанието му да учи. Потискате любознателността му и разрушавате доверието му в себе си.“ И ще сте прави да реагирате така.

Много майки не разбират, че в своя дом-училище действат точно като тази учителка. Внушават на децата си да стоят далеч от предметите, предназначени за възрастни. Това може да е практично за майката като домакиня, но привиква детето да съдържа любопитството си и да потиска онази основна потребност, която го подтиква да научава повече за заобикалящия го свят.

Щом детето ви проходи, ще ви се наложи да погледнете дома си с нови очи - тези на проходилото бебе.

Приберете опасните или чупливи предмети. То трябва да е свободно да се разхожда из къщата и да я изследва без риск да се нарани или да счупи някое ценно за вас украшение. Така че махнете вазите, скъпия порцелан или във всеки случай поставете тези неща достатъчно високо, за да не може да ги достигне. Дом, в който има хиляди забрани, със сигурност няма да е подходящо място за проучвателската дейност на детето ви.

Вземете достатъчно предпазни мерки, защото от психологическа гледна точка детето ви е още бебе. Способностите му за наблюдение и оценка са много ограничени. То не прави разлика между опасното и безопасното и научните му експерименти винаги свършват в устата. Макар да е бебе, сега то може да се придвижва. За него е истинско удоволствие да разлее бутилка белина и да пляска с ръце върху течността, докато му влезе в очите. Затова трябва да го пазите от всяка евентуална опасност, затаила се в къщата ви. Експертите смятат, че 50 до 90% от нещастните случаи, довели до тежко нараняване или смърт на бебета и малки деца, са могли да бъдат избегнати, ако родителите са взели необходимите мерки и са подредили дома си по подходящ начин.

Как да отстраните опасностите в дома ви

Вместо да съставяте подробен списък, съветвам ви да свикнете да гледате на дома си с очите на бебето ви, а не да мислите за нея като възрастен. Според вас таблетките аспирин в аптеката ви са лекарства, които вземате по едно или две, когато ви боли глава или нещо друго. За бебето те са бонбони, каквито още не е опитвало. То може да се убие, ако ги изгълта.

Огледайте бавно и систематично къщата си, включително мазето, двора и гаража. Опитайте се да видите всичко това все едно, че сте дете. Задайте си въпроса: „Има ли тук нещо, което да достигне? Да лапне или да глътне? Нещо, с което да се нарани?“ Отстрането го. Ето примери за това какво трябва да приберете, докато обикаляте къщата си.

Първо вижте кое е отровно. Махнете всички отровни предмети и препарати. Проверете какво има под мивката в кухнята, на някоя ниска етажерка в мокрото помещение, на лавица или на пода в гаража. Уверете се, че бебето ви не може да достигне до следните неща: амоняк за домакински нужди, хлор, прах срещу мравки, препарат за почистване на автомобили, цигари, антифриз, белина, детергенти, спирт, оловна боя, вакса, тютюн, хербициди, восък за мебели, препарати против молци и други насекоми.

Аптеката ви е особено богата на отрови. Лекарствата, които възрастните вземат в малки безопасни дози, могат да бъдат фатални за децата. Сигурно имате аспирин, сънотворни, сироп за кашлица, успокоителни, камфоров спирт, както и шишенца с лекарства с изтекъл срок, които не сте изхвърлили. Единственото ефикасно средство да предпазите детето от аптеката (или от всяка друга мебел, съдържаща опасни вещества) е да я заключите.

Като родител на малко дете, трябва да притежавате наистина орлов поглед и от време на време да проверявате какво има в стаите (особено по пода); уверете се, че там не се търкалят пирони, ножчета за бръснене, остри части от счупени играчки, отворени безопасни игли.

Необходимо е също играчките и другите предмети, с които се забавлява бебето, да бъдат достатъчно големи, за да не може да ги глътне (внимавайте с монетите, бонбоните, иглите и карфичките, мънистата, кламерите и всякакви неща от този род). Не оставяйте детето ви да приема и храни, които да го задавят, например лешници или карамелизирани пуканки.

Когато готвите, завъртайте към стената дръжките на тенджерите и тиганите, така че да не може да ги достигне и обърне върху себе си. Кошчето или кофата за боклук под мивката са особено опасни за децата, защото в тях хвърляме, без да се замисляме, потенциално опасни неща.

Електричеството е, разбира се, също източник на опасност. Запушете контактите, които не употребявате често, с предпазни капачки. Те ще му попречат да открие какво би станало, ако пъкне вътре фиба или кламер. Никога не оставяйте радиопарат, преносим електрически радиатор или друг подобен уред близо до ваната.

От само себе си се разбира, че огнестрелните оръжия и мунициите трябва да се държат под ключ непрекъснато и че оръжието никога не бива да е заредено, дори ако се намира в заключен шкаф.

Работилницата съдържа смъртни опасности, затова трябва да е отделно помещение, в което детето да не може да проникне. В противен случай му осигурявате достъп до играчки като акумулатор, триони, ножове, боя, кит и други подобни.

Ако бебето ви си играе само на двора (хубаво би било да има двор, в който да си играе), той следва да е ограден, така че да няма как да излезе от него и да се изложи на какви ли не опасности. В противен случай рискувате да се озове на улицата, ако за миг го изпуснете от поглед. Единственото разрешение е оградата, над и под която то да не може да мине.

Като се има предвид способността на детето да се появява на неочаквани места и пъргавината, с която излиза на пътя, преди да сте разбрали какво става, колите са голям проблем. Ако ще подкарвате колата си и наоколо се навъртат деца, преди да тръгнете, вижте какво има отпред, отзад и отдолу. Особено внимавайте с маневрирането, тъй като не едно нещастие се е случвало при изкарване или прибиране на колата на заден ход. Когато паркирате, уверете се, че сте дръпнали ръчната спирачка и сте включили на първа скорост. Ако колата ви е паркирана навън или в незаключен гараж, вдигнете стъклата и заключете вратите. Поразително е колко деца са способни да отпуснат спирачката, да паднат през вратата на автомобила или да се заключат вътре.

Между другото, много по-малко опасно е стъклата на прозорците ви да се вдигат ръчно, а не автоматично. И никога, ама никога не оставяйте бебето или малкото дете в колата, за да изтичат до магазина „за минутка“. Винаги го взимайте с вас.

Едно от най-полезните неща, които можете да свършите, е да предвидите с мъжа си какво ще направите в извънредна ситуация. Работата е там, че извънредните ситуации се появяват винаги, когато не ги очаквате. Повечето от нас никога не са се подготвяли за такива моменти. Например дали ще се обадите на вашия лекар или ще се юрнете към спешното отделение на най-близката болница? Уверете се, че сте поставили до телефона и в колата си номерата на лекаря ви, на болницата, на пожарната, полицията или друг необходим за спешни случаи номер. Всички членове на семейството ви би трябвало да знаят как да действат. Ме представяйте извънредната ситуация в тревожна светлина пред по-големите си деца - отнасяйте се към въпроса реалистично, като при училищно упражнение в случай на пожар.

Дръжте на достъпно за вас място чантичка с принадлежности за даване на първа помощ. Тя трябва да съдържа малък запас от универсални противоотрови. Попитайте лекаря си какво да сложите вътре.

Добре ще е със съпруга си да изкарате курсове по даване на първа помощ в Червения кръст. Това, което ще научите там, например изкуственото дишане уста в уста, може да спаси не само живота на бебето ви, но и вашия.

Родителите трябва да закрилят детето си, но не прекалено. Има голяма разлика между двата начина. Детето ви има нужда да го предпазвате от опасностите, които не осъзнава, защото е твърде наивно. Но не му е необходима закрилата ви в ситуации, които не го застрашават с нищо.

Ако прекалено бдите над него, ще му създадете излишен страх от заобикалящия го свят и ще разрушите изграждащата се в него увереност, че е способно да се справя само.

Нищо чудно да ви се стори, че взимането на всички тези предпазни мерки допълнително ви товари, и е точно така! Но щом приключите и домът ви стане безопасен, ще можете

свободно да оставите детето си да го изследва колкото му душа иска. Ще сте спокойни, като знаете, че къщата ви му гарантира сигурност.

Да си представим, че сте направили това. Прибрали сте или сте заключили всичко, което би могло да представлява опасност. Решили сте да не насилвате детето си чрез забрани и шамарчета да се приспособява към дом, предназначен само за възрастни. Отстранили сте ценните вази и чупливите украшения, за да нагодите къщата към детето (когато поотрасне, отново ще ги извадите).

Щом скриете предметите, „несъвместими с първите стъпки“, домът ви ще стане психологически здравословно място, в което детето ви да живее и да изгражда доверие в себе си. Сега трябва да направите още една крачка и да внесете къщи играчки, стимулиращи развитието му.

Играчките са учебниците на проходилото дете

Тъжно е, че вследствие на пуританското ни наследство много възрастни (особено бащите) смятат играта за лекомислена дейност. Това е психологически невярно. Играта е необходима на възрастните, защото в играта и в развлеченията ние истински се възстановяваме, което ни позволява да запазим ритъма си на живот и да си гледаме добре работата. Представете си свят без свободни вечери, без седмична почивка и отпуск! Каква фрустрация щяхме да изпитваме!

При възрастните играта изпълнява ролята на противотежест по отношение на работата. За децата ѝ особено за малките деца тя има съвсем друга функция.

За тях тя е начин да научат какво представлява светът и в този смисъл се родее с работата. Забележете, че докато възрастните играят на това, което обикновено не правят в службата си (плуват, карат ски, рисуват, гледат телевизия или ходят на кино), при малките деца не е така. Те не подражават на *игрите* на възрастните, а на *работата им*. Децата са актьори, които имитират родителите си, когато те домакинстват, готвят, зареждат колата с бензин, поправят . камиони, строят къщи, карат самолети, продават стоки или лекуват болни. Играта е главното средство, чрез което детето се учи.

Ако го лишите от нея или го снабдите с неподходящ материал, вие му отнемате най-необходимия инструмент на обучението.

Повечето родители смятат, че играчките се купуват в специализирания магазин или на съответния щанд в супермаркета. Бих искал обаче да уточня смисъла на думата „играчка“, определяйки я като „всяка вещь, с която детето може да си играе“. Според тази дефиниция играчки са и следните предмети: излезли от употреба тенджери или тигани, ненужна картонена кутия, кошче за боклук, пълно със стари писма. Ако приемем това разширено значение, какви играчки биха подхождали на детето ви?

Най-вече такива, чрез които да развива големите си мускули, като тича, скача, удря, катери се, пълзи и дърпа.

Да започнем с игрите на открито, тъй като природата е най-естествената среда за повечето от дейностите на вашето бебе. Всяко дете би трябвало да разполага в градината си с

нещо, на което да се катери. Най-доброто е лост, на който са закачени халки и въжета, стигащи почти до земята.

Ако ви е трудно да се сдобие с такъв, бих ви предложил друг вид съоръжение за катерене, което е отлично и може да се използва чак до училищната възраст. Това е геодезичната пирамида на Бакминстър Фулър. Благодарение на геодезичния принцип, използван при построяването и, тя лесно издържа тежестта на всички деца, които се катерят по нея. (Най-добре е да ви я инсталира специалист.) Гледайте да я поставите върху пясък или трева, за да смекчите удара при евентуално падане.

Тази играчка е толкова съвършена и така добре нагодена към предучилищната възраст, че ако трябваше да се ограничи до едно-единствено средство за игра на открито, щях да избира нея. Тя прекрасно развива дългите мускули, ловкостта и сигурността на телесните движения. Освен това може да се покрие с гюрк или мушама и да се преобрази в палатка, укрепление, индианска колиба или всякаква къща, от която детето се нуждае във въображаемия свят на игрите си,

Вторият основен предмет за игра на открито е пясъчникът. Изберете по-голям, така че повече деца да могат да играят заедно. Към пясъчника предвидете формички, купички, лопатки, сита и кофички с различни размери. Пясъкът е вещество, което събужда интереса и любопитството и позволява да се правят необичайни и чудесни неща. Детето обича да го изсипва между пръстите си, да го разпилява, да го трупа, да строи крепости, да рисува отгоре му. Пясъкът насърчава спонтанния интерес към природата на осезаемите неща в света. Ще обясним по-подробно какво представлява за детето играта с пясък и пръст, когато стигнем до научната му любознателност, която се развива между третата и шестата година.

Пясъкът и пясъчникът са и прекрасен декор и материал за игра с колички и камиончета, за строеж на къщи и разполагане на войници. Детето ви, особено ако е момче, ще се нуждае от разнообразни парчета струговано дърво, от коли и камиончета, от войници, от пластмасови хора и животни. Пластмасовите предмети могат да се оставят навън, но не и металните коли и камиончета, които трябва да се прибират, за да не ръждясат. Но не разчитайте на детето да ги подреди, тъй като то още не осъзнава това свое задължение. Много майки се сещат за пясъчника, но забравят, че детето изпитва потребност и да си играе с пръст, да дълбае земята. Да, чисто и просто земята. За тази цел е достатъчно да му дадете здрава метална лъжица, метално канче с дръжка, шило за садене, лопатка и пластмасова кофичка. За децата водата е не по-малко важна от пясъка и пръстта. Но много майки не ги оставят „да си играят с вода“, за да не цапат къщата. Ако от любов към чистотата се колебаете да оставите детето да си играе с вода (тя впрочем трябва да е хладка), няма какво да говорим. Неохотното разрешение ще бъде по-вредно, отколкото полезно, тъй като рискувате да предадете негативното си отношение и на детето. Затова просто ограничете игрите с вода до момента на къпането във ваната. Но ако сте склонни да понесете малко безредие и мръсотия, позволете на детето да си играе с вода в пясъка и пръстта. Не че трябва да му връчите маркуча за поливане, и да го оставите да се забавлява само. То още не е готово за такава свобода, тъй че наблюдавайте го, когато си играе. Поставете до него голям съд, за да гребе с ръце водата, която ще смеси с пясъка или пръстта.

Друга възможност: леген от метал или твърда пластмаса с диаметър - метър, метър и половина, с пет пръста вода вътре. Детето може да си играе с метални кутии, лъжици, пластмасови чаши и други подобни. Но бъдете наблизо. И тази игра изисква родителско наблюдение.

Да споменем и още една игра на открито, отлична за разглежданата възраст: животно на колелца, съобразено с ръста му. То е велосипедчето на най-малките. Детето ще може да го възсяда и да го кара, което по-късно ще му помогне е лекота да овладее педалите на колелото.

Пързалката също е разпространено средство за игра. Не купувайте от моделите, които са комбинирани с люлка. Пързалката е препоръчителна, но люлките не стават за най-малките, защото те на практика не могат да ги ползват сами. Налага се мама или татко да сложат детето да седне и да го бутат. Освен това дете, което се люлее, рискува да блъсне друго дете. Така тази невинна игра често завършва зле. Общо взето, най-добрите съоръжения за игра на открито за тази възраст са статичните (които позволяват катерене- то по тях), а не подвижните.

Кухите кубове с големи размери също са подходящи за катерене и игри на открито. Такива няма много на пазара, затова се опитайте да се снабдите по друг начин. Идете например при бакалина и му поискайте пластмасови или дървени касети. По-добре пластмасови, защото могат да се оставят навън, докато дървото се поврежда, а може и да одраска детето. Най-просто е сръчният татко да изфабрикува куба от няколко еднометрови летви, грижливо шлифовани и боядисани. Този куб ще занимава детето ви с часове и ще му помогне да заздравя големите си мускули.

Като допълнение към игрите на открито, водете детето колкото можете по-често в обществена градина с детска площадка. Но и там го наблюдавайте, защото люлките и някои въртележки могат да бъдат опасни.

За да развие мускулатурата си, детето ви ще се нуждае и от игри вкъщи. Ако трябваше да избира сами една, бих се спрял на домашната пързалка. Детето ви може да се катери по нея, да се качва по стълбичката, да се плъзга надолу. Може също да я покрие с платнище и да я превърне в крепост или индианска колиба. Тази играчка върши работа чак до училищна възраст.

Необходимо е да се насърчава и развитието на малките мускули. Подходящи играчки за Това са: торбичките с големи мъниста за нанизване, играчките, които могат да се удрят, лесните за разглобяване играчки, простите пъзели, теглячето с големи дървени пирони и винтове; към количките и камиончетата прибавете и някои елементи на дървения конструктор, макар да е още твърде рано за детето да строи.

Сега е и времето на играчките, които се дърпат, особено шумните.

Прохождащото дете обича също меките на пипане кукли и животни. На тази възраст е нормално и за момиченцата, и за момченцата да си играят и да спят с такива играчки. Някои зле информирани родители смятат, че е вредно за мъжествеността на момчето да проявява вкус към гумени кукли и животни. Но не е така. Играта с кукли е положителен аспект в развитието на момчето, тъй като поражда у него чувства на нежност, обич и закрила. Освен това малките деца включват куклите и животните в измислените от тях игри. Тези играчки помагат на момченцето и момиченцето да конкретизират емоциите и чувствата, свойствени на семейния живот, и да се вживеят в ролите на майката, бащата, братята и сестрите.

Къде да държите играчките? Избягвайте класическото сандъче. Вярно е, че детето лесно може да ги прибира в него, но пък бързо го превръща в място за археологически разкопки с всякакви пластове, стигащи до палеозойската ера.

По-добре ековете етажерки, върху които да поставяте играчките. Нека бъдат ниски, за да са достъпни. Това решение помага на детето да развива своята независимост, тъй като му позволява да достига играчките си и без майчината помощ. Добре е лавиците да бъдат достатъчно широки, за да поберат и най-обемистите играчки, и да имат ръб, който да пречи на топките и играчките на колела да падат. Такова съоръжение е подходящо за цялата предучилищна възраст.

Или пък изфабрикувайте кутии от шперплат с размери 25 на 30 сантиметра, боядисани в ярки цветове, и ги разположете пирамидално една върху друга. Те имат предимството, че са подвижни. Можете да ги изнесете от стаята, когато пожелаете.

Музикалните играчки са не по-малко важни на тази възраст. Малките деца обожават ритъма и звуците. Купете им ударни инструменти като барабанче, тимпан и триъгълник в специализирания магазин или сами им направете такива. Интересна колекция от барабани се получава от празни алуминиеви кутии с различна големина. От металните тенджери пък стават прекрасни тимпани. Всъщност паниците и тенджерите ви представляват доста задоволителен оркестър. У търговците на музикални инструменти се намират също ксилофони, акордеони и други лесни за употреба инструменти.

Сега е моментът да купите евтин грамофон (или магнетофон), който детето само да включва. Не се опитвайте да опазите плочите. Детето ви ще ги подложи на тежко изпитание, но страхотно ще се забавлява. Ще може да ги слуша, като само ги поставя на мястото им и натиска копчето.

Но това не трябва да е единственият му контакт с музиката. Купете също качествен грамофон (или магнетофон) с хубави плочи, които да му пускате вие. Не се ограничавайте с плочите „за деца“. Опитайте с екзотична и чужда музика в стила на африканските или полинезийски там-тами, индийската цитра, японското кото и вижте дали ще му хареса. През тази податлива и възприемчива възраст е добре да го преведете през разнообразна гама от музикални вкусове. Ако го направите, то най-вероятно ще обича всяка ритмична и темпераментна музика.

Все по това време книгите стават задължителен игрови -инструмент. Не забравяйте, че в понятието *четиво* влизат например и каталозите, които възрастните не биха нарекли книги - каталогът за марки, за играчки, както и старите списания.

Продължавайте да помагате на детето си да назовава заобикалящите го неща, като му показвате картинка на предмет или човек и произнасяте ясно името му.

Започнете и да му четете. То обича да слуша стихчета в малки дози, а детските песнички вече са напълно подходящи за възрастта му. Подбирайте песните, защото някои от тях са твърде остарели за децата от нашето време.

Тъй като има склонност да изследва книжките, като къса страниците им, купете му книжки от плат или картон. Много ще му харесат книжките с прости илюстрации на неговото ниво. Те са подходящи за всичките предучилищни години. Най-напред му покажете картинката и произнесете думата. След известно време си поиграйте с него на „намери кучето, пожарникаря, трактора“ и т. н. Впоследствие ще дойде моментът, когато вие ще посочите на детето картинката, а то ще изрече името на предмета или човека.

И все пак, когато става дума да се стимулира развитието на говора, книгите стоят много по-долу от майката. Продължете играта на „имена“, която сте започнали пред ранното детство.

Можете, да я играете навсякъде. В колата показвайте и назовавайте всичко, което задминавате - камион, трактор, къща, църква. Когато заведете детето си на пазар, произнасяйте: „мляко“, „портокал“, „ябълка“, „банан“, „риба“, „бисквита“...

Развитието на езика у детето ви преминава през два основни етапа - пасивен (то разбира какво му казвате) и активен (то говори).

На възрастта на първите стъпки преобладава пасивната фаза, Погрешно е всъщност да я определяме като пасивна, защото по това време интелектът на детето ви прави сериозно усилие да разбере и възпроизведе родния език, който то чува около себе си.

Както отбелязахме в предишната глава, малкото дете започва да развива говора си, като гука. По-късно преминава към „изразителния жаргон“, както го нарича Гезел - бърборборене, което наподобява звуците и ритмиката, свойствени на езика на възрастните. Не се колебайте да откликнете на жаргона му, отговаряйте му, бърбрейки като него, все едно че двамата си приказвате истински. Така не само го забавлявате, но и му помагате да развие усета си към езика.

Едновременно с „изразителния жаргон“ се появяват и първите „фрази“, съставени от една-единствена дума. Отделните думи представляват за детето цялостно твърдение: (Искам една)... *бисквита!* Или: „(Вземи ме на)... *ръце!*“ Или; „(Искам да отида)... *навън!*“ Рядкост са родителите, които) остават безчувствени към този затрогващ начин на общуване. Няма да забравя една случка с най-малкия ми син, по онова време осеммесечен. Бяхме в едно бунгало на брега на морето. Тъкмо си бях полегнал следобед, и той ме задърпа, като умолително произнесе: „Вън... море... *плаж!*“

Когато детето стане на година и половина, то започва да замества бърбенето си с истински думи. Играта на говорене се превръща в социално общуване. Речникът му съдържа от три-четири до сто думи. То започва спонтанно да образува фрази от по две думи като „виж това“ или „ела тук“, или „довиждане кола“, или „дава сладкиш“.

Богатството на речника на детето ви и достигнатото от него езиково равнище ще зависят до голяма степен от начина, по който сте му говорили и сте включвали езика в игрите му. Няма такава играчка или такъв компютър, който да го научи да говори, както вие можете да сторите това.

Ето че домът ви се е превърнал в „училище“, в което детето ви изследва вселената си весело и жизнерадостно и извлича от това поука. Това училище се нуждае само от още един допълнителен елемент - информиран учител. Тук излизате на сцената вие и съпругът ви. За да изиграете ролята на учителя, ви е необходимо да знаете как се развива детето ви на тази възраст. Затова не е зле да проследите това развитие в някоя книга като например „Малкото дете в съвременната цивилизация“ на Гезел. В нея ще намерите глави, подробно описващи типичното поведение на дете на една година, на година и три месеца, на година и половина. Като четете например главата, посветена на бебето на година и три месеца, ще научите какво е обичайното му поведение през деня и ще намерите указания за съня, храненето, изхождането, къпането, дрехите, индивидуалната дейност и социалното чувство на тази възраст.

Ще трябва освен това да прочетете и главата за двегодишното дете, защото не е изключено някои черти, свойствени на тази възраст, да се промъкнат в поведението на вашето по-малко бебе.

Ще ви е необходимо и да знаете кои методи на обучение са успешни с проходащите деца и кои са обречени на провал. Главното е да не принуждавате малкото дете да се сблъсква със среда, предназначена само за възрастни, наситена с ценни и чупливи предмети, които го излагат на непрекъснати забрани.

Следният пример добре илюстрира тази опасност. Лекувах една майка и дъщеря ѝ. Първия път, когато майката доведе седемгодишната си дъщеря, с нея беше и синът ѝ -на година и половина. Майката и момченцето останаха да седят в чакалнята, докато аз разговарях с момичето в кабинета си. Майката не бе донесла абсолютно нищо, за да може детето да се занимава по време на едночасовия сеанс. Макар да бе лято и кабинетът ми да бе близо до морето, тя и не помисли да заведе малкия на плажа, където би могъл да си поиграе спокойно, докато чака.

Предполагам, че наистина се надяваше бебето ѝ да стои мирно, докато тя си чете списанието. Но, разбира се, не стана така. Часът, който прекарах в кабинета си с момичето, бе озвучен от голяма тупурдия и викове „не, не“ от страна на майката. На какво научи тя детето си през този час? ; На следното: „Не проявявай инициатива. Бъди пасивен и спокоен. Стой мирен и не изследвай нищо.“

Ясно е, че не можем да минем без забрани. Но те трябва да се ограничат до огъня в камината и в пещта, до истинските опасности, които не сме в състояние да отстраним от обкръжението ѝ. И когато казвате на бебето „не, не“, не се задоволявайте само с „не, не“ и „не пипай“. То няма да схване, че забраната се отнася само до определени неща.

Употребявайте думи, които обясняват, като „не, печката пари“ или „не, огънят ще опари бебето“, или „не, по улицата не се тича, бебето ще се удари“. Така ще му дадете да разбере, че конкретният предмет (печката или огъня) е опасен а ще го нарани. А няма да му внушите чувството, че всичко около него, крие заплахи и не бива да се пипа.

Един от най-добрите начини да попречите на бебето да направи нещо, е да го разсеете. Ние, родителите, имаме късмет, че бебетата много лесно се разсейват. Когато използваме това тяхно качество, ние сме като магьосник, който казва на детето: „Хей! Виж какъв поразителен, чудесен, фантастичен фокус Ще ти покажа, а после ще го направиш ѝ ти!“ (Стои по-далеч от тази жица или от горещата печка, в която щеше да се блъснеш!).

Проходащото дете проявява предимно активно и двигателно поведение; неизбежно е при това положение да не събори някой предмет или да не се препъне в нещо.

Важно е вие, учителят в неговия дом-училище, да не превръщате в драма всяко негово падане. Ако не се спускате да го вдигате всеки път, когато падне, то ще става и само. А ако му спестите коментарите си, когато блъсне или събори предмет, тези дребни инциденти ще му се струват само като временно и досадно прекъсване на игровата му активност. Така ще укрепне доверието му в себе си и падането ще се превърне в част от редовната му изследователска дейност.

Пляскането по дупето е възпитателен метод, към който за съжаление си позволяват да прибегват някои родители на деца на тази възраст. Освен в много редки случаи дете под две години не се бие.

Ако детето упорства да пресича улицата тичешком, може да ви се наложи да го плеснете. Но по-добре насочвайте поведението му, като организирате семейната среда така,

че да не влече стотици забрани. Действайте по метода на разсейването и дори на физическата принуда, без да прибегвате до телесни наказания.

Запазете си пляскането за по-късно и не го прилагайте на дете под две години. Ако забележите, че прекалено често се ядосвате и „му давате да се разбере“, значи имате нужда от специалист, който ще ви помогне да преодолеете психологическите си проблеми.

Една от причините, поради които много родители удрят децата си, е, че смятат поведението им за умишлено лошо. Например майката сварва детето си в библиотеката да къса страниците на най-хубавата ѝ книга. Тя мисли, че то го прави от враждебност, от лошотия и го удря. Само че няма нищо такова. Четиригодишното дете може да действа, подтиквано от враждебни и разрушителни чувства, но не и дете под две години.

За последното да къса страници от книга е само част от научната му експедиция в света на книгите. Впрочем то няма да се задоволи да скъса страниците, ами и ще си ги пъхне в устата.

Майката не бива да смесва нормалното държане на бебе, изследващо вселената си, и враждебното поведение на по-голямо дете. Не може да се упреква бебето, че има реакции, свойствени на възрастта му.

Съществува и един деликатен за много майки въпрос - да накарат детето си да яде. Това е възрастта, в която се появяват проблемите с храненето. Но освен ако не става дума за сериозно заболяване, такива не би трябвало да има.

Освен психологически - родителите явно не са добри учители по този предмет.

Да видим, заедно какво се случва най-често. Към първия си рожден ден бебето обикновено става капризно и вече не се храни така добре. Да не се изненадваме, защото ако продължаваше да яде като в началото, скоро щяхме да го показваме в цирка като феномен. Едногодишното дете просто проявява своята индивидуалност във вкусовете си предпочитания. Освен това, както и при възрастните, апетитът му не е един и същ всеки ден или всяка седмица. Но често майката загубва търпение, като вижда, че детето ѝ яде малко. Раздразнена и обезпокоена, тя се опитва да го принуди да се храни. „Томи, изяж си морковите, ако искаш да станеш голям и силен.“ От този миг двамата навлизат в омагьосан кръг. Колкото повече настоява майката, толкова по-капризно и враждебно става детето. Колкото по-малко яде то, толкова повече се тревожи тя, толкова по-настойтелна става и все повече го глези, за да го накара да яде. И ето че за нула време се озовава лице в лице с доскоро несъществуващ проблем.

Всичко това е напълно ненужно. Защо? Просто защото ние, родителите, имаме един силен съюзник: *естественят глад на детето*. Ако му предложим разнообразни, рационално подбрани ястия и *го оставим да се оправя само*, то ще яде достатъчно, за да си остане, здраво и силно. Но трябва да уважаваме индивидуалността му, изразявана в хранителните му навици. Оставете вкуса му да се променя с всеки изминал месец и апетитът му - с всеки изминал ден. Какво да направите, ако внезапно отхвърли някой зеленчук или плод, който е обожавало допреди седмица? Позволете му да го отхвърли и не се опитвайте да го насилвате или да му се подмазвате, за да го изяде. Ако предлагате на детето си пълноценни и разнообразни ястия и ако му дадете възможност да яде според потребностите си, никога няма да имате проблем с храненето.

Възрастта на прохождането е периодът, през който детето ви започва да се разсейва по време на ядене. Това се дължи отчасти на намаления му апетит и отчасти на това, че в храненето се включват много по-интересни от самото ядене елементи. Под елементи разбирам такива завладяващи дейности като превръщането на ястието в каша, тропането по масата с лъжица или хвърлянето на земята на всичко, което му попадне. Това поведение понякога много дразни майката. Важно е обаче да се приеме, че за малкото дете то е нормално. Че не става дума за умишлено противопоставяне или предизвикателство спрямо майката. Как все пак да реагирате? Понякога можете търпеливо да му давате по няколко лъжици в интервалите между периодите на игра и разсейване. Друг път, ако видите, че изобщо не се интересува от това, което яде, и че иска само да играе, кажете си, че се е нахранило. Свалете го от столчето му и вдигнете масата. Ако започне да хленчи или се разплаче, опитайте още веднъж.

Сега стигаме до следния важен въпрос: как да научите малкото дете да се храни самостоятелно? Ще ви кажа - просто му дайте тази възможност.

Ако сте разрешавали на шестмесечното си бебе само да държи бисквитата, вие сте го подготвили и само да се храни с лъжица. Бебето, което никога не е яло с пръстите си във възрастта между шест месеца и една година, вероятно ще закъснее с тази дейност.

Към края на първата година детето ви вероятно ще сграбчи лъжицата или ще даде някакъв знак, че желае да яде без чужда помощ. Оставете го да опита. Няма съмнение, че вие ще го нахраните по-бързо и по-добре, но не се поддавайте на това изкушение. Ако продължавате да го храните, няма да му помогнете да засили доверието в себе си и инициативността си.

Повечето деца проявяват желание да се хранят сами с лъжица още щом проходим - във възрастта между година и година и половина. Не, им ли предоставите тази възможност тогава или малко по-късно, към две години, в самостоятелното хранене няма да има вече нищо вълнуващо и детето ще предпочете майка му да продължава да му дава да яде.

Друга област, която създава на родителите излишни трудности, е приучването на детето да ходи в гърне.. В това отношение повечето от книгите за отглеждане на деца дават доста неясни указания. Майката, която се опитва да научи на това първото си дете, е оставена да се оправя сама. Един от най-важните въпроси е кога да започне. Много майки бързат да се отърват от проблема с пелените. Как да ги упрекне човек? Неприятно е и ви създава работа. Денят, в който детето може да мине без пелени и само да задоволява нуждите си, е добре дошъл. Трябва обаче да се запитаме на кой стадий от развитието му е разумно да очакваме това от него.

Както казах в предишната глава, нервно-мускулната система на дете под две години е недостатъчна зряла, за да контролира червата и пикочния му мехур. Ако започнете да го слагате на гърне-по-рано, това ще е или катастрофа от психологическа гледна точка, или просто загуба на време и излишна принуда и за майката, и за детето. Така че забравете за гърнето до двегодишната му възраст. Ще поговорим за него в следващата глава, когато стигнем до съответния стадий на развитие.

Не е изключено да срещнете някоя съседка, която гордо да се похвали, че нейният Хоумър е престанал да се напишква на година и три месеца. Възможно е твърдението ѝ да ви впечатли и да се запитате дали ѝ вие не трябва да направите нещо по въпроса. И двете обаче не знаете, че Хоумър може би ще започне да се напишква на четири или петгодишна възраст и

че това би могло да трае с години. Седнете, отпуснете се и се примирете за още известно време с пелените. Те не са кой знае каква грижа. Ще се върнем на тази тема, когато детето ви достигне подходящата възраст. Сега ще се спра на един твърде деликатен за много родители въпрос: отношението на детето към собственото му тяло.

Да предположим, че къпят бебе на годинка или на година и три месеца. То с удоволствие изследва тялото си заедно с разните му израстъци и прави забележителни открития. Хваща ушите си и дърпа меката им част. Коментар на майката: „Виж го как си играе с ушичките. Много будно дете е!“ После открива пръстите на краката си и се заиграва с тях. Майката се радва: „Ах, че хубаво си играе с пръстчетата!“ Следва откритието на пениса. Мислите ли, че майката ще възкликне: „Забележително дете е, играе си с пениса!“ Със сигурност не. Тя по-скоро ще го плесне през ръката или ще му покаже по друг начин, че върши нещо лошо. Боя се, че подобни тъжни сцени се разиграват в прекалено много домове.

На какво научава майката детето си по този начин? Трябва да се каже преди всичко, че така нареченият сексуален проблем не съществува за малкото дете; той фигурира само в ума на майката. За детето пенисът му сам по себе си не е по-интересен от ушите или пръстите на краката му. Ние, възрастните, го подтикваме да изпитва нездрав интерес към половите си органи, като преувеличаваме значението им и пораждаме у него чувството, че става дума за забранена област от тялото му.

Когато майката реагира както описах това по-горе, тя сякаш казва на детето си: „Имаш хубави уши и с право си играещ с тях; имаш прекрасни пръсти на ръцете и можеш да си служиш с тях; и пръстите на краката ти са много сладки, забавлявай се на воля. Но е лошо и мръсно да си играеш с половите си органи. Тази част от тялото ти е грозна.“

По същия начин можем да внушим на малкото чувство за вина по повод интереса му към пръстите на краката. Как ли? Нищо по-лесно. Първия път, когато ги пипне, го пляскаме през ръката и му се скарваме: „Лошо дете, я да не пипаш там!“ Следим също пръстите на краката му да са винаги скрити. Казваме: „Бързо си обуй чорапките! Да не искаш всички да видят краката ти!“ Когато го учим как се наричат частите на тялото му, пропускаме думата „крака“. Използваме всички средства, за да превърнем пръстите на краката в забранена област.

Какви ще са реакциите и чувствата на така обработеното дете по-късно? Класическата игра на „доктор“ ще изглежда доста необичайно в квартал, в който децата са научени да гледат на краката си по описания начин. Шестгодишните хлапета срамежливо ще си шушнат: „Ще ти покажа краката си, ако и ти ми покажеш твоите.“

В зряла възраст те ще посещават барове и кабарета от съвсем друг тип. Вместо голи гърди в списанията ще се мъдрят голи крака. Мъжете ще плащат, за да видят на сцената млади жени, крило бавно и сладострастно свалят чорапите си, за да изложат на показ пръстите на краката си. Смешно ли е? Разбира се. Но ако възрастните обикновено не се държат така, то е само защото ние се отнасяме много по-мъдро към децата си, когато изследват краката си, отколкото когато изследват половите си органи.

Какво да правим, когато едно дете под две години открие половите си органи? Точно същото, което правим, когато открива друга част от тялото си. Така половите органи няма да се превърнат в забранени области, окончателно свързвани в детския ум със срама и злото. А ние ще сме помогнали на детето да си изгради здравословно отношение към тялото и секса, когато порасне.

Трябва да го научим и как се казват половите и отделителните му органи. В нашата култура имената им обикновено се премълчават. Майките обичат да назовават частите на тялото на децата си и да играят с тях на следната игра: „Къде е нослето? Пипни нослето. Къде е ушенцето? Пипни ушенцето.“ Но случва ли им се да продължат играта с въпроса: „Къде е пишлето? Пипни пишлето.“ Малко е вероятно. За съжаление стане ли дума за деца, не само обикновените хора, но и специалистите избягват имената на половите органи. Така в една известна книга се препоръчва да научим децата да четат още от най-ранна възраст, като използваме речника на „тялото“, и в тази връзка се предлагат думите: ръка, коляно, крак, глава, нос, коса, устни, пръсти, око, ухо, зъби, корем, уста, лакът, палец, език и рамо. И нито една, свързана с половите органи. А иначе списъкът съдържа някои относително трудни за детето думи, като устни и пръсти.

Така че научете детето си на думи като пенис, гърда и анус, точно както го учите да казва ръка или крак. Ако действате така, то ще изпитва положително чувство към тези части на тялото ей и ще ги приеме. С това ще му помогнете да избегне сексуалното затормозяване в по-късна възраст.

Стадият на прохождането може да се резюмира с едно изречение: това е възрастта на изследването. Вашето дете е млад пътешественик, който непрекъснато проучва вселената си, включително тялото си. Необходимо му е да укрепи дългите си и късите си мускули, както и да изразходва огромната енергия, дарена-му от природата. Но основният принцип, върху който почива всяко възпитание, гласи, че изучавайки света, детето трябва да изгради доверието в себе си. Трябва да се научи да разчита на все по-голямата си способност да ходи, да тича, да се катери-и скача, да строи къщи от кубчетата си, да си играе с колите и камиончетата си, с пясъка, пръстта и водата, с куклите и плюшените животни, да създава ритми и звуци, да се забавлява заедно с майка си, да произнася думи и изречения успоредно с развитието на говора си, да разглежда книжки и да слуша приказките, които му четат възрастните.

Ако му се даде възможност да играе и свободно да изследва една отворена за всеки стимул вселена, то със сигурност ще придобие доверие в себе си и ще постави второто стъкълце в оптичната система на самосъзнанието си. Ако обаче пътят му е затлачен от забрани, у него ще се развие съмнение в способностите му, което в зряла възраст ще се отрази пагубно на инициативността и динамизма му.

През периода на първите стъпки най-ценният дар, който можете да направите на младия пътешественик, е свободата да изследва. А това изисква от вас като майка Търпение и самоотдайност. Ще усетите раздразнение, когато след изпълнена с игри вечер домът ви заприлича на опустошен от ураган. Но спомнете си, че онези хубави къщи, в които не бихте повярвали, че има дете, в никакъв случай не могат да приютят и отгледат уверени в себе си същества.

С дете между една и две години майката трябва да избере една от двете възможности: или къщата й ще е безупречна, а детето изпълнено със съмнения и задръжки, или безредието ще е пълно, но детето ще расте с вяра в себе си. Ако се спрете на втората, ще осигурите на малкото най-добрите условия за преминаване към следващия стадий - стадия на „първото юношество“.

ПЪРВО ЮНОШЕСТВО (Първа част)

Възрастта на първите стъпки, за която говорихме, започва, когато детето ви проходи, тоест на около една година, и продължава горе-долу до края на втората година.

Но ако се опитаме да приложим тази схема към първородния ми син, ще видим, че той навлезе в етапа на първите стъпки на около деветмесечна възраст, защото точно тогава проходи. И макар схемата да сочи двегодишната възраст като начало на „първото юношество“, за него то започна на около година и осем месеца. Как разбрахме ли? Ами той недвусмислено ни даде да разберем по следния начин: през целия период на първите стъпки, когато нещо не му харесваше, той казваше „не, не“ със спокоен глас, без да настоява и без да прави истории. Но на около година и осем месеца в разстояние на една седмица изведнъж се превърна в друго дете. Когато го питахме иска ли нещо, крещеше с всичка сила: „Не, не и не, не искам!“ Тогава ни стана ясно - макар да нямаше две години, той навлизаше в нов стадий на развитие. В емоционално отношение бе достигнал до своето „първо юношество“.

Така че продължителността на стадиите в развитието може да е различна за отделните деца - всяко едно преминава през тях в посочения в тази книга ред, но следвайки собствения си ритъм, в някои моменти по-бърз, в други по-бавен.

Типичното поведение за първото юношество се забелязва при около 50% от децата, навършили две години; на същата възраст 25% вече са задминали етапа, а 25% още не са го достигнали.

Затова не смятайте, че детето ви задължително трябва да изживее различните фази в развитието си точно по начина, по който са описани. Примерите се дават само за да привлекат вниманието ви върху вероятната посока на промените, които то ще претърпи. Важно е да знаете *реда* на етапите. Но детето ви ще остави отпечатъка на своята индивидуалност върху всеки от тях.

Развитието на детето не е равен и гладък път, водещ с течение на времето до по-зряло поведение. Напротив, то преминава през периоди на равновесие, следвани от периоди на неравновесие. Например първите стъпки са период на равновесие, а първото юношество (между две и три години) - на неравновесие. След това стадиите продължават да се редуват. Любопитно е, че природата сякаш е искала да запомним по-лесно този процес и е обозначила по-стабилните периоди с нечетни числа (1, 3,5 години), а по-нестабилните - с четни (2,4 години).

Ако искате просто й разбираемо за всяка майка определение за равновесие и неравновесие, смятайте, че когато детето ви доставя радост с присъствието си (на три години например), то е в период на равновесие. А когато се държи като малко зловредно чудовище (на две години например), то е в период на неравновесие. Надявам се да съм ясен.

Първото юношество е стадий на преход - първия преход, който наблюдаваме в растежа на детето. Нарекох го „първо юношество“ заради фрапиращата прилика с истинското юношество между тринайсет и деветнайсет години (което можем да наречем „второ юношество“).

Преходът от детството към зрелостта се извършва между тринайсет и деветнайсет години. Преди да навърши тринайсет години, детето действа в границите, наложени му от родителите. То още не е достатъчно зряло, за да се проявява самостоятелно вътре в очертани

от самото неа граници и според свои собствени закони. Но в рамките, определени от родителите му, бъдещият юноша вече е достигнал до известно психологическо равновесие. За да премине към по-висшето равновесие на възрастен човек, той трябва като начало да наруши равновесието на детството. Схванат ли бащата или майката този основен принцип, обръкващата сложност на юношеското поведение веднага става обяснима. Тогава вече родителите могат да разберат защо юношата изпитва психологическа потребност да обича друг вид музика, да има друга прическа, да се облича другояче и изобщо да се държи не така, както възрастните изискват от него.

Марк Твен добре го е казал: „Когато бях шестнайсетгодишен, мислех, че баща ми е най-глупавият човек на света. А когато навърших двацет, направо не можех да повярвам колко много е научил за пет години!“

И двете юношества са етапи на бури и напрежение, изпълнени с отрицание и бунт.

Много е важно родителите да схванат положителните аспекти на онова, което нарекохме неравновесие. Тези от тях, които вече имат опит, наричат това време „ужасната година- и се боят от него. Но да погледнем на нещата от друг ъгъл: да вземем едно дете между година и четири месеца и година и половина. То е още бебе. Как може природата да го превърне в тригодишно дете, чиято личност да притежава зрелостта, характерна за дете, а не за бебе? Майката природа не може да извърши тази промяна, без да наруши равновесието, достигнато от бебето. Затова, когато най-малкият ни син започна високо да крещи „не, не!“ още на година и осем месеца, ние разбрахме, че бебешкото му равновесие се пропуква.

Въпреки трудностите, които поведението на отричане и противопоставяне на двегодишното ви дете ще ви причинят, спомнете си, че наистина става дума за положителна фаза в развитието му, без която то ще застане в бебешкото си равновесие.

Преди време една приятелка, не особено запозната с детската психология, ми написа по повод на дъщеря си, тогава на около две години и половина, следното: отивали в магазина, когато малката внезапно клекнала на тротоара и отказала да помръдне и на сантиметър за голямо учудване на майка си, която никога не я била виждала да се държи така.

Та приятелката ми ме питаше: „Защо прави това?“ Най-простият отговор несъмнено би бил: „Защото е на две години и половина!“

Тя въпреки веднага щеше да разбере защо дъщеричката ѝ постъпва по този начин, ако бе прочела описанието на дете на две години и половина в „Малкото дете в съвременната цивилизация“ на д-р Гезел. Ето какво се казва там:

Ако накараме група родители да определят с тайно гласуване най-уморителния период от предучилищната възраст на децата им, мнозинството с положителност биха посочили две години и половина, защото на тази възраст децата проявяват крайности. Ето защо честотната крива на пердаха достига своя връх точно тогава.“

На този стадий детето не се вписва добре в никоя социална група и не е истински склонно да общува със себеподобните си. То все още се нуждае от майка си. Майката е слънцето, около което се върти младата планета.

Обикновено детето е упорито и непреклонно. Изисква желанията му да бъдат задоволявани на минутата. Не си пада по компромисите, не обича да дели онова, което смята за свое, зле се приспособява към реалността. Не приема никакво изменение в

съществуващото. Яростно протестира, ако мама или татко променят или прескочат някоя дума в позната песен или приказка. Възприема всяка рутинна домашна дейност като поредност от строго определени събития и абсолютно държи да се спазва установения ред. С това ни напомня за някой придирчив стар ерген перфекционист с веднъж завинаги изработени навици. Но за разлика от ергена детето може изцяло и внезапно да се промени. Давате му плодов сок в стъклена чаша, то иска в порцеланова. Предлагате му порцеланова, то държи на стъклена. Детето е тиранично. То обича да заповядва. Държи се като малък цар, като господар на къщата. Опитва се да върши неща, с които очевидно не може да се справи само, като например да си завърже връзките на обувките, и категорично отказва да приеме помощта ви. А когато забележи че не се получава, избухва в сълзи и прави страхотна сцена. Може дори да ви обвини, че не сте му помогнали.

Този период е и време на силни изблици, на бури и напрежения, на чести смени на настроението. На всякакви крайности. Детето често се затруднява да направи и най-прост избор и да се спре на него окончателно. То се колебае, разтърсвано от противоречиви чувства, които го тласкат от „искам това“ до „не го искам“ и от „искам да правя еди какво си“ до „не искам да правя нищо“. Понякога взимането на такова просто решение като това дали иска сладолед и дали да спрат да му купят може да предизвика у него остра криза на нерешителност.

По същото време то, бие всякакви рекорди във всички области - може да прави едно и също нещо неопределено дълго време или да повтаря все една и съща фраза или дума, докато на майката ѝ дойде до гуша и помоли за милост. Трудно приема новостите като ястие, което не е опитвало, или дреха, която току-що сте му купили. Необходима му е сигурността на старото и познатото. Затова обича ритуалите: всичко трябва да се прави винаги по един и същи начин. Детето на две години и половина е известно със своята възискателност. Не му противопоставяйте вашата! С дете на тази възраст трябва да се отнасяме с много търпение. Способността му да дели, да чака, да отстъпва е силно ограничена.

Колкото до положителния аспект, нека кажем, че през този период детето се налага със своята бодрост, ентузиазъм, енергия. Ако майката прояви разбиране, тя ще може да го оцени и да открие различните страни на обаятелната му личност. Защото понякога то умее да бъде и чаровно с цялата си буйност, наивност, въображение, въодушевление, щедрост, с възторга си от новия и непокътнат свят, който открива. А какво научава детето ви на този стадий от развитието си? Майката на такъв „пръв юноша“ несъмнено ще ви отговори със същата фраза, която би използвала майка на истински юноша: „Питам се научава ли нещо друго, освен да бъде непоносим и да ме дразни!“ И нека бъдем честни - има немалко истина в тези майчини жалби.

Но ако погледнете отвъд всекидневните изпитания, на които ви подлага, ще разберете, че детето ви е на път да открие своята *индивидуалност*, противопоставяйки я на *социалния конформизъм*. (Това е умаленият образ на развитието му между тринайсет и деветнайсет години.)

Спомнете си, че новороденото не съзнава „аз“-а си. Трябва му известно време, за да различи своя „аз“ от „не-аз“-а на вселената си. През стадия, за който говорим, вашето дете за пръв път придобива истинско чувство за уникалната си личност. И едно от нещата, което задължително трябва да направи, за да придобие това чувство за самоличност, е да се противопостави на родителите си, като възприеме отрицателно поведение. За да определи какво представлява и какво иска, то трябва да премине през фазата на отричане и предизвикателство:

С други думи придобиването на *отрицателно самосъзнание* е част от борбата, водена на тази възраст за придобиването на *положително самосъзнание*.

Трудно е да се опише с думи разликата между чувствата за собствена индивидуалност у проходилото дете и у същото дете по време на първото юношество. „Младият турист“ притежава наивна, невинна, спонтанна способност за експанзия, защото е още бебе, макар да умее да се придвижва. Докато същото това дете в първото си юношество е загубило своята наивност, невинност, спонтанност. За него животът вече не е еднопосочен, а има две посоки на движение. За пръв път в младия си живот то се сблъсква с мощни противоречиви тенденции вътре в себе си. Поведението му показва, че непрекъснато се пита: „Хей, накъде да се запътя? Дали да се върна назад и пак да стана бебе, или да вървя напред и да се превърна в дете? Какво точно искам? Дали онова, което родителите ми ме карат, или онова, което искам аз, тоест точно обратното? Пък и дали е само обратното? И кое е това „аз“, което желае всичко това? И кой съм аз всъщност?“

Един пример от света на „големите“ юноши може да ни помогне да уточним това типично поведение на двегодишното дете. Петнайсетгодишна ученичка отива да си купува рокля с майка си. Пробва много рокли, но все не може да се реши. Накрая се обръща към майка си и я пита: „Коя да взема?“ Майката казва: „Струва ми се, че синята ще ти отива“. На което момичето сухо отвръща: „О, мамо, винаги се опитваш да ми повлияеш!“

След няколко месеца двете отново пазаруват, като този път търсят бална рокля, и момичето, което отново не може да вземе решение, се обръща към майка си за съвет. Поучена от предишния път, майката казва: „Сигурна съм, че можеш да избереш сама.“ Девојката: „О, мамо, никога не ми помагаш, когато имам нужда!“ Майката е абсолютно сразена. Когато ми разказа тази история, тя възкликна: „Струва ми се, че никога няма да ги разбере тези юноши!“

А всъщност, стига човек да е информиран, не е трудно да се разбере противоречивото поведение на девојката. Юношеството е преход между детството и зрелостта. Първият път момичето е искало главно да бъде възрастен човек. Затова не е пожелало мама да му помогне. Вторият път е изпитвало желание да бъде зависимо, да си остане момиченце, затова се е нуждаело от майчината помощ.

„Първото юношество“ притежава сходни черти. Най-често то се характеризира с „остави, мамо, мога и сам“. Детето отказва помощта на майка си например в обличането и ядосано възкликва: „Аз сам!“

В други случаи обаче то се лепва за майка си, заявявайки, че е още бебе, и настоява тя да прави всичко вместо него. Също като юношата двегодишното дете всекидневно се люшка напред-назад между стремежа си към самостоятелност и желанието да остане в инфантилна зависимост от майка си. То приема облика на „господин Да-Не“. Поради тази причина налаганите му ограничения трябва да бъдат гъвкави. Погрешно е да се принуждава *дете на тази възраст* да спазва строги принципи по отношение на обличането, часа за къпане и пр. Абсолютните и неизменни правила просто са неприложими на този стадий от развитието, дотолкова той е съставен от сложни чувства и стремежи. Общо взето, желателно е родителите да не налагат точни и ясно определени правила и ограничения, преди детето да навърши три години. Но между втория и третия рожден ден те биха могли печелившо да последват мъдрият съвет на Емерсън: „Глупавото постоянство е демонът на дребния дух“.

Значи новата задача, поставена на детето през този стадий и развитие, е да придобие силен усет за своята индивидуалност, дълбоко чувство за това, което е. В същото време обаче то трябва да се научи да се съобразява с очакванията на обществото (тоест на тази възраст главно на родителите).

И тук нещата могат да тръгнат на зло по два начина. Ако родителите упражняват твърде строг контрол и изискват абсолютно подчинение, детето става прекалено послушно. Сещам се за едно познато момченце, което така и не премина през стадия на противопоставяне, типичен за двегодишните, защото майка му просто не му позволи. Тя направо го дресира да бъде пасивно и покорно. Не търпеше никакъв импулсивен порив или емоционален изблик, така характерни за възрастта му. Напротив, награждаваше сина си всеки път, когато се държеше спокойно, пасивно и „мило“. Тази система действаше отлично в смисъл, че, за майката въпросният стадий на развитие съвсем не беше изпитание, напротив, премина относително безболезнено, но не свърши работа на детето. Когато то тръгна на детско училище¹, учителката забеляза, че е плахо, не си играе с другите деца и е по-скоро затворено. Явно майката прекалено добре го бе приучила към пасивност и кротост. А подобно поведение можеше да го превърне в стеснителен и лишен от агресивност мъж, неспособен да се впусне в живота и да предприеме нещо ново.

Но не всички деца се огъват така лесно пред строгостта на родителите си. Някои малчугани по природа са по-издръжливи от други. Тогава излишъкът от строгост се сблъсква с яростната съпротива на детето, готово да се бори докрай, но не и да отстъпи. И цялото, първо юношество се превръща в конфликт между две воли - на родителите и на детето. При това няма значение кой ще спечели, тъй като детето със сигурност губи онова, което би могло да придобие през този период.

Възможно е също, като се натъкне на прекалена властност, детето да се подчини външно, потискайки своята враждебност. То неохотно ще прави каквото се иска от него, но ще стане притворно. При всеки удобен случай, когато не го виждат, ще освобождава по малко от враждебността си върху околните, ще счупи нещо, ще ощипе сестра си или ще извърши друго недоброжелателно или разрушително действие. А като порасне, нищо чудно да стане добродетелен и нетолерантен моралист, външно изтъкан от благочестиви принципи, но дълбоко в себе си изпълнен с враждебност. Точно като описаните от Исус фарисеи: „Варосани гробници, които отвън се виждат хубави, а отвътре са пълни с мъртвешки кости и с всякаква нечистота.“ (Евангелие от Матей, 23, 27)

Все по това време може да възникне и друг проблем - този на майката, която се бои да упражни авторитета си. Тя отстъпва на всички изисквания на детето, като незабавно разширява определените от нея граници, щом то откаже да се вмести в тях. Така детето винаги има последната дума. Скоро се оказва, че ролите в семейството са разменени. Господар е детето, а не родителите. Така се стига до „синдрома на гаменчето“. Този тип деца абсолютно не се научават да се съобразяват с реалностите през първото си юношество, а това им създава многобройни трудности, когато отидат в детски дом и открият, че учителката и другите деца изискват от тях елементарно уважение към обществените норми. На такова уважение те са неспособни, защото майката не го е възпитала у тях през стадия на първото юношество.

Огледайте се около вас. Сигурно познавате ужасно стеснителни и притеснени хора, както и хора покорни и конформистки настроени. Човек би казал, че те никога не се отпускат -

¹ В САЩ т. нар. детски училища обхващат децата от три до шестгодишна възраст. - Б. пр.

толкова са напрегнати, докачливи, пълни с предразсъдъци. Други пък са винаги в опозиция. Можете да сте сигурни, че ще заемат обратното становище по какъвто и да е въпрос. В различните клубове и сдружения точно те винаги създават проблеми, тъй като имат психологическа потребност винаги да се борят срещу някого или нещо. Прекалено покорните възрастни, както и вечно непокорните са били в мнозинството си „зле подхванати“ на прага на детството си, което обикновено започва с периода, наречен от нас „първо юношество“.

Дисциплината

Упражняваният от родителите контрол ни води до дисциплината. Досега не сме говорили за дисциплина в истинския смисъл на думата. Няма никаква причина майката да я налага на бебето или на „младия пътешественик“, ако му осигури среда, съответстваща на потребностите му. Но през периода на „първото юношество“ детето трябва да се научи на дисциплина и майката следва да знае как да действа в това отношение.

В тази глава ще говоря за дисциплината само през стадия на първото юношество, но не е зле човек да знае в общи линии кое трябва и кое не бива да се налага на децата. Затова преди да продължите нататък, съветвам ви внимателно да прочетете глави 8 и 9. След това се върнете на тази глава.

Предлагам да започнем обсъждането на дисциплината през първото юношество, като окончателно зачеркнем от речника си думите „строг“ и „снизходителен“. Те объркват родителите, които все се питат: „Да не съм много строг?“ или „Да не би да съм много снизходителен?“ Никога не си задавайте тези въпроси и не употребявайте тези думи. Успехът или неуспехът на възпитанието в дисциплина нямат връзка с вашата строгост или снизходителност.

Първото нещо, което се иска от родителите, специално за децата на разглежданата възраст, е да правят разлика между действия и чувства. Под действия разбирам външното поведение на детето. То пресича улицата, след като вие сте му забранили да го прави; хвърля пясък, след като сте му казали „Не хвърляй пясък!“

Под чувства разбирам вътрешните усещания на детето - то може да бъде ядосано или щастливо, да се бои, да изпитва стеснение или обич.

Важно е родителите да не смесват чувства и действия, защото детето може да се научи да контролира действията си, но не и чувствата си. Чувствата на детето, както и мислите му, го обхващат спонтанно. То не избира нито момента, нито вида им.

Да вземем например гнева. Детето не може да се въздържа да не усети яд или враждебност от време на време. Но сме в правото си да се надяваме, че ще се научи да избягва социалните действия, в които се изразяват тези чувства - да удря, да хвърля пясък, да хапе.

Първото, което трябва да сторим с дете, навлязло в периода на „първото юношество“, е да му помогнем да очертае разумни граници пред действията си. За беда много родители явно зле са разбрали модерната психология, като са решили, че да се налагат ограничения на детето означава да му се нанасят травми или да се спъва развитието на личността му. Психоложката Еда Лешан разказва по този повод как един ден на съпруга ѝ се обадил негов

приятел от телефонна кабина и му казал следното: „Не мога да ти звънна от къщи, защото Боби непрекъснато ми затваря телефона.“

Да видим сега кои са разумните граници за малкото дете. Няма абсолютно правило. Най-напред си поставете въпроса: „Колко категорични забрани мога да му наложя на тази възраст?“ Току-виж се изненадате, когато установите, че съставеният от вас списък е по-кратък, отколкото сте си мислили.

Веднъж при мен дойде една жена, разтревожена от странните навици на детето си.

И по-специално от следния: вместо да си яде пастата като другите деца, то отделяло глазурата, навивало я на топка и я изяждало, а останалото не докосвало. По някаква чисто лична психологическа причина това вбесяваше майката. Бе дошла да се посъветва как по принцип да се държи с детето и ми разкри горната особеност по време на разговора, Зададох ѝ въпроса какво е правила, за да го отучи от необичайния му навик, и тя ми отговори:

„Всичко опитвах! Карах му се, плясках го, предлагам му пари. Нищо не помага.“

Тогава я попитах защо смята за толкова важно да отучи детето от ексцентричния му начин на ядене на паста. Да не би той да му разваля зъбите или да му причинява гадене? „Не, каза ми тя, на мен ми причинява гадене - не мога да гледам как съсипва останалата част от пастата.“

Предложих ѝ да направи малък опит. При следващото хранене по време на десерта момченцето отново започнало да отделя глазурата и да я прави на топка. Следвайки инструкциите ми, майката си замълчала за голямо учудване на детето, което я осведомило:

- Мамо, махам крема!

Помислило, че този път не са го видели.

- Знам - отвърнала тя, като се вкопчила в стола си.

- И не казваш нищо? - Не.

Тогава момченцето както обикновено отделило крема и го направило на топка. Изяло го, а пастата оставило недокосната. Това продължило четири дни. Майката все така не коментирала. На петия ден за нейно голямо удивление той изял пастата си като другите две деца в семейството. Жената не можеше да дойде на себе си, когато ми разказваше това. „Как можа да се промени така?“, попита ме тя. „Комедията свършва, щом публиката си отиде“, отговорих ѝ.

Този дребен инцидент е показателен за много неща, но аз бих искал да изтъкна следното - глупаво е било от страна на тази майка да настоява детето ѝ да си яде пастата „като всички“. Когато става дума за двегодишното ви дете и за това какво искате то да прави, винаги се запитвайте: какво значение има дали ще прави това или онова? Струва ли си изобщо да говорим по въпроса? Съществуват предостатъчно основни забрани и граници за двегодишното дете свързани със запалените печки, с опасностите по улицата, с пясъка, който не бива да се хвърля в очите на другите деца и т. н., за да не усложняваме и неговия, и нашия живот с многобройни и съвършено излишни изисквания.

Много родители мислят, че някъде съществува магически списък на границите, които децата не трябва да престъпват. Няма такъв списък, защото всеки родител притежава лични качества и личен стил на живот. Някои са с по-широки сърца и смятат малък брой ограничения за важни. Други са по-строги и налагат повече забрани. Последните биха се чувствали много притеснени, ако позволяха на децата си да правят онова, което първите позволяват на своите.

Ще ви призная нещо. Според мен границите, които очертавате пред децата си, не са от особено значение, стига да са разумни и логични, стига да ви изглеждат оправдани и на вас, и на тях.

Би било очевидно погрешно и противоестественно родителите да разрешават абсолютно всичко на децата си. И обратно, положението би станало неудържимо, ако се опитате всичко да забраните. Душевното и морално здраве на родителите и хармоничното развитие на детето се намират някъде между тези две крайности; мама и татко трябва сами да определят къде е това „някъде“.

Повечето родители са наясно с ограниченията, които трябва да наложат на действията на децата си, но обикновено се объркват, когато стане дума за чувствата им.

Да държим сметка за чувствата

За да израснат децата психологически здрави и за да имат положителна представа за себе си, родителите следва да ги оставят да изразяват чувствата си. За съжаление действителността не е такава. Повечето родители не позволяват това на децата си.

Да вземем един пример измежду стотици други. Веднъж в една градинка чух следния разговор между майка и шестгодишното ѝ момченце (там беше и четиригодишната сестричка): „Мразя те, Сузи“, повтаряше момченцето, явно ядосано на сестричката си. Да не мислите, че майката предложи: „Томи, обясни ми какво чувстваш, кажи на сестра ти какво се е случило“.. Съвсем не. Тя каза: „Хайде, хайде, Том. Виж колко е мила сестра ти. Ти не я мразиш, ти я обичаш“. Това обаче беше лъжа и момченцето отлично го знаеше. Майката се опитваше да го отклони от чувствата му. Естествено, няма начин тя наистина да преобрази в обич гнева, който то изпитва към сестра си. Единственото, което ще постигне, е да го научи да прикрива чувствата си, да съдържа импулсите си и едва по-късно скришом да им даде воля -като например набие сестра си, когато майката я няма.

Могат да се приведат множество Други примери за начина, по който родителите възпират децата си да им кажат какво изпитват.

И това е вярно за всички чувства, които смятаме за отрицателни: гняв, страх, стеснителност, мъка или безпокойство.

Но не се опитваме да отучим децата си от „положителните“ чувства на любов и нежност. Никога не съм срещал майка, която би попречила на детето си да ѝ каже: „Мамо, обичам те!“

Защо сме такива? Защо не позволяваме на децата си да изразяват и отрицателните си чувства? Причината е съвсем проста. Когато самите ние сме били деца, и на нас не са ни позволявали. Така без да искаме предаваме на децата си собствените си психологически задръжки.

Необходимо е да оставим децата съвсем свободно да изразяват всичките си чувства — и лошите, и добрите. Едва когато детето освободи и по този начин прогони отрицателните си наклонности, положителните могат да заемат мястото им. Ако не го оставим да изхвърли целия си запас от гняв и враждебност, любовта и нежността няма къде да се настанят.

Потисканите чувства са почва за лошо душевно здраве. Като правило децата изразяват чувствата си, освен ако не поискаме от тях да крият какво изпитват. Затова две деца са способни да се сбият сутринта и да бъдат най-добрите приятели на света следобед. Докато родителите на същите тези деца могат да останат в обтегнати отношения в продължение на месеци.

Първото, на което психотерапията научава възрастните с психологически проблеми, е да *изразяват* нормално чувствата си. Но ако научим на същото децата в най-ранна възраст, когато пораснат, те ще бъдат в прекрасно душевно здраве.

Малките деца не могат да изтласкват само някои чувства, като гнева и страха например, без да потиснат и останалите. Ако ги възпитаваме да не дават воля на гнева и страха си, несъзнателно ги възпитаваме да сдържат и „добрите“ си чувства на обич и нежност.

Не е достатъчно впрочем децата да обяснят какво става в тях. Те трябва също да знаят, че родителите им наистина разбират чувствата им. Когато са нещастни или ядосани, или обидени, те търсят разбиране. Как да покажете на детето си, че ви е ясно какво изпитва?

Можете да сторите-това формално, като просто му заявите: „Знам какво ти е“. Но това е прекалено лесно и бързо и рискува да не го убеди. Има по-сигурен начин да засвидетелствате на детето си дълбокото си разбиране. Този начин бе открит още през четирийсетте години от психолога д-р Карл Роджърс и се нарича „отразяване на чувствата“.

Техника на отразяване на чувствата

Ето как се прави: показвате на някой друг, че наистина разбирате какво изпитва, като предавате чувствата му със свои думи, така че да ги отразите, все едно сте огледало. С двегодишни деца е много лесно, тъй като можете да повторите същите думи, които те са употребили.

Например двегодишното ви хлапе пристига с рев. Бясно е: „Джими (петгодишен) ме бие!“ Тук повечето родители въздъхват отегчено и си казват: „Хайде пак започна!“ Събират двете деца и процесът е открит. „Кой започна пръв?“ и т. н. Методът на отразените чувства окончателно ви лишава от ролята на арбитър. Наместо това, когато двегодишното ви дете се оплаче: „Джими ме наби!“, можете да отговорите със съчувстващ тон: „Ядосан си, защото Джими те е набил!“ или „Ядосваш се, когато Джими те бие, нали?“

Думите ви предават неговите чувства, като ги отразяват. Наричам този метод техника на обратното действие, защото препращайки на детето си собствените му чувства, вие му показвате, че наистина разбирате какво изпитва.

Преди няколко години една майка, която бях посветил в техниката на обратното действие, ми разказа случка, добре илюстрираща начина на действието ѝ. Майката, която членуваше в приятелска асоциация на детегледачи, една вечер гледала децата на друга семейна двойка. Родителите сложили Тими да спи и излезли. По едно време Тими изскочил от стаята

си уплашен и притеснен й рекъл: „Госпожо Джоунс, в стаята ми има вълк!“ Майката ми обясни, че преди да усвои въпросната техника, тя би реагирала зле в дадената ситуация, както впрочем повечето родители. Би казала: „Хайде сега, не ставай смешен, Тими, много добре знаеш, че в стаята ти няма вълк.“ И би обиколила стаята с момченцето, показвайки му, че вътре няма вълк, което ни най-малко нямаше да намали страха му. Вместо да действа по този на пръв поглед разумен, но неправилен начин, тя под-ходила към въпроса другояче - приложила нашия метод.

Казала му: „Седни до мен и ми разкажи за вълка.“ И детето споделило колко се бои от вълка. Тя му отговаряла с фрази като: „Наистина те е страх от този вълк!“ или „Този стар вълк май много те плаши!“ и други подобни. Не се опитвала да го успокоява, нито да го разсейва. Задоволила се да му препраща чувствата, които описвало. Момченцето й казало, че много се бои от този вълк, че го мрази и че ще го хвърли в морето от скалите. Накрая, след около двацет минути, през които тя само отразявала чувствата му, то се обърнало към нея и й рекло: „Госпожо Джоунс, сега мисля, че мога да отида да спя.“ Тя го завела в стаята му, завила го и след няколко минути то вече спяло.

Госпожа Джоунс ми разказа всичко това седмица след случката и забеляза: „Знаете ли, наистина помага.“ Така е, помага. Опитайте. Впрочем тази техника съдържа нещо като саморегулатор. Ако не разберете какво изпитва детето, то почти сигурно ще реагира с думите: „Не, не е това, не ми е така.“

Методът на обратното действие е лесен за разбиране, но труден за приложение, защото когато ние, родителите, сме били деца, към нас са се отнасяли другояче. И защото сме прекарвали много години от живота си в опити да успокояваме другите, да ги съветваме или да ги отклоняваме от чувствата им, особено ако ни се струват лоши. Методът на обратното действие противоречи на цялото ни възпитание.

Винаги съм оставял децата си да изразяват „отрицателните“ си и враждебни към мен чувства. Но трябва да призная, че понякога, в момента, когато действам така, чувам в себе си едно гласче, което шепне: „Внимавай с кого говориш, момчето ми! Аз съм ти баща!“ Това гласче, което не принадлежи на психологически и научно осъзнатия баща, какъвто съм аз, е гласът на собствения ми баща - той ми казва, както когато бях дете, че нямам право да заявявам на всеослушание какво изпитвам.

Та ето защо не е толкова просто да се приложи техниката на афективното отразяване - след като не са ни позволявали свободно да изразяваме чувствата си, когато сме били малки, несъмнено ще ни е трудно да позволим на децата си да го правят.

„Но не означава ли това да позволим на детето да покаже неуважение към нас, особено ако го оставим да ни заяви, че ни мрази?“ Този въпрос си задават много майки. Не мисля, че свободното изразяване на поривите има каквато и да е връзка с уважението или неуважението. Детето уважава родителите си, когато усеща, че те знаят повече от него, че се отнасят с него справедливо и на свой ред го уважават. Но от време на време детето „се сърди“ на родителите си. И тъй или иначе ще „им се сърди“, дори ако, не му позволят да го изрази.

Защо тогава да не го оставим да се освободи от гнева си? Ако го възпрем, ще му бъде много по-трудно да контролира поведението си. Няма нищо по-опасно от това да попречим на парата да излиза от котела.

Казах, че е важно да се прави разлика, между чувства и действия; предложих да се поставят разумни граници на действията на детето, но да му се позволи да изразява чувствата, които изпитва. Описах техниката на отразяването като средство да покажем на детето, че наистина го разбираме. Сега бих искал да дам конкретен пример за дете на две години и половина като илюстрация на това как изглежда на практика различаването на чувствата от действията.

Когато синът ми стана на две години и половина, често се случваше следното. Водех го в градината и той, много щастлив, си играеше на пясъка. Накрая идваше часът за тръгване. Предупреждавах го малко преди това, за да се подготви.

- Ранди - съобщавах му, - след десет минути потегляме. След десет минути му казвах:

- Ранди, време е да си тръгваме. - Не, не искам.

Как всъщност съм могъл и за миг да допусна, че ще иска да си тръгне? Нали добре се забавляваше? Тогава започвах да „отразявам“ чувствата му.

- Знам, че не искаш да си ходим, защото добре се забавляваш на пясъка.

- Няма да си ходим!

- Толкова ти е хубаво, че не ти се ще да мръднеш оттук! Продължавах така няколко минути, накрая го грабвах и насила го отнасях до колата. Той крещеше и ме риташе, а аз все така „отразявах“ чувствата му през целия път: „Яд те е на татко, защото искаш да играеш, а той те води къщи!“

Да анализираме сега тази случка, защото тя е нещо като моментна снимка, позволяваща да размислим над многото начини, по които можем да се отнасяме към децата на този стадий на развитие.

Ако се бях подал и бяхме останали в градината, когато наистина бе време да си тръгваме, щях да го науча да се държи като малък тиранин и да отказва да се подчинява на умерени ограничения. И нямаше да му помогна да възприеме разумните обществени норми.

От друга страна, ако не му бях позволил да изрази недоволството си, щях да нараня неговата оформяща се индивидуалност и чувството му за самоуважение.

А аз действах така, сякаш му казвах: „Имаш право да се ядосваш. И аз бих се разгневил, ако някой ми попречи да се забавлявам. Като човек, ти си в правото си да изпитваш такива чувства и да ги изразяваш.“

Горното добре илюстрира многобройните подобни случаи, с които ще се сблъскват на тази възраст на детето ви. Дайте му възможност да се изрази, но бъдете твърди и настоявайте да не прекрачва с действията си разумните граници.

Това, което описах, е *идеалният* начин на действие в подобна ситуация. То не означава, че винаги ще постъпваме точно така. Защото ние, родителите, също имаме права! Имаме право на лоши дни, на моменти на раздразнение и на чувства на враждебност.

Не всеки път ще съумеем да запазим хладнокръвие и да се държим идеално с детето си. Не винаги ще имаме желание да го оставим да каже каквото си мисли. Понякога само ще излаем: Млък! Мама решава, децата слушат!"

Много майки силно се притесняват, че са се ядосали и са се развикали което всъщност няма нищо особено. Струва им се, че трябва винаги да са спокойни и ведри. Това наистина е идеалният вариант, но аз още не съм срещал родители, способни на спокойствие и ведрост при всички обстоятелства. След като се опитваме да дадем на децата ни правото да изразяват своите чувства, би трябвало и ние, родителите, да имаме същите права. Така че ако ви се вика, викайте. И след като по този начин сте „елиминирали“ гневните си чувства, отношението ви към детето ще бъде съвсем различно и ще можете да му кажете: „Мама много се ядоса и ѝ беше много мъчно, но вече е по-добре.“ То ще ви разбере.

Нека сега ви успокоя: не всички деца създават толкова неприятности през „ужасната втора година“. Между децата има дълбоки природни различия. В биологическо отношение те ни най-малко не си приличат. Някои са по-възбудими, други - по-„лесни“. Което означава, че едно дете ще ви позволи по-охотно от друго да го насочвате по време на еднакво трудния преход.

Но всяко здраво и нормално дете би трябвало да прояви известна степен на негативизъм през този период. А ако усетите, че падате духом, спомнете си: това ще мине! След третия рожден ден на детето ви с учудване ще установите как внезапно е станало-сговорчиво и „лесно“ в сравнение с времето отпреди половин година.

Майките добре знаят, че любимата дума на тази възраст е „не“. Между другото да не се учудваме, че детето се научава да казва "не" много преди да започне да казва „да“. Та нали от самите нас е чувало много по-често „не“, отколкото „да“. И ако през периода на прохода сведем до минимум нашето „не“, детето може би по-рядко ще ни се противопоставя с „не“ през „първото юношество“.

Но тъй или инак ще станем свидетели на множество отрицателни прояви - детето бяга, когато го викаме, рита, гърчи се или се вцепенява, когато го караме да направи нещо, или пък изпада в истински „истерични“ кризи. Обикновено този тип поведение не е присъщо на възрастта на първите стъпки. Как да го посрещнем сега?

Ако сте прочели глава 8 и 9 за дисциплината, вече знаете, че „подсилениите“ реакции имат тенденция да се повтарят. Ако родителите отговарят на негативизма на детето, като се гневят, те несъзнателно подсилват този негативизъм и подтикват детето към още по-голям.

Има начини да се справим, без да прибягваме до такова ненужно подсилване. Преди всичко трябва да отличаваме словесния отказ от истински отрицателното поведение. Например ние казваме на детето: „Хайде да облечем палтото, че ще излизаме.“ И започваме да му помагаме. „Не, не искам!“, заявява то, но си противоречи, като пъха ръце в ръкавите. Това е добър пример за „словесен негативизъм“. То е все едно, че детето казва на майка си: „Знам, че навън е студено и наистина имам нужда от палто. Ясно ми е също, че ти си по-голяма от мен и можеш да ме принудиш да го облека. Но признай, майче, че и аз съм някой и имам право поне да попротестирам малко!“ Въпросният негативизъм прилича на игра - в известен смисъл детето играе с майка си на „неподчинение“.

Ако обаче не разпознае игровия характер на държането му и реагира, като втвърди позицията си, тя може да предизвика криза, каквато иначе е нямало да възникне.

Истинското отрицателно поведение, което се отличава от обикновената вербална съпротива, би се проявило при тези обстоятелства в бягство или яростно физическо противопоставяне. В такъв случаи майката разполага с няколко „ответни удара“. Ако става дума за игра на двора, тя може да каже: „Трябва да си облечеш палтото, за да излезеш, но ти сигурно предпочиташ да останеш въщи.“ Ако детето наистина желае да излезе, има шансове неохотно да облече палтото си. Друга ситуация: майката иска да вземе детето със себе си на пазар, но бърза и няма време да разреши проблема спокойно. Тогава тя би могла да „отрази“ неговите чувства („Знам, че не искаш да облечеш палтото си, знам, че това те ядосва“), продължавайки насила да пъха ръцете му в ръкавите!

Не само за възрастните е тежко да загубят достойнството си. Това никак не се харесва и на децата през периода на „първото юношество“. Затова не е зле да се опитаме да избегнем прекия сблъсък с дете, което проявява негативизма си, да му дадем малко преднина, за да не нараним гордостта му, като например му предложим някаква странична дейност или се опитаме да го умилостивим с ласки. Стига да ни издържат нервите! Във всички случаи, отразявайки чувствата му, ние щадим достойнството му. А истината е, че му казваме: „Знам, че не си съгласен с всичко и това е съвсем нормално. Много съжалявам, защото ми е ясно какво изпитваш, но с прискърбие трябва да ти съобщя, че тъй или иначе, ще ми се подчиниш.“

Как да реагираме на истеричните кризи

Истеричната криза е върховната проява на негативизъм. Това е състояние на такъв бяс, че детето може само да плаче, да се дере или да се търкаля по земята, като рита с крака във всички посоки. Ако отстъпите пред такъв гняв, вие само ще го засилите. Ще научите детето да реве още по-силно, за да наложи капризите си.

Дъщеря ми беше на десет години, когато покани една своя-приятелка да прекара с нас края на седмицата на къмпинг. Момиченцето отговори, че родителите ѝ имали други планове, но прибави: „Не се безпокой, ще се оправя. Ще ме хване истерията и мама ще ме пусне!“

Ако пък загубите самообладание и също се ядосате, пак ще увеличите гнева на детето. То вече ще знае, че може да получи от вас каквото иска и когато иска с някоя хубава истерична криза. Не се старайте да вразумявате разярено дете или да го разсейвате с думи. В такъв момент то представлява буря от емоции. Не е в състояние да слуша езика на разума или на логиката. И в никакъв случай не се опитвайте да възпрете яростта му, като го заплашвате с бой. Нали сте чували родители да казват на истеризиращо дете: „Престани или скоро ще разбереш защо реवेश.“ Все едно да гасиш огъня с бензин.

Е, как тогава да постъпите, когато детето ви изпадне в истерична криза? Това, което е необходимо да му внушите, е, че гневът му може и да е неизбежен, но няма да го доведе доникъде. Но как да го сторите? Просто го оставете само да изживее яростта си.

Всяка майка трябва да намери начин да направи това. Бихте могли да стоите безмълвно и да изчакате кризата да отшуми от само себе си. Или ще предпочетете да говорите и да кажете: „Знам, че си недоволен и бесен, но иди в стаята си и стой там, докато се успокоиш. Когато свършиш, ще ти покажа нещо хубаво.“ Или пък строго ще му наредите: „Марш в стаята си.“ Вие сами трябва да откриете метода, който най-добре ви приляга, и да го използвате. Преди всичко обаче, опитайте се да помогнете на детето си да запази достойнството си, като му предложите, стига да е възможно, елегантен начин за излизане от задънената улица.

Да кажем няколко думи и за истериите в присъствие на приятели, роднини или на пазара. И в този случай използвайте антикризисните техники, но знайте, че имате срещу си нов противник, който може да се намеси и да ви попречи да намерите разумното решение - публиката. Ето тогава изскача чудовището: „Какво ще си помислят хората?“ Ако присъстващите не познават детската психология, те несъмнено ще си помислят, че грешите, че просто трябва да дръпнете на детето един хубав пердах и да сложите край на кризата. Е, и какво от това? За какво отглеждате детето си - за да направите от него здраво и щастливо същество, или за да угодите на съседите си?

Как се развива съзнанието

Но същите тези съседни ви дават възможност да обърнете внимание на един важен аспект от „първото юношество“ и да научите детето си да се подчинява на обществените норми. Детето формира отношението си към обществените норми, като възприема ограниченията и контрола, които му налагат. Това става чрез така нареченото съзнание, което може да се разглежда като вътрешен глас, превеждащ заповедите и забраните на родителите. Съзнанието не е вродено; никой не притежава такова по рождение; усвояваме го главно от родителите си.

Някои деца се превръщат в лишени от съзнание възрастни. Това са психопатите и престъпниците, които могат да извършат противообществена постъпка, без да изпитат никакво чувство за вина. Но съществуват и деца, които, когато пораснат, страдат от излишък на съзнание.

За нас, психолозите, те са типичните пациенти. Това са извънредно тревожни и потиснати хора, които твърде много се боят да не би да са лоши или егоисти, или „да не ги бива за нищо“, прекалено се стараят да се харесат на другите и се притесняват за чуждото мнение.

Не искаме децата ни един ден да се присъединят към едната или другата категория. Желаяем, докато растат, да придобиват разумно и здраво съзнание. Можем да помогнем на детето да придобие именно този вид съзнание, като сами проявяваме разум, когато изискваме от него да се нагоди към обществените норми.

Поведението на детето свършено ясно показва развитието на съзнанието му на този стадий. Най-напред, докато върши нещо забранено, то високо казва „не, не“ само на себе си. Веднъж видях най-големия ми син, по онова време на две години и половина, да стои пред библиотеката и да повтаря: „Не! Не!“, дърпайки книгите от рафтовете. Забранена дейност. Някои родители биха могли да се раздразнят от такова поведение и да си помислят: „Щом казва „не“, значи знае, че е забранено. Защо тогава го прави?“ Ще им отговоря, че съзнанието му току-що е започнало да усвоява забраната, която повелява да не се свалят книгите от лавиците. Но самото дете още не владее достатъчно спонтанните си действия, за да се вслуша в зараждащото се съзнание.

Важно е родителите да разберат, че щом детето е способно да си каже „не“, значи първата стъпка в развитието на съзнанието е направена. По-късно то ще съумее да си каже „не“ и ще се послуша - няма да издърпа книгите. Основната функция на съзнанието е да предотврати антисоциалното поведение, а не само да породи у детето чувство за вина, след като е сторило нещо лошо. Но тази превантивна функция се утвърждава с времето.

Нужни са цели пет години от живота на детето, за да развие съзнанието си, за да усвои общоприетите норми на социално поведение. Не го насилвайте. В това отношение езикът ще му е изключително полезен. Назоваването на реалността ще му помогне много да овладее и себе си, и света. А тъкмо през стадия на първото юношество говорът прави фантастичен скок напред.

ПЪРВО ЮНОШЕСТВО (Втора част)

Споменах по повод на възрастта на първите стъпки, че съществуват две фази в овладяването на езика: *пасивна* (разбиране) и *активна* (говорене). От една до двегодишна възраст преобладава пасивната, но между две и три години се налага активната.

В това отношение вторият рожден ден бележи момент на преход и бързо развитие. Сега вече бебешкият жаргон остава на заден план. Все още се срещат фрази от една дума, но детето започва да се изразява от ден на ден все по-сложно.

На осеммесечна възраст то е казвало: „Ела“ или „Отвори врата“. На две години използва фрази като: „Къде е татко?“, или: „Дай вестника на татко“, или още: „Не искам да си лягам“.

Употребата на местоименията, доста често правилна, става редовна. Речникът също невероятно много се обогатява.

Ако достатъчно сте говорили и общували с детето си, сега е моментът то да извлече цялата полза от това и да започне да изразява с думи всичко, което е регистрирало вътрешно на възрастта на първите стъпки. Като правило колкото повече сте му говорили, толкова повече ще говори. Което не означава, че трябва да не млъквате и да го заливате с приказки. Но колкото по-често ви е слушало да произнасяте думи, толкова по-богат ще бъде речникът му. Този факт е проверен чрез сравнителни изследвания на деца, произлезли от бедни среди, и на деца от средната класа. На първите е говорено твърде малко в сравнение с вторите, чиито майки обикновено отделят повече време за словесно общуване с децата си. Не е чудно, че се установяват огромни разлики в полза на децата от средните класи по отношение на речника и развитието на езика, при това още на четиригодишна възраст!

Някои деца произнасят думите ясно и правилно още щом проговорят. Други много дълго бърборят неразбрано за „непосветените“. Понякога само майката е способна да разтълкува какво иска да каже детето. Това се дължи отчасти на биологически разлики, но и на броя на разговорите, които е чуло, както и на произношението ви.

Ако сте гледали филма или пиесата „Чудотворецът“, ще си спомните, че решителният миг в живота на малката глухоняма и сляпа Хелън Келър настъпва, когато учителят успява да я накара да разбере, че всеки предмет притежава *собствено име*. Вашето дете ще преживее същия обрат, щом схване, че всяко нещо носи име, което то може да научи. Това е момент на въодушевяващо откритие. Овладяването, на названията на заобикалящите го предмети му придава нова сила, за да покори вселената си. Оттук нататък то може да я *интериоризира* и да борави със символите, които я обозначават. Да борави с имената на предметите мислено, без да му е необходим физически контакт с тях. А това му осигурява власт над света. Чрез новопридобитото господство над езика детето става наистина по-висше от животните.

Още преди време двама съпрузи психолози, Кейт и Кати Хейз, отгледаха маймунче заедно с дъщеря си. Тази очарователна история е разказана в книгата им „Маймунката вкъщи“. Любопитно е, че отначало животинчето изпреварвало момиченцето в многобройни двигателни дейности и тестове за „интелигентност“. Това продължило до двегодишната им възраст, когато момиченцето внезапно направило скок в развитието си и скоро започнало да проявява много по-голяма ловкост и сръчност от маймунката. И каква била причината? Именно *овладяването* на езика, благодарение на който момиченцето вече можело да интериоризира вселената си, да я възприема символно, докато маймунката била неспособна на това.

Новите езикови познания позволяват на детето ви да мисли абстрактно. То започва да разсъждава, да предвижда близкото бъдеще. Въображението прониква в игрите му, фантазията му се развихря. Умственият му живот е направил гигантска крачка напред.

Преди то се е отдавало главно на двигателна дейност, като например изкачване по стълби. Оттук нататък огромната част от времето му ще е посветена на упражнения в говорене. Лингвистката Рут Уиър е изучавала езика на двегодишния си син, като записвала какво си говори сам в стаята си, преди да заспи. Тя разказва за това свое завладяващо изследване в книгата си „Речта в люлката“. В предисловието на Джакобсън е отбелязано, че на много места разговорите, които детето води само със себе си, учудващо приличат на текста в самоучителите по чужди езици.

Затова продължавайте, докато е възможно, да играете на „имена“ с вашето дете. На този стадий от развитието си то изпитва онова, което д-р Гезел нарича „жажда за говорене“. Затова ще участва в играта с ентузиазъм и ще бъде гордо, че знае имената на толкова неща.

Как да отговаряме на въпросите на децата

Едно ново явление в развитието на говора у детето на тази възраст е „играта на въпроси“. В някои случаи тя е вариант на играта на „имена“. „Какво е това?“ е типичен въпрос, задаван за всяко нещо и по повод на всичко. Ако се чувствате залети от тази истинска река от въпроси, утешете се, като си кажете, че детето ви е много интелигентно. Което впрочем е вярно - колкото е по-интелигентно, толкова повече въпроси ще задава!

И тук установяваме разминаване между това, което е най-подходящо за детето, и онова, което родителите, същества от плът и кръв, могат да направят. Идеалното би било родителите да отговорят на всичките му въпроси. Така ще му помогнат да развие говора си, речника си, способността си да разсъждава и изобщо интелекта си.

Но в действителност никой родител не е в състояние да даде отговор на всичко, което иска да знае дете на две години и половина. Правете максималното. Но не си мислете, че ще провалите шансовете му и ще блокирате интелектуалното му развитие, ако ви се случи да кажете: „Не знам! Мама е уморена!“

Поведението ни всъщност зависи от значението, което придаваме на въпросите на двегодишното дете. За беда те често дразнят майките, които биха предпочели детето да си мълчи и да ги остави да си гледат работата спокойно. Но ако знаеха колко важни за интелектуалното му развитие са и въпросите, и отговорите им, щяха да се държат другояче.

В книгата си „Детските игри“ Арнолд Арнолд дава пример за два различни начина, по които родителят може да отговаря на въпросите на детето си. Кухня. Майката изпразва формата за лед и едно ледче пада на земята. Появява се детето и взема ледчето. Диалог:

Детето: Защо ледът е студен?

Майката: Защото е замръзнал.

Детето: Защо е замръзнал?

Майката: За да остане студен,

Детето: Кое го прави студен?

Майката: Хладилникът.

Детето: Кое прави студен хладилника?

Майката: Вътре има един мотор.

Детето: Защо?

Майката: За да го направи студен.

Детето: Защо хладилникът е студен?

Майката: Дръпни се от хладилника.

Детето: Искам да знам защо хладилникът е толкова студен.

Майката: За да не се разваля храната.

Детето: Защо се разваля храната?

Майката: Заради микробите.

Детето: Какво е микроби?

Майката: Малки животинки.

Детето: Какво е малки животинки?

Майката: Съвсем мънички.

Детето: Мога ли да ги видя?

Майката: Не.

Детето: Защо не?

Майката: Защото са съвсем мънички.

Детето: По-малки ли са от мишка?

Майката: Много по-малки.

Детето: Колко по-малки?

Майката: Дръпни се от хладилника.

Детето: Но искам да знам защо е студен!

Майката: Ще се дръпнеш ли от хладилника!

Детето: Защо има мотор?

Майката: За последен път те...

И тъй нататък.

След това Арнолд ни предлага да вложим повече добра воля, откликвайки на ненаситното любопитство на детето. Същият декор, същите действащи лица, но различен човешки контакт. Майката е все така заета, детето все така я обсипва с въпроси. Но този път тя вижда във въпросите начин да насърчи интелектуалното му развитие, а не досада.

Детето: Защо ледът е студен?

Майката: Ледът е просто замръзнала вода. Знаеш ли, че на Северния полюс е толкова студено, че водата винаги е замръзнала? Ако оставиш парче месо на Северния полюс, то ще замръзне и ще стане твърдо като камък. Когато е така замръзнало, то не може да се развали. Спомняш ли си, че миналата седмица изхвърлих онзи бифтек, дето бях забравила да прибера в хладилника? Казах ти, че е развален.

Детето: Спомням си. Ти каза, че не можем да го дадем на котката. Какво значи развален? Защо не можехме да го дадем на котката?

Майката: Има милиони и милиони малки животинки, толкова малки, че не можем дори да ги видим. Те са във въздуха и някои от тях обичат да кацат върху нещата за ядене, за да се хранят. Тези животинки се наричат микроби и ако ги изядеш, може да те заболи корем. Обаче те изпитват ужас от студа. Ако държиш храната на студено, те не кацат отгоре ѝ. Когато храната е в хладилника, не могат да я развалят. Но то за всички е лошо да стоят на студено.

Детето: Защо е лошо да стоя на студено?

И прочие.

Такива разговори майката води, с детето си по всяко време на деня и те са най-значимото образование, което то може да получи. Това образование, тези „часове, по практика“ биха могли да се нарекат „Въведение в тайнството на света“,

Отнасяйте се към детето си и въпросите му с уважението, което изисква неговата разцъфваща млада интелигентност. Интересът и вниманието, проявени от вас, докато споделяте с него знанията си за света и тайните му, са един от най-прекрасните подаръци, които можете да му направите.

Телевизията като образователна играчка

Една „играчка“, която сигурно притежавате, с положителност може да се окаже учител и възпитател с разнообразни дарби - това е вашият телевизор.

От известно време телевизията е обект на сериозни критики; наричат я например културна пустиня и трябва да се признае, че-много от предаванията наистина не струват. И аз не.по-малко от вас ненавиждам нелепите шоу-програми и тъпите реклами.

Самият аз твърде малко гледам телевизия, толкова лошо е качеството ѝ. Хубавите програми за деца се броят на пръсти. Те често се задоволяват с добрите стари рисувани филмчета, в които все същото познато голямо животно безкрайно преследва все същото малко животинче. Много родители се безпокоят и от това, че по телевизията показват толкова насилие. (Ще разгледам този въпрос в глава 10 *-Детето ви и насилието*).

Следователно ще се съгласим, че голяма част от критиките са основателни и че качеството *и* програмите за деца търпи сериозно подобрение. Но би било грешка да пренебрегнем важната образователна функция, която би могла да има телевизията през предучилищния период.

Откакто телевизията навлезе в американските домове, речникът на децата, които тръгват на забавачка или на училище, значително се е обогатил в сравнение с времето, когато телевизията не съществуваше. По този повод д-р Луиз Еймс от Института „Гезел“ уточнява: „От тригодишна възраст нататък те виждат какви ли не неща, които не биха видели преди едно поколение. Знанията им са ужасно обширни.“

В статията си „Учителката Телевизия“ Едит Ефрон прави следния коментар: „Учениците от първи клас, които много са гледали телевизия, имат речник, често изпреварващ с цяла година речника на децата, които не гледат телевизия. Колкото, по-интелигентно е едно дете, толкова повече знания придобива от екрана. В крайна сметка в образователно отношение телевизията действа благотворно на малките деца, каквато и да е природната им интелигентност.“

Въздействието на телевизията върху децата в САЩ бе най-пълно изследвано от д-р Уилбър Шрам. Той установи, че измежду шестте хиляди наблюдавани от него деца най-интелигентните, най-добрите ученици са ревностни телевизионни зрители. Според д-р Шрам „главната отличителна Черта на интелигентните деца е, че всичко започват да правят много рано. Започват да гледат телевизия по-рано от другите и през първите си училищни години се интересуват от телевизия повече от съучениците си.“

Очевидно е следователно, че най-сериозните научни авторитети са на едно мнение - въпреки явните си недостатъци, телевизията има здравословно образователно влияние върху децата. Няма съмнение, че ако програмите се подобрят, тя би могла да бъде още по-полезна.

Но не си вадете заключението, че препоръчвам на децата от предучилищна възраст неограничена доза телевизия. Точно обратното. Смятам, че следва да насърчавате развитието на детето си чрез разнообразни дейности както въщи, така и навън. То трябва да се катери, да тича, да кара колело, да си играе на пясъка, да строи, чертае, рисува, да слуша плочи и приказки. Но мисля, че телевизията има своето равноправно място сред всички тези дейности. Не основното, но едно разумно място.

Тъй като говорим за развитието на езика у детето ви, изглежда уместно да се запитаме: „Трябва ли да го научите да чете?“ В глава 11, *Училището започва вкъщи (първа част)*, ще се спра подробно на темата и ще дам някои разяснения, произтичащи от последните изследвания, които може би ще ви изненадат. Но още тук ще отговоря на въпроса така: „Да, мисля, че е добра идея да научите детето си да чете в предучилищна възраст.“ Заключениеята на съвременната наука са в този смисъл.

Големият проблем е „кога“. Една от книгите, които ви препоръчват да научите детето си да чете, определя двегодишната възраст като най-подходяща за начало на обучението. В същата книга се твърди: „Ако решите да си дадете малко труд, започнете, когато детето ви навърши година и половина, а ако сте много интелигентен, още на десетмесечната му възраст.“

Това, разбира се, е огромна нелепост и много се боя да не би някои майки с най-добри намерения да са се мъчили да учат да чете дете на година и половина или, още по-лошо, десетмесечно бебе. Би било смешно, ако не беше трагично. Началото на обучението по четене вкъщи е някъде около третия рожден ден, не преди това. Не по време на „първото юношество“, защото тогава детето се разкъсва от противоречиви чувства и води битка срещу принудите, за които говорихме в предишната глава. То няма никаква нужда от още една принуда. Така че не се опитвайте да го учите да чете на тази възраст.

Ревността у децата

Сега бих искал да се спра на вечния проблем за ревността у детето или както ние, психолозите, я наричаме, „съперничеството между деца от един брак“.

Всеки път, когато малко братче или сестриче се появи в семейството, детето ви реагира по определен начин. Изобщо не вярвам на майка, която ми казва: „Томи обикна сестра си още от първия ден“, защото това е психологически невъзможно. Да направим заедно едно предположение. Представете си, че утре съпругът ви съобщи следната забавна новина: „Мила, другата седмица старата ми приятелка Рок-сана ще дойде да живее у нас. Аз, разбира се, все така те обичам. С теб ще бъдем заедно в понеделник, сряда и петък. Но вторник, четвъртък и събота ще бъда с нея. За неделята ще теглим жребий.“ На всичкото отгоре, когато тази съперница се настани у вас, вие откривате, че няма намерение и пръста си да мръдне, за да ви помогне в работата, че по цял ден безделничи, чете си списанията и се налива с разхладителни напитки. Какви чувства ще изпитвате към нея? Несъмнено ще си умирате от яд! Е, детето в предучилищна възраст реагира горе-долу по същия начин на раждането на братче или сестриче. То се чувства оцетено, огорчено, то е направо вън от себе си.

Струва му се, че майка му го е изоставила, когато е влязла в болницата, за да роди новото дете. А веднъж прибрала се с новороденото, тя има твърде малко време да се занимава с по-голямото. Цялата се отдава на натрапника. Като капак роднините и приятелите, които идват вкъщи, до един се прехласват пред бебето, твърдят, че е много сладко и пренебрегват „големия“ брат или „голямата“ сестра. Да се учудваме ли тогава, че всяко дете изпитва враждебност към брат-чето или сестричето си?

Невъзможно е да му попречите да я изпитва, но можете да я приглушите.

Необходимо е преди всичко навреме да съобщите на детето за раждането, за да не бъде то пълна изненада за него. Не става дума за девет месеца предварително, този период е

твърде дълъг. Един месец стига. (То и без това ще разбере по-рано, като слуша разговорите около себе си.)

Ще помогнете на детето си да се освободи от чувствата си към новороденото и ако му подарите гумена кукла с пелени, люлка и ваничка. В зависимост от възрастта и пола си то ще поиска да се грижи за нея или да я бие, или ще изрази по друг начин отношението си към бебето чрез заместилата реалността кукла.

Преди да отидете в болницата, скрийте някои малки подаръци из къщата. След това се обадете по телефона от болницата и му кажете, че за него има изненада. Така то няма да се чувства толкова изоставено. Ще усеща, че наистина мислите за него, макар да сте далеч. Като се приберете, опитайте и вие, и съпруга ви да не се суетите прекалено около новороденото и да не пренебрегвате по-голямото. Намерете време да му окажете внимание и да, му засвидетелствате обичта си.

Обикновено детето в предучилищна възраст реагира на раждането на ново бебе по два начина. Най-напред то иска отново да се превърне в малко бебе. Това е защитен рефлекс, който ние всички използваме от време на време в моменти на изпитания. Тогава поведението ни става инфантилно. Повечето родители обаче правят точно обратното на онова, което трябва да се направи, когато детето им прояви желание да се върне назад. Те се опитват да му покажат предимствата на по-голямото дете. Само че то не забелязва тези мними предимства. Вижда само, че всичко, което се е постарало да научи - да се храни само или да не се напишква, е било, за да дойде сега това бебе и цялото семейство внимателно да гледа как мама му дава биберона или го преповива.

Все едно, че по-голямото дете си казва: „Хм! Може би ако се държи като бебе, ще накарам мама да ми задели малко от обичта и вниманието си!“ И започва отново да се напишква, да настоява за биберон, или да иска да го гушкат и люлеят.

Каква е обичайната реакция на родителите спрямо тази тактика? „Хайде сега, ти си голямо момче. Големите момчета не са правят на бебета!“ Реакция, която още повече травмира детето и го кара още по-силно да желае да се държи като бебе и да го глеждат като бебе.

Как да постъпите? Дайте на детето възможност да се върне назад, ако му се иска. Когато се роди първият ми син, дъщеря ми беше на шест години. Очаквахме да започне да се държи като бебе и тя точно това направи. Поиска биберон, дадохме ѝ и в продължение на четири-пет дни си пи колата или портокаловия сок от биберон. След това спонтанно заряза биберона, сякаш искаше да ни каже: „Добре де, вече нямам нужда от това. Май не е толкова забавно да си бебе и да пиеш от биберон!“ Повторихме опита със сина ми, когато беше на шест години и се роди братчето му. Всеки път по-голямото дете „регресира“ за известно време и се отказва от регресията, щом задоволи краткия си порив към инфантилност.

По-голямото ви дете ще изпитва гняв и враждебност към новороденото. За съжаление повечето родители се опитват с разговори да го отклонят от тези му чувства. „Не говори така за братчето си, не е хубаво. Бъди добър с него, виж колко е сладък!“ А вместо да правят това, те би следвало да го оставят да изрази гнева и ревността си. Това е един от случаите, в които е добре да се приложи отразяването на чувствата: „Ядосан си на Джени, смяташ, че мама я обича повече от теб.“ Може да се окаже полезно да попреувеличите и да споделите с по-голямото дете в какво упрекувате бебето (в края на краищата не рискувате да го обидите, тъй

като то още не разбира). Така по-голямото ще разбере, че не рискува нищо, ако си признае какво не харесва у бебето.

Ето как една майка описва реакциите на момченце на година и пет месеца при раждането на сестричката му.

Когато се прибирах вкъщи с Джени, Марк най-на-пред ме изгледа, сякаш съм чужд човек, а щом баща му я пое, за да я отнесе в колата, започна силно да плаче. Часове наред не се приближи до нея. Мислила си бях, че Марк може да ревнува, но смятах, че няма да е толкова явно или че ще е насочено срещу мен. Нищо подобно! При първия удобен случай той се отпрати към бебето с каменно лице и се опита да го удари. Изглеждаше изпълнен с решимост да смаже тази злотворна топчица и заедно с това очевидно бе ужасно нещастен от жеста си. Разплака се и занарежда: „Не, не!“ Без да спре да се приближава... Всичко се уреди седмица след прибирането ми. Преповивах Джени и Марк ме гледаше, сгушен в прегръдките на баба си. Джени издаде някакъв звук, който аз изимитирах, като казах на Марк: „Ама че глупости говори това бебе!“ Внезапно Марк широко се усмихна и повтори: „Глупости!“ Явно бе открил, че съм на негова страна, че двамата заедно се подиграваме на бебето. След това вече практически нямаше проблеми.

Трябва да се отбележи, че съперничеството между братя и сестри се проявява двупосочно, от по-голямото дете към по-малкото и обратно. То не може да се възпре, а само да се смекчи. Родителите все се питат защо децата им толкова се карат и бият, след като чудесно умеят да си играят мирно и тихо, "без разправии със съседското дете. Отговорът е, че съседчето не ги конкурира пред майка им.

Понякога всяко дете иска останалите деца в семейството да изчезнат, та само то да разполага с мама и татко. Какво можете да направите, за да приглушите чувството на ревност у децата ви? *Опитайте се всеки ден да прекарвате известно време сами с всяко дете.* Дайте-му да разбере, че това е неговият миг и че никое друго дете не може да му го отнеме. Казвайте, че няма кога? Майката на Джон Уесли, основателя на методистката църква, е имала единайсет деца и е намирала време да се уединява с всяко от тях всеки ден!

Друго средство за смекчаване на съперничеството и на пристъпите на ревност по време на пътуване и почивка е да вземете с вас някое приятелче на децата ви. Ще бъдете изненадани до каква степен присъствието му намалява напрежението и разправиите между братя и сестри.

Как да приучим детето към чистота

Това обучение, поне в нашата цивилизация, се извършва през първото юношество. Нека най-напред посочим някои основни психологически дадености. Преди всичко факт е, че никоя майка не може да научи детето си да не се напишква и нааква, преди то да се съгласи на това. Можете стотици пъти да го слагате на гърне, ако не е готово да придобие съответните навици, няма да го принудите въпреки всички ласки и опити за сплашване.

Второ, кое кара детето да се раздели със стария начин на безгрижно отделяне и да възприеме тази необичайна и странна техника за освобождаване от отпадъците? Едно-единствено нещо - обичта и вниманието, с които го възнаграждавате за това, че е усвоило новия процес. Но то ще желае обичта и вниманието ви само ако поначало сте близки с него. Ако отношенията ви са трудни, няма да ви е лесно да му създадете нови навици.

Трето, ако започнете обучението преди нервно-мускулната система на детето да се е развила достатъчно, за да контролира сфинктерите му, или ако настоявате прекалено рано да сядат на гърне, на него ще му се стори, че сте твърде взискателни. Ще се почувства объркано, обезсърчено, травмирано. Затова подчертавах в предишните глави, че не бива да приучвате детето към чистота, преди да е навършило две години.

Четвърта забележка: за много родители изхождането в гърне изглежда просто. Но то е такова само в съзнанието им; за двегодишното дете това е твърде сложен процес. Когато масите, придвижващи се в червата, упражнят натиск върху ректума, ректалните мускули се разхлабват и ги пропускат. За да не се наака, детето трябва да извика родителите си, да отиде до тоалетната, да си свали гащичките и да седне на гърнето, като през цялото време потиска мощния рефлекс за изхвърляне на ректалните си мускули. Ако не е в състояние само да извърши всички тези дейности, то не е усвоило истински новия навик.

Виждате ли сега колко е трудна цялата работа за двегодишно дете? Ако родителите го наказват или прилагат друг вид принуда заради „грешките“ или „инцидентите“, детето ще изживее дълбока травма - родителската несръчност може да предизвика у него страх, гняв, недоверие, блокиране.

Как тогава да постъпите?

Преди всичко нека правим разлика между черво и пикочен мехур. Механизмите им на отделяне са различни, затова и подходът трябва да е различен. Обикновено най-напред се тренира червото. Да започнем от него.

В безкрайната си мъдрост на зрели люде много родители изчисляват часа, в който да поставят хлапето на гърнето и да проверят дали пък няма да предизвика раздвижване на червата му. Това средство им изглежда толкова логично, че дори не забелязват колко е нелепо. Може би ще схванете по-добре, ако ви опиша следната ситуация: представете си, че в този момент, докато четете, някакъв триметров гигант внезапно ви вдигне, отнесе ви в тоалетната и ви постави на седалката, като ви заяви със силен и нетърпящ възразение глас: „Време е да се изходите.“ Представете си също, че ви принуди да седите там пет или десет минути. Каква ще е реакцията ви? Същата като да детето ви при сходни обстоятелства. Смешно сравнение, ще кажете. Размислете и преценете дали много родители не се отнасят с презрение към биологическите нужди на децата си, като действат като триметровия гигант.

Преди доста време в своята класическа книга за отглеждането на децата „Бebetата са човешки същества“ д-р Ан-дерсън Олдрич и съпругата му Мери Олдрич описаха един много по-задоволителен метод, по който да се приучи дете-то да контролира червата си.

Тренингът, на който го подлагаме обикновено, не държи сметка за една от най-фундаменталните способности на бебето - физиологичния процес на контрол върху червата. Когато не успеем да синхронизираме методите ни на обучение с естествените му усилия за изхвърляне, ние пропускаме най-добрия си шанс. физиологичният процес на чревните движения може да се обясни с няколко думи... Като при всяка друга жизнена дейност на тялото нищо не е оставено на случайността. Бебето извършва чревно движение, като се подчинява на ясни правила, които се проявяват автоматично в дебелото черво... Едно доста поразително физиологично събитие, което са наричат движение на чревните маси, се повтаря през няколко часа. Съдържание на дебелото черво се разделя на удължени маси, подобни на кремвирши, които с учудваща скорост се спускат към ректума. Така оказаният натиск върху ректума предизвиква съкращаване на корем-

ните мускули и отпускане на ректалните. В този именно момент, а не в някакъв произволно избран от нас час настъпва чревно движение у всички бебета, на които сме позволили свободно да прилагат автоматичния контрол. Движението на чревните маси изглежда мъчително за бебето, то се гърчи, прави големи усилия, докато накрая се облекчи... Не минава много време и ето че „обучението“, на което подлагаме детето, подкопава целия този прекрасен механизъм. Поставяме бебето на гърне-то и го чакаме да се изходи. Рядко се съобразяваме с неговия избор на часа. Напротив, очакваме да изпълни желанието ни в мига, който ни изглежда най-подходящ за ритъма му на живот, за предпочитане след закуска. Не отчитаме факта, че бебето си има собствен механизъм за задвижване на чревните маси. В случай на отказ бързо настъпва конфликт между бебето и майката и шансовете наистина да го научим на нещо се отдалечават все повече* Вредно е за здравето да не се държи сметка за движението на чревните маси като сила, даваща начален тласък на ритъма на изхвърляне, защото когато достатъчно дълго се пренебрегва една естествена дейност, тя има тенденцията напълно да изчезва. Точно това става с повечето запечени деца - вътрешният им стимул или напълно е изчезнал» или е бил пренебрегван толкова дълго, че вече не може да се разтълкува като автоматичен повик за отиване до тоалетната,

Да не се съобразяваме с личния механизъм на задвижване е грешка, която често има тежки последствия за психологическото развитие на детето. То ще си помисли, че от него се очаква да изпита нещо (желание да се изходи), което всъщност не изпитва, защото движението на чревните маси не е започнало. Това постепенно ще подкопае доверието му в себе си. То ще си каже: „Може би в крайна сметка аз не мога да преценя какво става в мен. Мама сякаш ми съобщава, че ми се ходи по нужда, след като ме слага на това гърне. Обаче аз нямам такова впечатление!“ Или пък ще си помисли, че прекалявате и че абсолютно не го разбирате.

В зависимост от степента на агресивност на майката и от характера - по-кротък или побунтовен - на детето, цялата работа може да доведе до какви ли не нежелателни психологически реакции. Кроткото дете ще се бои, че ако не потисне дълбоките си биологически и чревни усещания, ще го накажат. Ще се опита с всички сили да се хареса, но ще си плати за това - отказът от личните вътрешни усещания ще разруши доверието му в себе си.

Възможно е също детето лесно да усвои навика да се изхожда под час, но да пренесе фрустрацията и конфликтите си в други области. Тогава то внезапно става стеснително и боязливо или започва да сънува кошмари. Може и да стане злостно или пък опърничаво и враждебно, а майката да се хвали пред съседките си, че лесно е научила детето си да не се нааква, и да не вижда никаква връзка между това обучение и другите, внезапно възникнали проблеми.

Случва се детето да не е толкова кротко. Да е дете бунтар. То изведнъж забелязва, че да накара червата си да действат по определен начин е най-важното нещо, което може да направи за вас. Ако го изпълни точно както искате вие, се превръща във ваш господар, тъй като притежава властта да ви задоволява. А ако не се изходи когато и където сте наредили, открива, че може да ви гневи. Иначе казано, научава се да ви манипулира. И това е началото на военните действия. Детето ви си е създадо умствена схема на бунт, която най-вероятно ще се разпростре и над други аспекти от живота му и ще причини и на двама ви много неприятности.

Всички тези нежелателни реакции могат да бъдат избегнати. Достатъчно е да уважите биологическия сигнал, който подсказва на детето ви, че трябва да се изходи.

Нека сега бъдем по-конкретни и да кажем как именно трябва да постъпите, когато детето ви е станало на две години и сте решили да го слагате на гърне. Най-напред го научете на думите, които показват какво всъщност става. Ако започнете тренинга на около две години, това не би трябвало да представлява проблем. Видите ли го да се напъва и да прави усилия, произнесете, без да настоявате: „Джими ака.“ След като чуе няколко пъти тази фраза, то ще има ясна представа какво прави. Скоро само ще ви заяви: „Мамо, аз акам.“ Когато стигне дотук, можете да преминете към следващия етап.

Използвайте гърне вместо детска седалка към тоалетната чиния. По няколко причини: първо, защото детето може да седне на гърнето без чужда помощ. Освен това децата често се боят от високата тоалетна чиния и .от шума на пуснатата вода. Няколко седмици преди да започнете операцията „чисто бебе“, поставете гърнето му в банята до тоалетната чиния, но още нето учете да си служи с него. Нека просто да свикне с предмета и да се чувства уютно в присъствието му. Позволете му да го изследва, да сяда отгоре му и да става.

Когато сте наистина готови да го учите, посочете му гърнето и му кажете, че е достатъчно голямо, за да седне отгоре му и да прави като възрастните. Децата обичат да имитират родителите си и по-големите деца. Родителите Прекалено се тревожат за тези функции и рядко се сещат да използват инстинкта за подражание, когато стигнат до този етап. Много ще помогнете на детето си, ако съумеете без притеснение да му покажете как вие или съпруга ви сядате и се изхождате.

От голяма полза ще ви бъде и по-голямото ви дете. Малките обичат да подражават на по-големите във всичко. Ходенето до тоалетната не е изключение.

Щом го научите къде и как да се изхожда, кажете му, че вече е пораснало и няма нужда да носи пелени. Обуйте му гащички за опит и го оставете да се оправя само. Ако е достатъчно узряло, за да го стори, поставете гащички в някое достъпно за него чекмедже или на нисък рафт. По този начин то ще може само да си ги сменя.

Тъй като го привиквате към нещо ново, спомнете си, че наказанията винаги пречат на обучението.

Когато искате да научите детето си да не се нааква, всяко наказание е вредно. Необходимо е не друго, а движението на биологическата маса в червата му да бъде за детето сигналът, оповестяващ, че трябва да отиде до тоалетната. Тогава следва да подкрепите успехите му с поздравления и нежност и да се правите, че не забелязвате провалите му.

Добра идея е да оставяте понякога детето да ползва тоалетната на големите, както и да се изхожда при условия, различни от домашните. Ще разберете колко е важно да се разнообразяват условията, като ви разкажа какво ми се случи по време на едно пътуване с автомобил. Движихме се, когато тригодишният ми син внезапно обяви с нотки на спешност в гласа, че му се ходи до тоалетната. За беда най-близката бензиностанция беше на десет километра оттам. Затова спрях колата и го заведох в храстите край пътя. „Не, извика той, тук няма тоалетна!“ Чувстваше се много нещастен и неохотно си свърши работата. Така че не оставяйте детето си дотолкова да свиква с познатото, че да изпитва затруднения, когато ситуацията се промени.

Важно е също да изчакате детето си да излезе от тоалетната, преди да изхвърлите съдържанието на гърнето. Някои чувствителни деца с все още примитивно въображение могат да видят в клозетната чиния страшна и шумна машина, в която нещата изчезват, и да се

уплашат. За възрастните това, разбира се, е напълно нелогична представа. Но спомнете си, че децата мислят различно от нас.

Дори ако детето ви не се страхува от тоалетната, фактът, че изпразвате вътре гърнето му, може да го притесни. То схваща изпражненията си като част от тялото си и ги уважава. В края на краищата и вие сте им придавали голямо значение и сте му го показвали. При положение, че сяда на гърнето, за да ви достави удоволствие, това действие има за него същия смисъл като жеста на по-голямо дете, което подарява нещо на обичано от него същество. След като ви прави този подарък от обич, може да му се стори странно, че го изхвърляте в клозета. Изчакайте го да излезе, преди да се отървете от „подаръка“.

Тренираме на пикочния мехур

Контролирането на пикочния мехур е по-трудно от това на червата. Поради което изисква повече време. Причините са няколко. На първо място физическите усещания, които сигнализират на детето, че има нужда да се изпишка, не са толкова ясни, колкото чревните движения. Второ, у детето, поне в началото, уринирането е автоматичен рефлекс, задвижван от напрежението в пикочния мехур. Докато при дефекацията формираните вследствие на чревната дейност изпражнения трябва да се изхвърлят с известно усилие. С други думи за детето е по-лесно да *направи* нещо, отколкото да попречи на нещо да се случи.

Контролирането на пикочния мехур има два аспекта: контролиране по време на бодърстване и контролиране насън. Обикновено първото изпреварва второто. Д-р Гезел е забелязал, че усвояването на първия вид контрол се осъществява на три етапа. Най-напред детето осъзнава, че се е напишкало. После разбира, че в момента се напишква и го съобщава. Още по-късно предварително се сеща, че ще се напишка. Преди да започнете да го учите, можете да му помогнете да ви осведомява за етапите с думи. Когато го преобувате, кажете му: „Били се е напишквал, ето виж.“ Ако имате по-голямо дете, използвайте склонността към подражание на по-малкото. Позволете му да наблюдава как по-голямото уринира и кажете: „Томи сега пишка, гледай.“ Бащата също може да е от полза за момченцето, като му покаже как уринира прав. Ако тези предложения ви притесняват, не използвайте подражанието като метод.

Когато наистина сте готови да учите детето си да не се напишква, доверете се на биологическия знак, сочещ, че му се уринира - пълния мехур. Обуйте му гащички и му кажете, че е вече голямо и може да се изпишка в гърнето си. Ако е момче, то би могло да поиска да пишка като татко в тоалетната. В този случай ви е нужно само едно стъпало, което да му позволи да достигне чинията.

Някои книги за отглеждането на деца създават впечатление, че и момчетата, и момичетата отначало уринират седнали. Това не е никак естествено за момченцето и най-често се дължи на обстоятелството, че обучението се извършва от майката. Много по-естествено е то да се научи да уринира право като татко или по-големите братчета. А ако пък момиченцето ви иска да уринира право, позволете му, докато си даде сметка, че при него не се получава.

Научете детето си на някоя проста дума на неговото ниво за да обозначите биологическите му функции. Думата „пиш“ е лесна за произнасяне. Тя е и най-разпространената. „Уринирам“ е по-скоро неразбираем и мъчен термин. „Мокро“ е също проста

дума. Но каквато и дума да изберете, избягвайте сложните изрази, които някои родители използват от прекалено целомъдрие.

И в този случай е добре да се научи детето да се облекчава на различни места. Включително навън, за да не свиква само с едно помещение и с определени условия.

Контролирането на мехура по време на сън е процес, който протича по-бавно и с известни колебания, преди да се утвърди окончателно. Не се надявайте на бърз напредък. Поздравявайте детето за успехите му и дискретно премълчавайте неудачите. Дори когато е придобило добър общ контрол над пикочните си функции, то може да се изпусне, ако например е погълнато от играта или е много уморено.

Нощният контрол може да се постигне само ако са изпълнени две условия. Преди всичко детето следва вече да умее да се контролира през деня. Освен това трябва да се е научило да не разхлабва сфинктерите си, докато спи. Естествено нощното контролиране ще е по-трудно и ще изисква повече време от дневното. Какво да направите, за да го насърчите? Нищо. Абсолютно нищо. Естественото развитие на мехура, както и фактът, че детето го контролира през деня и знае, че урината отива в тоалетната, рано или късно ще разрешат проблема.

Когато детето ви се събуди посред нощ напишкано, задоволете се да смените чаршафчето, без да коментирате. Кажете само: „Другия път ще си ми сухо през цялата нощ“, или „Може би другия път ще се събудиш навреме, за да отидем до тоалетната“.

Дете, приучено да контролира червата си и през деня мехура си по описаните в тази книга методи от спокойна майка ей така, между другото, не би трябвало да има проблеми с нощния контрол. Те ще се появят само ако е било насилвано да не се напишква денем и преувеличава значението на задачата. Тогава то по-трудно ще се контролира през нощта. Или пък ще се раздразни, че упражняват натиск върху него, и несъзнателно ще се освобождава от своята враждебност към родителите, като се напишква нощем, когато може безопасно да отклони отговорността за действието си. Абсолютно задължително е родителите да приемат, че *детето не се напишква нарочно*. Та нали спи, когато прави това! *Никога* не бива да се наказва дете, което се напишква в леглото.

Някои твърде редки случаи на нощно напикаване се дължат на физически причини. Те са ясни, защото имат и други симптоми, като например невъзможност за контролиране и през деня, които позволяват на лекаря да забележи аномалията. Но в огромното мнозинство от случаите детето се напишква заради понасяното психологическо напрежение. Ако продължава да го прави и след като навърши пет години, на всяка цена се въздържайте от употреба на различни бабешки лекове, които повечето родители за беда използват - без успех, разбира се (родителите, сблъскали се с този проблем, вършат най-странни неща). Та ако детето ви все още се напишква на петгодишна възраст, не се опитвайте сами да намерите разрешението, обърнете се към специалист.

Но да продължим. Можете да покажете на детето си пътя към тоалетната, но не можете да го накарате да ходи там, преди да е готово за това. Да предположим, че още не е готово. Че са минали десетина дни и усилията ви са останали напразни. Добре е да признаете, че му е още рано. Върнете се към пелените и изчакайте няколко месеца, преди да опитате отново. С най-големия ни син започнахме, когато беше на две години. След една седмица стана ясно, че в този момент той няма никакво желание да се научи да се контролира. Вместо да влизаме в конфликт, ние се върнахме към пелените и възобновихме опитите след шест месеца. Със същия резултат. Не беше готов. Още веднъж пробвахме месец преди да навърши три години.

И тогава за три седмици той овладя и червата, и мехура си. И с по-малкия започнахме на Две години. Безуспешно. Хайде пак пелени. Когато след шест месеца опитахме отново, всичко се уреди за три седмици.

Какво мисли майката за проблема с чистотата

Да видим сега какво изпитва майката, когато се опитва да приучи детето си към чистота (много книги за отглеждането на децата пренебрегват този въпрос) и е решила за тази цел да приложи описаните в тази книга методи. Часът на истината е ударил: тя решава да се откаже от пелените. Какво става? Може би нищо добро през първия и следващите дни. Детето цапа по няколко чифта гащички дневно и това е единственият резултат от цялата акция! Какво си мисли майката? Обикновено тя е обърквана, чувства се несръчна и си казва: „Изглеждаше толкова лесно в книгата! Явно аз не се справям, не съм добра майка. Може би не ме бива за тия неща?"

Естествено и нормално е да има такова впечатление, особено с първото си дете. То ще ѝ помогне да си спомни, че за да се научи детето да сяда на гърне, най-важното е не това, което тя като майка може да направи, а дали то е разположено да възприеме новата техника. Ако не е узряло за нея, ще я отхвърли. Нека също не забравя, че когато овладяваме нова техника, ние правим грешки и си вземаме поука от тях. Обучението на детето минава по същите пътища. Вашето дете често ще греши и ще му е нужно време, докато усвои уроците ви.

Досега обсъждахме онова, което майката може да направи в тази област, тоест ставаше дума за действията ѝ. Сега бих искал да поговорим за нещо, което е неподвластно на контрола ѝ - вътрешното ѝ впечатление, усещанията ѝ. Трябва откровено да признаем, че възрастните и малките деца нямат еднаква представа за човешките отпадъци. Хлапето ни най-малко не се смущава от нааканата пелена. То може дори да харесва миризмата на акото си, да му е приятно да го докосва. Повечето майки обаче не споделят този ентусиазъм. За детето-изпражненията са само интересен вид „кафява глина". То съвършено спокойно може да ги размаже като всяко друго вещество. Дори ще бъде особено гордо, тъй като ги е произвело самолично.

Естествено, желателно е да се научи детето да пуска кафявата глина в тоалетната чиния, а не да сътворява от нея произведения на изкуството. Но в рамките-на възможното по-добре е да не му налагаме да изпитва погнуса. Макар че няма да ни е лесно, тъй като на самите нас са ни внушавали отвращение към изпражненията и урината, когато сме били на неговата възраст. Подсъзнанието ни не е забравило това време.

Затова майките се държат различно, когато почистват нааканото си дете или когато го къпят например. В първия случай те правят отвратена физиономия и дори използват изрази като: „Ах, колко лошо миришат тези пелени!" или: „Бebето мирише на лошо" или пък: „Мръсно бeбe!"

Ако майката предаде своята погнуса на детето си, то ще се усеща „мръсно" или „лошо", задето е изхвърлило отпадъците от тялото си, а това понякога има Катастрофално отражение върху по-сетнешното му сексуално развитие. Поради факта, че органите на отделянето са в непосредствена близост с половите органи, отношението към едните може за съжаление да се разпростре и над другите. Така детето скоро ще започне да мисли, че всички органи,

разположени „долу“ или „там“, са лоши и противни. А срамът и отвращението са способни да спънат или направо да възпрат развитието на здраво отношение към половите функции,

Майката не е в състояние да контролира дълбоките си чувства, когато преповива или почиства нааканото бебе. Но ако я е гнус, тя трябва доколкото е възможно да не го показва. Правилното поведение е да си дава вид, че смята тези неща за нормални, за съвсем обикновени. Стига да успее.

Разгледах въпроса с чистотата много подробно, защото в моята повече от двайсетгодишна медицинска практика неведнъж съм бивал поразен от това до каква степен родителите забъркват и усложняват по невъобразим начин нещо, свеждащо се до *обучението на детето в нова техника*. Ако не бързате, ако започнете тренинга спокойно, без да ви личи, че му придавате особено значение, ако уважавате биологичните сигнали, сочещи, че детето ви има нужда да си изпразни червата или мехура, то ще се научи да се контролира лесно и без психологически проблеми.

На какво да играе детето през първото юношество

Да се спрем сега на един по-приятен аспект на „първото юношество“ - обучението чрез игра. Съоръженията и игрите, за които говорих, когато ставаше дума за проходащото дете, все още трябва пълноценно да се използват. Но от две до три години детето очаква да прибавите нови, свързани с по-високата му степен на зрелост.

След като искаме от него да не се забавлява с отпадъците от тялото си, не е зле да му осигурим възможност да го прави с пясък, пръст, вода, пластелин, боя и глина.

Играта с вода“ запазва цялото си значение за дете на тази възраст. Позволете му да използва мивката или ваната. Двегодишното дете страхотно обича да топи разни гъби във водата и да ги изстиска, да пълни и излива пластмасови чаши или съдове. На вас тези игри несъмнено много бързо ще ви досадят, но не и на детето. Родителите често се учудват, че то може с часове да ш играе с вода.

За да разнообразите игрите с вода, дайте му кухненски съд и кукленски дрехи или кърпичка „за пране“. Ще му харесат и пластмасовите сламки, с които да духа във водата и да извършва някои физически опити на своето ниво. Малко настърган сапун също ще свърши добра работа. Сапунените мехури и пяната са истинско чудо за човек на две години. А плуващите играчки ще направят игрите му още по-занимателни.

Не забравяйте, че през първото юношество детето *обича* да почиства, след като е изцапало или намокрило мястото, където си е играло с вода. Опитните родители успяват навреме да се възползват от тази склонност, защото по-късно тя изчезва. Така че оставете го да избърше предметите с гъба или с голям попиващ парцал.

На тази възраст детето обича и да „рисува“ навън с вода. За това му е достатъчна голяма четка и кофа с вода/Харесва много и материалите, които може да моделира по вкуса си, като пластелин и глина. Пластелинът е очевидно предпочитан от майките, защото цапа по-малко от глината. Можете да го купите или да го направите сами. Ето една проста рецепта: смесете две чаши брашно и чаша сол. Прибавете необходимото количество вода, за да придадете на сместа консистенцията на тесто. Ако много лепне, добавете още брашно. В зависимост от пропорциите, пластелинът ще бъде по-мек или по-твърд. За по-красиво

замесете вътре някой хранителен оцветител, както и малко парфюмиран талк, за да мирише по-приятно. Една-две капки олио ще му позволят да се запази по-дълго. Съхранявайте го в найлонов плик - издържа около месец.

Когато децата на тази възраст си играят с пластелин, те не правят от него нищо определено. Интересува ги самият материал. Обичат да го мачкат, месят, натискат, опипват и да му придават различни форми. Това много ги отпуска. Най-добрите сечива са им ръцете. Но след като известно време моделират с ръцете си, предложете им за разнообразие шпатула.

Изрежете от шперплат квадратен плот със страна петдесет сантиметра и го лакирайте, за да може детето да моделира пластелина или глината си върху него. Постелете на пода найлон или мушама, на масата под плота вестници и сте готови.

Друг предмет, за който детето ви е дорасло и който ще му служи, докато тръгне на училище, е черната (или зелена) дъска. Тя трябва да е поне метър и двацет широка, за да може то да драска или рисува с големи жестове, без да се ограничава или въздържа. (Странно е колко малко родители се сещат да подарят черна дъска на двегодишните си деца.) Дъската може да се закове на стената в детската стая. Като образователна играчка тя дава най-различни възможности.

Поставете бели и цветни тебешери в кутия или на поставка, прикрепена към черната дъска. Детето вече може да драска колкото си иска именно там, а не където му падне. Но ще бъде учудващо, ако в поривите, свойствени на възрастта му, поне веднъж не „кръшне“ към стените на апартамента ви.

Драсканиците са прелюдия към писането и рисуването. Дете, което не е имало възможност свободно да драска, ще започне да пише и рисува по-късно от другите. Когато се появява на бял свят, човек не е способен да координира движенията на палеца с тези на другите пръсти така, че да държи молива или перото. За да овладее техниката на писането и рисуването, той трябва достатъчно да е упражнявал малките си мускули. Тъкмо драскането е начинът, по който детето ви се научава да координира тези мускули, за да борави с молива.

Черната дъска има много предимства. Тя е предмет, който детето ви може да използва през цялата си предучилищна възраст, както и в първи клас. И ще му е от голяма полза, когато се учи да пише и рисува във възрастта между три и шест години.

Сега вече е време за пастелите. (Избягвайте да давате пастели на едногодишно дете, защото то ще се опита да ги изяде.) Хартията трябва да е достатъчно голяма за жестовете му. Амбалажната хартия върши добра работа. Можете дори да използвате вестници. Детето ще рисува и драска върху тях със същия плам и удоволствие, с които го прави върху белия лист. Голямо парче правоъгълен шперплат е подходяща опора за рисуването. Закрепете отгоре му хартията с щипки за пране или за сушене на картини. За тази възраст, разбира се, изберете дебели и не много чупливи пастели.

А сега включете в дейностите му рисуването. На статив. Закрепете го на стената, така ще е по-стабилен от триножниците, които лесно падат. Ако имате достатъчно място, един прикрепен към стената статив вкъщи и един здраво забит в земята триножник навън ще направят детето ви истински щастливо. Можете и сами да изработите външен статив от шперплатов плот с размери един на половин метър - достатъчно голям, за да побере разгънат вестник. Вземете две дървени трупчета, дебели около пет сантиметра, и ги фиксирайте в долните ъгли на гърба на плота, така че последният да е леко наклонен, когато го монтирате. В

двата горни ъгъла пробийте по две дупки, които ще ви позволят да закачите плата на пирони или гвоздеи, забити в оградата или в някоя стена. Върху паното заковете рафтче с ръб, където да слагате тасчетата с боя. Всякакво пластмасово гърненце със завинтващо се капаче върши работа. Детето може да топи четката си направо в гърненцето. Завийте капачето след рисуването. Ще бъдете по-спокойни, ако сложите на детето престилка или го облечете в стара таткова риза с отрязани краища на ръкавите и закопчана на гърба.

Използвайте водни бои и предвидете добър резерв от хартия. Запасете се с вестници или вестникарска хартия, или пък амбалажна хартия. Ако имате късмета да живеете до печатница на вестници, поискайте да ви дадат хартиени изрезки. Повечето печатници на вестници притежават такива. " На тази възраст с четката трябва да се борави лесно. Не давайте на детето много малки или с тънки дръжки четки. То се нуждае от четка с дълга дръжка и с дебелина на космите в края от поне един сантиметър. Нека отначало използва само един цвят. Когато свикне с него и мине известно време, можете да прибавите и втори.

Някои родители взимат рисунките на двегодишните дете за „картини“ и питат: „Какво е това?“ Грешка, защото детето на тази възраст не рисува „картина“ в разпространения смисъл на думата. То по-скоро си прави опити с цветовете и линиите. Очаровано е от начина, по който може да произвежда цветове и линии. А когато спре да рисува, вече не се интересува от „творбата си“. Важното е било да експериментира и да действа. Чрез рисуването е изразило дълбоките чувства, които още не може да назове с думи.

Всичко това сигурно ви кара да зададете въпроса, който се върти в главата ви: за какво е цялата тази каша от пластелин, глина, пастели и бои? Необходимо ли е родителите да правят толкова усилия? Отговарям „да“ без всякакво колебание! Малчуганчето ви още не се е научило да формулира с думи всичко, което изпитва. Дейностите, несвързани с речта, му помагат да изрази чувствата, за които още не разполага с названия, както и онези, които никога няма да имат такива. Те обогатяват и развиват неговата афективност, подсъзнанието и интуицията му.

Във възрастта на първото юношество игрите навън не губят значението си. Катерушката е все така ценена игра.

Каручка за дърпане, велосипедче на три колелета, за да върти педалите, големи топки за търкаляне и бутане, обемисти кухи кубове за премятане и подреждане - всичко това ще помогне на детето да развие дългите си мускули и да придобие сила и ловкост. Пясъкът и водата също продължават да имат успех.

Нека кажем няколко думи за способността на двегодишното дете да си играе с другите деца. Една разпространена сред възрастните грешка е да се надценява тази способност. Спомнете си, че както казах по-преди, във възрастта на първото юношество детето още не е готово да участва в групова игра. Затова майката, оставила двегодишни деца да се забавляват заедно в градината, спокойно може да разчита на скорошна размяна на удари. Което неизменно се случва!

Един-единствен другар в играта - такова е правилото. Личността на детето още не е достатъчно структурирана, за да разреши сложните проблеми, възникващи при повече участници. Интересно е да се отбележи, че най-добрият партньор е по-голямото, пет-шест годишно дете. Но не, разбира се, по-големия брат или по-голямата сестра! Най-подходящите игри са тези, чиито елементи могат да се разпределят между няколко деца. (Защото няма начин да не се скарат за единственото велосипедче или камионче.) Пясъкът, пластелинът или

кубчетата ще бъдат далеч по-добре приети, тъй като можете да ги поделите и да дадете достатъчно на всяко.

Не очаквайте от двегодишно дете да отстъпва играчките си на друго дете. Спомнете си, че то е неспособно да си играе с другите. Един час игра в група е максимумът за тази възраст. Стойте наблизо, за да доловите признаците на умора, да се намесите, преди да избухне разправия, и да прекратите играта навреме.

Да видим по този повод как се развива способността за колективна игра.

През периода на *самотната игра* детето е напълно неспособно да си играе с другите деца. Във възрастта на първите стъпки другото бебе е играчка, а не партньор в игрите. Детето го разглежда внимателно, точно сякаш е нова играчка или някакъв интересен предмет, като го боцка с пръстче, щипе го или го гали, но никога *не си играе* с него.

През първото юношество се извършва преходът от *самотната към успоредната игра*. Това означава, че две или повече деца заемат еднакво географско пространство, но че играта на едното е независима от игрите на другите, дори ако им е приятно да са заедно.

Следващият етап е *асоциативната игра*, при която всички деца правят едно и също, например играят на пясъка, правят купчинки, удрят земята с пръчки, без да осъществяват истински обмен.

Съвместната игра е свойствена на детето от следващия стадии на развитие, след тригодишна възраст. При нея децата обсъждат плановете си и си разпределят ролите, като посочват кой кога ще тегли количката и кой ще седи в нея.

Във възрастта на първото юношество детето има нужда както от спокойни игри, така и от игри на действието. Речта му е регистрирала гигантски напредък и то започва да показва по-голяма чувствителност към думите - строителния материал на езика. Обича да си играе с тях, да имитира звуци, да повтаря познати броилки. Влюбено е в „бебешките рими“. Обожава повторенията като в „Трите малки прасенца“. Изпада във възторг, когато успее да се сети какво става по-нататък.

Горко ви, ако внесете промени в позната приказка или ако забравите част от нея! То обича историите за собствения си живот - как отива да пазара, как се вози на кола, как си играе в градината, - все едно дали са описани в книга или вие му разправяте за въображаемите приключения на дете, което много прилича на него.

Едно от най-хубавите спокойни занимания за тази възраст е „играта на мълчание“. Наречете я така, защото малките деца обичат да правят всичко, което се нарича „игра“. Предложете на детето си следното: „Питър, хайде да играем на една нова игра. Нарича се „играта на мълчание“. Ще стоим и двамата мирни, без да вдигаме шум, и ще слушаме. Шт. Слушай много внимателно и ми кажи какво чуваш.“ Тогава той ще ви изброи всички шумове, които долитат до там, където се намирате: кола, минаваща долу на улицата, птичка, която пее навън, или пък радиото на съседите.

Друг вариант: накарайте детето да затвори очи и да отгатне кое издава звука, който ще чуе. Можете да чукнете с лъжица по чаша, да драснете по пила за нокти или да произведете какъвто и да е интересен или характерен шум. Трета възможност: „Слушай сега. Ще кажа нещо съвсем тихичко, да видим дали ще го чуеш.“ Прошепнете тогава някоя проста заповед, като

например: „Стани и иди да пипнеш вратата на коридора.“ След няколко такива заповеди приключете играта, като му прошепнете на кое място сте скрили подаръче за него.

Играта на мълчание" е особено препоръчителна за тази възраст. Тя научава детето да стои мирно и да се вслушва. Подходяща е и за изтощената от свръхактивното си хлапе майка, която има нужда от нещо по-спокойно, за да си отпочине. „Играта на мълчание" е и добро средство да се прибере въщи дете, което отказва да обядва или не бърза много да се изкъпе и да си легне.

Друг важен аспект на промяната, настъпваща през първо-то юношество, откриваме в хранителните навици. Храненето на детето не би трябвало да създава психологически проблеми, ако разчитате на естествения му глад, за да го насърчите да яде. Въздържайте се да го насилвате или да го карате да бърза. Сигурно ще се храни по-лошо и по-малко, отколкото ви се иска, но все пак ще погълне достатъчно, за да компенсира огромната изразходвана през деня енергия. Давайте му рационално подбрани храни и го оставете намира. Не настоявайте да си изяде всичкото ядене преди десерта.

Понякога се появяват трудности поради това, че някои родители започват да изискват детето им „да се държи прилично на масата". Заблудени от наскоро усвоената свободна реч, те заключават, че детето е достатъчно зряло и че може да прояви същата зрелост във всяко отношение. Всъщност за него е твърде рано „да се храни културно".

Споменах, че на този стадий от развитието си детето много обича ритуалите. Тъй че сега е моментът да въведете ритуал на лягането, който има много предимства. За съжаление малките деца не изпитват „естествена потребност да си лягат". Ние се нуждаем от всичко, което би ги накарало да го сторят, и ако ритуалът се окаже полезен, нека се възползваме от него! За тази цел трябва да убедим детето, че лягането е толкова неизбежно, колкото и залезът на слънцето.

Предлагам ви един съвсем прост сценарий. Преди всичко избягвайте игрите на действието след вечеря, защото те възбуждат детето и то трудно възвръща спокойствието си. Започнете подготовката е къпане. Повечето майки виждат в къпането само хигиенно средство, докато за детето на тази възраст то е и възможност да си поиграе във водата. По-често му позволявайте да си играе с вода - така ще бъде и по-чисто. Та оставете го да шляпа във ваната колкото иска и само да ви каже, когато е готово да излезе. (Ако по някаква причина бързате, опитайте се да ускорите операцията.) Дайте му много играчки във ваната, това ще го отпусне и укроти. След къпането детето би могло да си легне и да хапне в леглото. Така то приема лягането заради наградата -нещо вкусно за ядене. Хапването в леглото ви дава възможност за спонтанен и нежен разговор. Благодарение на него и на майчинското ви присъствие лягането също ще бъде по-лесно преглътнато. След като хапне, прочетете му една-две приказки.

Това е мигът, в който таткото може да се намеси в церемонията. Някои бащи не обичат да четат приказки на деца. Жалко. Не се насилвайте, малкото няма да хареса приказката, ако усеща, че татко не я чете с удоволствие. Други бащи се прибират твърде късно от работа, за да се занимават с детето си - то вече си е легнало. Ако имате късмет да ви се падне съпруг, който обича да чете приказки, би било чудесно татко да сменя мама в даването на нещо за хапване и четенето. Правил съм това и с трите си деца и то ми е носило огромна наслада. Като четете приказки на детето, вие го научавате на много неща. Показвайте му, че го обичате, след като му отделяте от времето си. Показвайте му също, че обичате книгите и му давате

възможност и то да ги заобича. А интересните разговори, които спонтанно се започват в тези сладки мигове, са истинско откритие.

Когато четете на дете, дръжте книгата така, че то да вижда картинките. Те са от голямо значение. Помогнете му да се научи да „забелязва подробностите“ в картинките, като му поставяте въпроси за хората или предметите, изобразени на тях.

Практиката да четете на детето, когато си е легнало, може да продължи, докато то навърши седем или осем години, или пък докато само ви каже ясно, че вече не желае да му четете. Някои родители я прекратяват, щом детето се научи да чете. Това е погрешно, защото дори тогава то още няколко години ще харесва близостта и топлината ви в часа за четене.

Ако обичате да измисляте разни истории, ритуалът на лягането се превръща в истинско чудо! Хлапето ви с особено удоволствие ще изслушва разказите за въображаемо дете, което много прилича на него. Ако никога не сте разправяли приказки на дете, сега е моментът да започнете. Слушате-лят ви ще хареса приказката, каквато и да е тя. А включите ли и забавни звуци, триумфът ви е осигурен. Използвайте един съвсем лесен номер, добре познат на ораторите - от време на време повишавайте и снижавайте тона си като артист. И в двата случая гласът ви ще завладее аудиторията си. Сегиз-тогиз питайте какво ще стане по-нататък. Детето естествено ще ви каже. Тогава потвърдете: „Точно така. Джони намерил куклата и я върнал къщи!“

През първото юношество много деца се боят от тъмното. Защо да се борите срещу страха и да принуждавате уплашеното дете да стиска зъби и да спи в тъмна стая? Нищо не пречи да оставите да свети малка слаба лампа, която да разсее страха му.

Психологическото равновесие на детето ви си струва незначителната сума, която ще дадете за изразходвания ток. И не се безпокойте, че то винаги ще спи на светло. Постепенно потребността му от светлина ще отзвучи и детето ви чудесно ще заспива и на загасена лампа.

Няма никаква причина също да лишавате детето от нощния биберон дори на две или две и половина години. Много сведущи по въпроса съседки ще ви укорят: „Какво? Биберон на две години?“ Е, да, и какво от това? Какво ненормално има? Ако още му е нужен предмет, който му дава сигурност, защо да му го отнемеме? И трите ми деца заспиха с биберон и загубиха този навик между две и три и половина години.

Важно е ритуалът на лягането да доставя удоволствие на детето. Добре е то да няма търпение да си легне. Не бива да вижда в този момент порицание, да смята, че брутално го заточават в тъмното, докато останалото семейство се развлича. И нека церемонията по лягането да е приятна не само за детето, но и за родителите.

Тук отново бих изтъкнал ролята на таткото. Наскоро видях реклама по случай деня на бащата, в която се казваше: „Твой ред е да направиш нещо за татко. Той плаща за зъболекаря, за ваканцията, за електрическата китара... Страхотен татко, нали? Кажете му го с един много специален подарък от магазините Орбак“. От гледна точка на магазините Орбак това бе хубава, добре измислена реклама; но онова, което ме заинтересува в нея като психолог, бе схващането за ролята на бащата. Ако вярваме на рекламата, последният се ограничава да прави материални подаръци на детето - зъболекаря, ваканцията, електрическата китара. Не е зле да си спомним думите на Емерсън: „Подаръците не са дарове, те са оправдания за онова, което не даваме. Единственият значим дар, който можем да направим, е да дадем малко от себе си.“ Ето какво трябва да даде бащата - малко от себе си, част от времето си, която да

посвети на детето си, като прави *това, което доставя удоволствие и на двамата*, Ако бащата се занимава с детето по задължение, с тъжно примирение и без никакво удоволствие, то ще го почувства и няма да извлече полза от прекараните заедно мигове.

Ето защо е невъзможно да се уточни какви дейности да извършват двамата заедно. Бащите имат много различни стремежи и вкусове. Сигурен съм, че на един татко ще му е приятно да прави някои неща с двегодишното си дете, като например да му чете или да му разказва приказки, да плува или да погази във водата с него, да го заведе в градината или на лунапарк, или просто да го поразходи по улицата. По време на разходката детето може да събира камъчета, да наблюдава мравките в тревата, да се отдава на всички ония завладяващи за възрастта му изследователски дейности. Но всеки баща трябва сам да открие какво му е приятно да прави с детето си. Ако прочете Гезел или други хубави книги за детската психология, съвместните игри ще го обогатят още повече. Ще почувства етапите на афективното и интелектуално развитие на детето, които не би забелязал, ако е напълно невеж в психологията му.

Ще прибавя още нещо, преди да завърша тази глава. През първото юношество най-забележителният аспект от развитието на детската личност е нейната динамичност. Необходимо е родителите дал приемат, за да помогнат на детето да утвърди своята индивидуалност и да си изгради стабилна себепредстава.

Любопитно нещо - всички ние искаме като пораснат, децата ни да станат силни и динамични, но много от нас трудно понасят тази динамичност, когато децата са на две години. Двегодишното дете е изтъкано от динамика. Кой би останал безразличен към енергичната му съпротива срещу принудата, към радостта му от живота - естествена, буйна, чувствена, към изискванията му за незабавно задоволяване на желанията му, към всеотдайното му и възторжено включване в разкриващия се пред очите му свят! Всички дейности, които правят от него истинско същество, са резултат на същия динамичен порив. Без него то не би се научило да сяда, да пълзи, да ходи. Динамичността е велик източник на психологическо равновесие, не се бойте от нея. Не бива детето да я загуби. Напротив, поддържайте жизнената му сила и гледайте на нея като на коз, вместо като на недостатък, от който да го отучвате.

На този стадий от първото юношество нека дадем на детето три неща: уважение към жизнеността му, правила, нагодени към нея, и собственото ни умение да се приспособяваме. Така ще му помогнем да попълни оптичната система на себе-представата си със специфичното за възрастта му стъкълце.

ПРЕДУЧИЛИЩНАТА ВЪЗРАСТ (ПЪРВА ЧАСТ)

Ако още се борите с детето си, което изживява стадия на първото юношество, ще научите с облекчение, че природата ви готви един много по-лесен следващ етап.

Прекрасно си спомням първото юношество на най-големия ми син. И двамата с жена ми скърцахме със зъби и се молахме: „По-бързо да навършва три години, че вече не издържаме!“ И наистина, щом настъпи дългоочакваният момент, той коренно се промени. Знаехме: започва нов, много по-лесен етап в развитието му и въпреки това не ни се вярваше, че тригодишният ни син и малкият демон отпреди половин година са едно и също дете.

Спомням си например, че веднъж, малко след третия си рожден ден той ме попита: „Татко, може ли да погледам телевизия?“ Едва не паднах от учудване, тъй като през цялата предишна година, не му беше й хрумвало да поиска разрешение за нещо. Това поведение бе знак за нов стадий на развитие, през който детето прави всичко възможно, за да се държи мило и да задоволи изискванията на родителите си. То изпитва истинско удоволствие да бъде сговорчиво, докато през първото юношество често оставате с впечатлението, че единственото му желание е да ви слага пръти в колелата.

Предучилищният период трае приблизително от три до шестгодишна възраст. Обратно на предишните етапи, той не може да бъде свързан с никаква специфична или характерна задача. Детето ви се развива, отдавайки се на многобройни дейности. Начинът, по който подхожда към тях и ги овладява, ще определи представата му за себе си. Така ще се изгради и структурата на личността му, която ще придобие окончателната си форма след шестия му рожден ден.

Преди да се спрем на различните задачи, които трябва да изпълни в развитието си, да прегледаме набързо този етап, година по година, за да дадем обща представа за типичното дете на три, четири и пет години.

Тригодишното дете

Да започнем с тригодишното дете. То е много по-уравновесено и само по себе си, и в отношенията си със заобикалящия го свят. Извършило е прехода между бебе и дете. Вече не е така неспокойно като през преходния период. Затова и не се нуждае толкова от закрилата на ритуалите. Не *чувства* необходимост да прави всичко по неизменен начин. Владее го нов дух на сътрудничество и желание да получи одобрението на родителите си и дори на по-големите деца в семейството.

Докато на предишния етап е било най-големият бунтар на света, ето че сега е щастливо, когато се подчинява и ви доставя удоволствие. Вече не изпада в истерични кризи и родителите забелязват, че могат наистина да разсъждават заедно с него (докато доскоро са имали чувството, че това е свършено невъзможно).

Детето вече не е и толкова властно, егоистично или тиранично. Родителите не се чувстват длъжни да изпълняват всяко негово желание. Господарят, малкият диктатор, който е държал да налага волята си на всички, е абдикирал. Тригодишното дете започва да усеща в себе си способност да дели, да изчаква реда си. По-добре умее кротко да се занимава с нещо, вместо всичко да разбърква, както предишната година. Това се дължи отчасти на новопридобитото доверие в себе си, отчасти на отшумяването на безпокойството, присъщо на прехода. Двигателно-мускулната му дейност е по-сигурна. По-търпеливо се облича или реди кубчетата. Напредъкът в езика му позволява по-добре да разбира другите и по-добре да контролира поривите си. Обожава новите думи. С разширяването на интелектуалния му хоризонт пред него се разкрива цял един нов свят от въображение и фантазии. На тази възраст детето изпитва неустойима потребност от компания, затова си измисля другарче в игрите, дете или животно, което само то вижда. Ако е принудено да си играе само през повечето време, изкушението да си създаде въображаемо приятелче ще бъде по-голямо. Това не бива да тревожи родителите. Другарчето в игрите може да съществува години наред. После ще изчезне. Междувременно ще е представлявало нещо като система за сигурност за своя създател.

Отношенията с връстниците също придобиват голямо значение. На две години детето е било на стадия на успоредните игри. Сега в него се развива способността да действа заедно с другите, да си чака реда, да дели това, което има, да разменя играчките си.

Третата година е наистина „златната възраст“ - крайно приятно време за родителите, както и за детето, което желае да живее в мир с вселената си. Детето обича живота, мама и татко, има добро мнение за себе си. Родителите би трябвало да се възползват от този щастлив стадий, защото следващият ще бъде наситен с движение и шум.

Третата година е етап на равновесие. Но природата ни готви още един етап на неравновесие - четвъртата година. Детето пак ще стане необуздало, преди да достигне нова фаза на интеграция. На четири години то разбива предишното равновесие. Ако трябва да опиша децата на тази възраст с няколко думи, ще кажа, че приличат на двегодишни деца, но са по-зрели и по-лесно се овладяват.

Четиригодишното дете

Тази възраст е белязана от неравновесие, несигурност и липса на координация в почти цялото поведение. Детето, което доста добре е координирало движенията ей на три години, сега започва да се спъва, да пада, да се бои да не падне, физическите признаци за напрежение са по-чести: детето примигва, гризе си ноктите, бърка си в носа, опипва половите си органи, смуче палеца си. Може дори да получи лицеви тикове.

В същото време то се превръща в индивид със силно развито социално чувство. Високо цени приятелството, макар трудно да се разбира е приятелите си. В присъствието на други деца проблемите му напомнят онези, които е имало на две години. То е властно, конфликтно, агресивно. На родителите им се струва, че се е върнало назад, докато всъщност става дума за скок напред, който води към нов стабилен и положителен етап - петата година. Вярно е впрочем, че четиригодишното дете прилича на дете на две години и половина. То има същите крайни реакции - ту е срамежливо и кротко, ту свръхвъзбудено. Много деца на тази възраст отново се привързват към ритуалите. Създават си неизменни навици за ядене, обличане или спане. Става много трудно да ги накарате да приемат каквато и да е промяна. Афективното им безпокойство се изразява в сълзи, хленчене и безброй въпроси.

Четиригодишните обичат да играят заедно. Но ако някой антрополог се заемеше с изучаването на социалната им психология и на племенния им живот, би му се отворила много работа. Социалните отношения на тази възраст нямат нищо общо със светските сбирки; те винаги са бурни и размирни. Щом се обособи група, натрапниците биват изгонвани. Тук много се командва, изисква, бута, удря. Езикът се превръща в хвалба. Охотно се разменят обиди. Това е откровено груба възраст, която не се съобразява особено с чуждото мнение.

За да характеризира тази възраст, Гезел предлага епитета „разюздана“. Детето е разюздано в двигателното си поведение. То рита, бие се, гневи се. Разюздано е и в речника си. Очаровано е от думите и тяхната звучност. За пръв път разбира, че съществуват думи - повечето от тях с по три, четири или пет букви, - които не са по вкуса на родителите му.

Дава си сметка, че мама и татко ще подскочат, ако произнесе някоя от тия перли, най-вече в присъствието на други хора. Особено го радват нецензурните термини. Способно е да каже: „Мамо, знаеш ли какво искам за обяд? Шунка, моркови, сладолед и ако!“ Тук ще се размее, неиздържало на неустоимата си духовитост и напълно наясно с принципа на

„подсилването“, обяснен в глава 8. Опитната майка ще се въздържа да придаде стойност на тези кратки думички, като изрази недоволство и по този начин им обърне внимание. Тя по-скоро ще се направи, че не ги е чула. Когато детето навърши пет години, от тях няма да има и следа.

Четиригодишното дете е разпасало и в контактите си с хората. То обича да се противи на нарежданията и заповедите, забраните го дразнят, прави се на интересно, хвали се, ругае. „Ще те набия“ е любимата заплаха, която отправя към другите деца. Въображението му също се развихря и се превръща в един от факторите, които му пречат да различи действителността от илюзията. Демаркационната линия между реалното и въображаемото не му изглежда съвсем очевидна. То е пълно с неправдоподобни истории, които ви разказва, без да му мигне окото. На тази възраст родителите не бива да го наричат „лъжец“. Това би било грешка, защото всъщност то се опитва именно да различи действителността от фикцията. Само че докато го прави, загубва контрола над въображението си. Така то може да каже на родителите си, че е видяло в градината „животно, по-голямо от къщата“ или че вчера следобед се е „качило на луната с ракета“.

Четиригодишното дете няма друго чувство за собственост, освен убеждението, че всичко наоколо му принадлежи. Но то не е „крадец“, както не е и „лъжец“. Просто смесва факта, че държи нещо в ръце, с идеята за притежание. Играчката, взета от съседчето, е „негова“, защото е играло с нея, сложило си я в джоба и я е донесло вкъщи. Такава е теорията за собствеността, когато сте на четири години.

Динамичността му е изключителна, скоростта, с която се придвижва - много висока. То се качва и слиза по стълбите тичешком, хвърчи из къщата или апартамента, шумно затръшва вратите. И думите произнася бързо. Истински бърбавко е, обожава да говори за каквото и да било. Сам си коментира околния свят и понякога сам се слуша.

Обича безсмислените думи и римите. С едно от момчетата ни веднъж измисляхме рими в продължение на половин час. Осведомените родители могат да използват тази нова страст към езика, за да играят с детето на всякакви игри на думи (виж глава 11). Особена слабост има към хумора, преувеличенията и броилките. Ако решите да участвате в играта, четиригодишното ви хлапе много ще оцени такъв един зададен от вас въпрос: „Случайно да имаш слон в джоба си?“

Обича драматизациите, театралната игра и добре си служи с марионетки. Способно е да организира безкрайна пиеса вкъщи и навън със своите кубчета, коли, камиончета, влакчета, корабчета и кукли.

На тази възраст детето ни напомня онзи човек, описан от Стивън Лийкок, който веднъж се метнал на коня и се понесъл „във всички посоки“. Четиригодишното дете никога не знае къде точно отива. Голямата скорост, с която се премества в пространството, и неустановената му умствена структура го отвеждат по странични и непредвидими пътища. Едно такова дете, което майката попитала какво рисува, отговорило: „Откъде да знам, още не съм свършил!“ И наистина, детето може да започне да рисува костенурка, която пътьом да се превърне в динозавър или камион. Същите неподозирани отклонения забелязваме, когато ни разказва какво е видяло.

Както го описва Гезел: „То може да бъде спокойно, шумно, кротко, безапелационно, отворено, властно, загадъчно, независимо, общително, може да е атлет, артист, реалист,

фантазьор, кавгаджия, може да е сговорчиво, безразлично, любопитно, прямо, разговорливо, остроумно, догматично и тъпо."

Поради особеностите на тази възраст към четиригодишните деца трябва да се отнасяме твърдо. Слабите или колебливи родители ще имат много неприятности. Четиригодишното дете харесва разнообразието. Често му е необходимо да сменя ритъма. Опитната майка винаги ще измисли някоя нова дейност, за да го заинтересува и да го отклони от ситуация, която не върви на добре, Игрите му и поведението му могат лесно да се изродят в някоя глупост, ако не се контролират. Майката или бащата трябва да предугадят този момент и да предложат нещо ново и интересно.

Поради по-развитото му социално чувство и поради факта, че приятелството е поценено на четири, отколкото на три години, ако се наложи да накажете детето, изолирайте го от групата. Кажете му нещо такова: „След като не умееш да си-играеш с Томи и Стийв, играй си самичък. Може би след малко ще ти позволя пак да играеш с тях. Ще видя." Във всеки случай дайте му възможност да запази достойнството си. Така ще мотивирате желанието му да промени поведението си, за да се присъедини отново към групата. Добре е, ако е възможно, да обявявате решенията си със спокоен тон, без властни и наказателни интонации в гласа си. .

Такова е четиригодишното дете, и точно когато родителите започват да се питат струва ли си изобщо да се живее с това малко чудовище, то навършва пет години. Всичко внезапно се променя! Неравновесието на четвъртата година е заменено от равновесието на петата.

Петгодишното дете

Петата година е прелестна възраст. Край на разюзданото поведение. Сега детето охотно се проявява като разумно, сериозно, стабилно и уравновесено. Изпълнено с вътрешна сигурност, то е спокойно, симпатично, не толкова възискателно в отношенията си с другите, опитва се да прави само онова, което му се удава, и затова обикновено успява в начинанията си. Докато четвъртата година означава люшкане във всички посоки, петата е синоним на съсредоточаване и яснота. Обратно на четиригодишното дете, което често не знае какво ще рисува, преди да започне, петгодишното предварително си съставя точен план и го изпълнява. Докато на четири години да зарече рисунката или да я промени в движение не го е смущавало особено, на пет детето обича да довършва започнатото. На четири години то върви напосоки, на пет знае къде да спре. И обратно на буйното си и разпасало поведение отпреди година, сега проявява голяма пестеливост в двигателната си дейност и я контролира добре.

Петгодишното дете е щастливо, че живее в нашия свят. То е прагматично: „Дупката се копае, сладоледът се яде." Не е в конфликт със себе си, нито с околните. Доволно е от себе си, другите също са доволни от него. Преоткрива духа на сътрудничество и одобрение, който е проявявало на три години, но на по-висш етап. Мама е все още центърът на вселената му и то обича да бъде до нея, да действа за нея и с нея. Слуша я, а само преди няколко месеца упорито ѝ се е противопоставяло. Както на три години отново е съгласно да му казват какво трябва и какво може да прави.

Въпреки голямата му привързаност към къщата и майката, домът вече не му е напълно достатъчен. Узряло е за по-разширени социални хоризонти. Обича да играе с другарчетата си от квартала. Готово е за забавачката и дори няма търпение „да ходи на училище". Забавачката

е за него идеалното място, тъй като една компетентна учителка може да му помогне да разгърне огромните си интелектуални способности. Ако наблизо няма детско заведение, ще трябва да обърнете специално внимание на игрите му.

Ето как Гезел описва петгодишното дете: „То притежава забележително уравновесена комбинация от навици и качества като независимост и общителност, самоувереност и приспособеност към социалните правила, ведрост и сериозност, благоразумие и логичност, учтивост и безгрижие, съчувствие към другите и вяра в себе си.“

Така е, трябва да му го признаем - предлага ни прекрасно дозирани качества. Истинско удоволствие е да се общува с него. Във физическо отношение е придобило добро мускулно равновесие и сърчност. В афективен план е напълно уравновесено. В интелектуален - прелива от любознателност и учи нови неща с ентузиазъм. Петата година е тази чудесна възраст, в която детето приема живота такъв, какъвто е, и го харесва. Но да му дадем думата - попитаме ли го „Какво обичаш най-много?“, то отговаря „Да си играя.“

Виждате, че има огромни психологически разлики между децата на три, четири и пет години. Онзи, който участва в живота им и ги възпитава, следва да държи сметка за тях. Не очаквайте от четиригодишното дете да се подчинява като петгодишното. Но въпреки разликите, тези три възрасти имат и много общи неща, затова ги включваме в един и същ стадий на развитие.

През предучилищните три години за възпитателя има неотложни задачи, които непрекъснато се появяват като темата в музикалното произведение. Тя звучи различно, но мотивът е все същият. Кои са лайтмотивите, кои са спешните задачи на тази възраст? Какво трябва да научи детето, за да допълни себепредставата си и доизгради основната структура на личността си?

Задоволяване на биологическите потребности

Тук спада преди всичко необходимостта да се осигури пълното му мускулно развитие. Детето ви проявява естествен стремеж да освобождава енергия - то тича, скача, катери се, върти се, шава, с други думи не се спира на едно място. Тъй като в биологически план родителите са много по-независими същества, те имат склонност да пренебрегват и подценяват този динамичен биологически аспект.

Наблюдавах веднъж на отсрещната маса в един ресторант млада двойка с около четиригодишно момченце, което не спираше да се върти на стола си. Раздразнен, бащата възкликна: „Не можеш ли да седиш мирно?“ Испитах желание да му кажа (само желание, разбира се): „Не, не може, както и вие не сте могли на неговата възраст!“ Този баща очакваше от сина си биологическа зрелост, каквато той нямаше как да притежава.

Гледайте на детето си между третата и петата му година като на биологически завод. То поглъща суровини под формата на храна и ги използва, за да произвежда огромно количество енергия.

Един психолог направил следния експеримент: заснел в обществена градина едновременно поведението на дете в предучилищна възраст. След това показали филма на член на университетския отбор по американски футбол и го помолили в продължение на час да прави същото, каквото правило детето. В края на часа футболистът бил напълно изтощен.

Всичко това показва, че трябва да осигурявате на детето си голямо пространство и много игри въщи и навън. Те ще му позволят да изразходва безкрайната си енергия и да извършва, упражненията, необходими му за да укрепи контрола над мускулите си и тяхната ефикасност. Децата имат нужда да тичат, скачат и крещят. Това често не е по вкуса на възрастните, които жадуват за мир, спокойствие и ред. Затова ни е трудно да задоволим напълно биологичните нужди на детето си. Само че не го ли оставим конструктивно да освободи огромната си енергия, то с положителност ще го направи по разрушителен начин. Мускулите му и мускулната му координация не могат да се развиват, ако няма непрекъснатата възможност да си служи с всички тях. Дете, което в предучилищна възраст е било принуждавано да бъде прекалено спокойно и мирно, ще се окаже в неизгодно положение спрямо другарите си, когато тръгне на училище. Ще му липсва основна мускулна координация, за да проявява нормална ловкост в игрите и спорта (и следователно в обществените отношения).

Има и, нещо повече. Двигателната сръчност е основа на интелектуалните способности и това обстоятелство се проявява в четенето например много повече, отколкото си мислят родителите. Мускулната координация се дели на *латерална* и *дирекционна*.

Латералната може да се определи като дълбокото ни чувство за собствена симетрия — представата ни за ляво и дясно. Тя е нещо като карта на вътрешното пространство, която позволява на детето да задвижи едната или другата си ръка, единия или другия крак, двата крака или двете ръце.

Дирекционната представлява проектирането на латералната в пространството; тоест тя е съзнанието ни за ляво и дясно, за горе и долу, отпред и отзад в заобикалящия ни свят. Тя е картата на външното пространство. Дълбокото ни усещане за това коя е лявата и коя дясната ни страна, се допълва от посоката, дадена ни от външния свят.

Тези вътрешни и външни карти зависят от мускулните схеми и двигателните дейности, които детето ви трябва да усвои, преди да тръгне на училище. Те могат да се нарекат „знанието на мускулите“.

Вероятно ще се запитате каква връзка има всичко това с интелектуални дейности като четенето. Много по-голяма, отколкото си представяте. Ако детето няма добра дирекционна координация, то ще чете буквите и думите наопаки. Забележете, например, че единствената разлика между буквите шише тяхната разнопосочност. Ако на пет или шест години детето ви не притежава добро чувство за горе и долу, то трудно ще различава тези две букви.

Така че дайте му възможност да се катери, да пълзи, да строи, да тича и пада. Тогава няма защо да се безпокоите за развитието на усета му за ляво и дясно и за посока.

Контролиране на поривите

През предучилищния период детето ви научава също да владее инстинктивните си прояви. Новороденото бебе е младо диваче, неспособно да контролира импулсите си.

Към възрастта на прохождение контролът все още е примитивен. Ако друго дете му вземе играчката, хлапето ви най-вероятно ще го удари, за да си я върне. Ако се спъне в количката, сигурно недоволено ще я ритне.

Между третата и шестата година обаче детето активно се заема с изграждането на система на контрол над импулсите си. Това, разбира се, не може да стане за ден-два. Ако разумно и сръчно му помагате в предучилищна възраст, към шестия си рожден ден то най-вероятно ще притежава задоволителен контрол. Иначе казано, ще е развило у себе си способност да се въздържа да удря, да задига чуждото или да проявява друг вид антисоциално поведение, което да му навлече неприятности в училище. Така че от шестата година нататък ще имате относително малко поводи за пляскане.

Някои родители като че ли не разбират, че постигането на самоконтрол изисква време. Струва им се, че кажат ли „не“ на детето си, то трябва незабавно да им се подчини. Ще чуете родители да възкликват: „Не знаеш ли какво значи „не“?“ Разбира се, че знае. Но системата му за контрол още не е достатъчно изградена, за да му откликне.

Обучението на детето в самоконтрол изисква голям брой повторения през целия предучилищен период. Необходимо е постоянство, за да го научите да обуздава антисоциални-те си инстинкти. Припомнете си, че след като е проговорило, то не е започнало веднага да употребява сложни фрази от сорта на: „Джони и аз отиваме до сладкарницата, за да си купим сладолед“. Произнасяло е фрази от една или две думи. После е свикнало да се изразява и по-сложно. Обикновено родителите проявяват разбиране и търпение, когато децата постепенно овладяват езика. Същото търпение им е нужно и докато детето развие у себе си способност да контролира импулсите си.

Детската психоаналитичка Селма Фрайбърг илюстрира трудностите, които изпитва детето, когато трябва да овладее инстинктивните си пориви и да се откаже от каприза си, със следния забавен пример. Двегодишно момиченце много обичало сладките неща; Преди десерта то удряло с лъжица по масата и възбудено викало: „Десерт! Десерт!“ Един ден за десерт имало сладолед и майката трябвало да отиде до кухнята и да го извади от фризера. Виковете и тропането с лъжицата я раздразнили и тя възкликнала: „О, Джани, потърпи малко!“ Когато се върнала от кухнята, с ужас видяла, че малката е получила гърч. Седяла вцепенена на стола си и като че ли не дишала. „Джани, какво ти е?“ извикала майката. Джани изпуснала въздуха си и разтворила юмручета: „Ами търпя“, отвърнала тя.

Да отложи задоволяването на желанието си изисквало такова усилие от момиченцето, че то призовало всичките си запаси от енергия, за да се противопостави на порива. Поради тази причина именно на децата им трябва толкова време, за да овладее инстинктите си.

Приучвайки децата си да се контролират, родителите могат да допуснат две големи грешки. Например нищо да не изискват и тогава шестгодишното дете ще си остане горе-долу на двегодишното си ниво - ще е неспособно да възпира антисоциалните си инстинкти. Или обратното - на което са склонни повечето родители: прекалено рано да се опитват да го обучат да се владее. Затова е полезно да се знае кое е разумно да се очаква от детето в предучилищна възраст.

Внимателният прочит на книгата на д-р Гезел „Малкото дете в съвременната цивилизация“ много би ви помогнал да нагодите изискванията си към онова, на което детето е способно на дадена възраст. Прекалено рано оказваният от родителите натиск може да породви многобройни проблеми: отказ от храна, мързел, гризене на ноктите, страхове, кошмари - все възможни отговори, чрез които детето реагира на преждевременните опити, целящи да го принудят да се контролира. Родителите трябва постепенно и незабележимо да увеличават изискванията си за съдържане на антисоциалните инстинкти. Третата година е подходяща възраст за започване на обучението, защото е период на равновесие и сговорчивост. В този

момент детето вече достатъчно владее езика, за да може да усвои самоконтрола. Като го оставяме да изразява с думи чувствата си, ние му помагаме да развие способността си да контролира инстинктите си и антисоциалните си действия. Ако му позволим да заяви на сестра си, че я мрази, улесняваме усилието му да се въздържи да я удари или да ѝ счупи играчките. Кажете му: „Не, Чарлс, не бива да удриш сестра си. Но знам, че те е яд на нея и ти се ще да я удариш. Затова удари вместо нея тази топка.“

По този повод д-р Рут Хартли прави едно забележително предложение. Тя препоръчва на родителите да осигурят отдушник за антисоциалните инстинкти на детето, като му дадат „кукла за биене“, тоест специално направена, за да получава удари без сериозни последствия. Става дума за здрави парцалени кукли. Главата е от платно с пълнеж, а чертите на лицето са избродирани с цветни конци. Зашивате за врата дамска блуза или мъжка риза и марионетката е готова. Направете по една, представляваща всеки член от семейството - мама, татко, братята или сестрите. Марионетките ще свършат много работа за неутрализиране на антисоциалните инстинкти и за успокояване на чувствата.

За да докаже ползата от тези малки създания, д-р Хартли дава следния пример: когато се ражда братчето ѝ, Мари е на три години. Тя веднага кръщава куклата си Тони на името на брат си. В деня, когато истинският Тони се връща от болницата, Мари се отдава на нова игра - тя „бие Тони“. Разбира се, всеки бой е напълно заслужен. Тони е лош, той чупи чинии, плаче нощно време. Към истинския Тони Мари е нежна и майчински настроена. Куклата ѝ стига, за да изрази ревността си.

А ако можете да изпратите детето си на детско училище на три или четири години, то още по-лесно ще се научи да овладява инстинктите си.

Отделянето от майката

В предучилищната възраст детето ви се научава да се дели от майка си.

През първото юношество то още не е съвсем готово за това. За двегодишното дете майката е центърът на вселената и то се нуждае от нея. Затова не е добре да го пращате в детско заведение. Обикновено то още няма готовност да се разделя с майка си по няколко часа дневно, за да си играе с други деца под надзора на чужда жена (учителката). Разбира се, ако по финансови причини се налага майката да работи, очевидно е, че тя ще даде двегодишното си дете на ясли, тъй като няма избор. Но идеалното би било да не прави това, преди детето да навърши три години.

На тригодишното дете са му необходими другарчета в игрите. То вече иска да се отдели от майка си и да бъде независимо. Най-добрият начин да му се помогне в това отношение е да се изпрати в добро детско училище. И все пак, макар и да желае да е самостоятелно и да се присъедини към света на децата, то изпитва противоречиви чувства, когато трябва да напусне сигурността на майчиното присъствие. Нормално е да усеща „безпокойство от раздялата“ (при някои деца то е по-силно, отколкото при други), след като майка му е била неговата „опора“ в продължение на цели три години.

Бихме могли по-добре да схванем това, ако въобразяваме проникнем в съзнанието на тригодишното дете през първия му ден в детското училище и се вслушаме в следния монолог: „Мама ме изпрати на това непознато място. Каза ми, че тук ще ми хареса и че ще се забавлявам, но не съм много сигурен, че е така. Мама каза, че оная леличка е учителката.“

Каква ли е тя? Дали е добра? Ще се занимава ли с мен? Кой са тези непознати деца? Никога не съм виждал толкова деца накуп! Дали ще ме харесат? Дали ще си играят с мен или ще ме бият? Страх ме е. Никак не съм сигурен, че тук ми харесва. Мамо! Не ме оставяй! Толкова ме е страх, че ми се плаче."

И се разплаква. Ако минете през някое детско училище през септември, ще забележите, че доста деца плачат, а учителките ги държат на коленете си и се опитват да ги утешат.

Всички, наистина всички тригодишни деца изпитват горе-долу чувствата, които описах. Ако детето е психологически здраво и уравновесено, то ще ги изпитва за кратко. После спокойно ще се присъедини към другите деца и ще започне да си играе с тях. Но дори когато детето се заиграва с другите деца, без да плаче и да прави истории, то без особен ентузиазъм пуска майка си да си ходи.

Да видим още веднъж какво чувства: „Забавно ми е да си играя с глината, но мама ми липсва. Не ми е приятно да стоя тук сам. Мама каза, че ще дойде да ме вземе навреме, ама дали е истина? Ще ѝ се обадя, за да съм сигурен." (И детето вдига слушалката на телефончето играчка, умно поставено там от учителката.) „Ало! Мамо! Да, аз съм, играя си с глина, интересно ми е. Скоро ли ще дойдеш да ме вземеш? Добре, мамо, довиждане."

Детето може да изрази впечатлението си от раздялата не с думи, а с нещо като „телесен език" или чрез физически симптоми. Сутринта, когато дойде време за тръгване, то може да получи силни болки в краката, гадене или световъртеж.

Понякога малкото дете реагира със закъснение на раздялата с майката. Всичко изглежда чудесно през първата седмица. Детето влиза в училището, без да протестира, и явно не го е грижа за нищо, а ние не си даваме сметка, че то просто прикрива тревогата си. Но тревогата все пак го побеждава; след две-три седмици то заявява на поразената си майка, че го е страх от училището. „Но как така? Отначало не го беше страх!" Напротив, страх го е било! Майката не е забелязала, защото се е въздържало. Накрая обаче тревогата е надделяла. Да отделите детето от себе си и да го оставите само с деца на неговата възраст е за него *голяма крачка напред*. Ако не можете да го изпратите на детско училище, помогнете му да осъществи необходимото отделяне, като го насърчавате да си играе със съседчетата - нещо, което, особено за по-стеснително дете, е по-трудно, отколкото ако ходи на училище. Защото там има компетентна учителка, която знае как безболезнено да го отдели от майка му. Все пак и сами можете да постигнете това. В глава 11 ще ви посоча как да пресъздадете въщи условия, подобни на тези в детските заведения.

Новият свят на другите деца

В предучилищната възраст детето ви усвоява отношенията „давам-взимам" с другите, тоест с равните нему. Светът на отношенията между равни е ужасно различен от семейния. Така веднъж едно момченце от детско училище искаше да си поиграе с камиончето на друго дете.

- Дай ми камиончето! - поиска то.
- Играя си с него - отвърна другото.
- Дай ми го!.- повтори първото.

- Няма! - каза второто.

- Повръща ми се, дай ми го!

Другото не отговори. Наблюдавайки подобна сцена, човек почти може да види как функционира мозъка на първото момченце: „Като кажа така, мама веднага отстъпва. Защо с това момченце номерът не минава?“

Ето как в радост и тъга, мъчително и постепенно тригодишното дете научава, че светът на отношенията с равните нему е нов свят с други правила и изисквания. При първото си съприкосновение с групата то опознава едновременно силните си страни и слабостите си. Щастливо е, че го приемат, и страда, ако го отблъснат. Научава се да дава и да получава.

Сред своите равни детето придобива социални навици. Налага му се да дели, да изчаква реда си, да моли за нещо другите, да изразява чувствата си с думи. Научава се да се бие, за да защитава правата си, да казва каквото мисли, без да прибегва до юмруците си, да участва и да наблюдава, да развива доверието в себе си чрез отношенията с другите. Никое дете не идва на света с тези основни в; социален и афективен план способности.

На три, четири и пет години детето ви ще изпитва потребност да си играе с другите деца и да изгражда у себе си съответните социални навици. Училището е идеалното място за тази цел, защото обучението се наблюдава от опитен учител. В игрите с децата от квартала то се учи да удря или да го удрят, да понася и да греши. Там няма кой да помогне на свитото дете да се приобщи към групата, да изгради доверието в себе си и да преодолее своята плахост.

Изразяването на чувствата

Между три и шест години детето ви се научава да изразява или да потиска чувствата си. В предишната глава подчертах колко е важно за него да ги назовава с думи, а не да ги изтласква, та да изплуват на повърхността под прикрита и опасна форма. През тези години то изгражда основното си отношение към всичко, което изпитва вътрешно. Или ще повярва, че чувствата и емоциите му са опасни и че ще е по-добре да им сложи юзда, или ще свикне да ги приема, независимо дали са отрицателни или положителни.

Ако имах магическа пръчица и можех да направя на всички деца само един подарък, за да подобря душевното им здраве, щях да прогоня от умовете им представата за „добро“ и „лошо“, приложена към чувствата. Така те биха запазили тези понятия само за действията си. Дори законът ни признава правото да различаваме чувствата от действията си.. Случва се да изпитаме желание да убием някого. Тогава казваме: „Толкова бях бесен, че с удоволствие бих го убил“ - и законът не възразява срещу мислите ни. Само ако осъществим своята враждебност, той се намесва и обявява: „Това е лошо.“ Защо ние, родителите, не даваме на децата си същото право, което законът е осигурил на гражданите на страната ни? Защото и ние сме били лишени от него като малки. Й забраната е така дълбоко вкоренена в подсъзнанието ни, че смятаме за лошо децата ни да се изразяват по този начин.

Да вземем един пример. Майката е завела сина си на пазар. Оставила е покупките си в количката, детето също седи в количката. Появява се възрастна дама, която усмихнато се навежда над малкия: „Ах, какво миличко момченце!“ Момченцето вдига поглед към дамата и извиква ясно и разбрано: „Махай се! Не те обичам!“

Как бихте реагирали на мястото на майката? Боя се, че много майки ще се скарат на детето си: „Така не се говори! Извини се на дамата!“ Или пък сами ще се извинят на дамата и ще се оправдаят: „Само на две и половина е, още е малък.“ С други думи, много майки ще дадат на момченцето да разбере, че е лошо да казва какво чувства.

Не смятам, че са прави. Убеден съм, че на тази възраст децата имат право да обличат мислите си в думи. Вредно е за развитието на личността им, за спонтанността им, за детската им същност да ги учим да *прикриват* чувствата си.

Не твърдя, че всички деца във всяка възраст трябва да казват каквото мислят когато и където им хрумне. Децата следва да уважават чувствата на другите и да бъдат учтиви с тях. Но през предучилищния период те не биха могли да се отнасят деликатно към чуждата чувствителност, без да се изложат на риска да потиснат собствената си жизненост и непринуденост. Онова момченце в количката още не е умеело да разговаря тактично с дамите.

Детето трябва да бъде научено, че и другите хора чувстват нещо, когато навърши шест години; тогава ще имате възможност да му разясните, че съществуват обстоятелства и места, където може да изрази чувствата си, но че понякога е по-добре да ги запази за себе си, за да не си навлече неприятности. Така през първите училищни години то вече само ще преценява дали да каже каквото мисли или е по-благоразумно да не го прави. Но в предучилищната възраст го насърчавайте да се изразява свободно.

Отъждествяване с мъжкия или женския пол

Все в предучилищната възраст детето ви научава на кой пол принадлежи. В предишните глави казах, че докъм третата година децата са един вид асексуални.

И момченцата, и момиченцата си играят с едни и същи играчки, харесват едни и същи неща. И едните, и другите се радват на парцалените кукли и животни. Те, разбира се, не са съвсем еднакви дори през тези години. Като цяло момиченцата узряват по-бързо в доста области (в проговарянето например). Момченцата са физически по-агресивни и активни. Но, *общо* взето, отликите се проявяват ясно към тригодишна възраст. От този момент нататък момченцата и момиченцата започват да се държат различно и да имат различен поглед върху себе си и света. Една наскоро излязла книга анализира резултатите от наблюдения, проведени над деветстотин деца, и резюмира разликите между половете по следния начин:

Момченцата повече се бият, вдигат по-голям шум, поемат повече рискове, мисълта им е по-независима, по-трудно учат и са по-крехки... През първата година от живота, а и по-късно, умират повече момчета, отколкото момичета. Момчетата са в по-голяма степен изложени на риск от заекване, от трудности в четенето и от най-разнообразни афективни аномалии. Във физическото си развитие те изостават с година или повече от момичетата. Когато тръгват на училище, дори мускулите на ръцете им са определено по-малко развити. Момиченцата, обратно, са по-яки и по-зрели, но много по-покорни, пасивни, послушни; те са по-конформистки настроени и предпочитат заседналия живот. Интересуват се повече от хората, отколкото от предметите, проявяват по-голямо съчувствие към другите, по-чувствителни са към реакциите им и много по-лесно запомнят имена и места. Науката не е установила никаква разлика в коефициента на интелигентност на момчетата и момичетата в детството им, но е открила, че те притежават различен стил на мислене и интелектуални постижения. Момичетата са

първенци в езиково отношение. Те проговарят преди момчетата, а по-късно правят по-малко правописни грешки и пишат повече. Момчетата ги изпреварват в областта на абстрактното мислене, включително математиката и науките. Момчетата проявяват и по-голяма склонност към творчество.

Как да се обяснят тези дълбоки и така рано проявени различия? По всяка вероятност те се дължат на хормонални или генетични фактори, от една страна, и на начина на възпитание, от друга. Експертите не са на едно мнение по въпроса за предимството на биологическите фактори пред възпитателните и културните.

Но във всички случаи, ние, като родители, трябва да направим така, че нашите момчета и момичета да достигнат до дълбоко съгласие със своя пол. Ясното утвърждаване на собствената идентичност като представител на определен пол е жизнено важно за себепредставата и за душевното здраве на детето.

Да си припомним, че и момченцата, и момиченцата имат склонност да се отъждествяват с майка си, която е главното лице в живота им, докато са малки.

Понеже обича майка си, момчето не по-малко от момичето желае да се отъждестви с нея. Нормално е тригодишното момченце да й каже, че като порасне, ще стане „като мама"! Не рядко момченцето изявява желание да obuе обувките на майка си, както впрочем и на баща си, да използва червилото или парфюма й.

Между три и шест години обаче момчетата и момичетата обикновено тръгват по различни пътища в психологическото си развитие.

От третата година нататък детето е вече достатъчно зряло в интелектуално отношение, за да осъзнае разликата между половете. Случва се все пак и още да не разбира как стоят нещата. Едно петгодишно момченце, на което показали голо бебе и го попитали от какъв пол е, отговорило: „Не знам, не мога да позная без дрехите."

Тъй или иначе, по един или друг начин децата между три и шест години откриват, че момчето има penis, а момичето няма. Това откритие е повратен момент в живота на много от тях, макар доста родители да предпочитат да си останат в блажено неведение и да затварят очи пред значението му. Родителите, естествено, го пренебрегват, защото е от областта на секса, а мнозина от тях са под влияние на силно изтласкване, което ги прави глухи, неми и слепи към чувствата, изпитвани от децата по този повод.

Колкото по-здравое е отношението в семейството към сексуалността, толкова по-слаб е психологическият шок, който ще понесе детето, когато направи „откритието" си. Колкото по-забранителна и гузна е сексуалната „атмосфера", толкова по-трудно детето ще асимилира изненадващия факт. Но независимо от семейната обстановка, всяко дете реагира различно, по свой личен, единствен по рода си начин. Какви са все пак типичните реакции на децата, когато откриват, че момченцата имат penis, а момиченцата нямат?

Момиченцето може да се почувства ощетенo и да си помисли, че принадлежи на по-малоценен вид. Или да реши, че е родено с penis, който му е отнет, вероятно за наказание. Знаем, че някои от вас ще си помислят: „Що за безсмислици! Никога не съм чувал подобно нещо!" Но това, което току-що казах, е резултат от наблюдения, правени от специалисти над хиляди малки деца. Ако сте широко скроени, ще стигнете до същите заключения, като се вгледате в игрите и се вслушате в разговорите и въпросите на детето ви. Спомням си например, че когато беше на около три години, малкият ми син попита майка си: „Мамо, къде

ти е пишката?" Тя отговори: „Мама няма пишка. Само момчетата и мъжете имат.“ „Не, имаш - настоя синът ни. - Къде е? Скрила ли си я?"

Ако майката наблюдава без предразсъдъци поведението на детето си, тя ще забележи реакциите му към анатомичните различия на половете. Ето какво пише в дневника си майка на тригодишно дете:

Каролин завивда на половия орган на брат си Били, който е на пет години, и го показва по много начини, особено когато се опитва да уринира права като него. Тази сутрин я видях да го върши. Беше сама в банята. Свали гащичките си и застава пред тоалетната, сякаш ще пишка. Но явно реши, че така не става, и се отказа. Тогава си прещипа кожата и се опита да я сгъне във формата на пенис; очевидно мислеше, че може да го направи и така да се изпишка. Но не успя - кожата се оказа недостатъчна. Опита се още веднъж да уринира права. Накрая се изкатери върху тоалетната чиния, възседна я с лице към стената и се изпишка. Слезе и обу гащичките си.

Да разгледаме този въпрос. Момиченцата се чувстват донякъде ощетени и завивдат на момченцата. Това не означава непременно, че изживяват травма. Обикновено, ако момиченцето има уравновесена представа за себе си, то ще свикне с мисълта, че е различно. Ще разбере, че притежава много други неща, които компенсират липсата на някакъв си придатък.

Майката би помогнала на дъщеря си, като ѝ обясни, че момченцата и мъжете имат пенис, но тя притежава нещо, от което те са лишени - матка. Може да уточни, че матката е примерно специална торбичка за бебета в корема на момиченцата и жените, че когато пораснат, момиченцата могат да имат бебета, а момченцата - не. Спомням си за едно момиченце, чиято майка му бе обяснила всичко това и което на другия ден пристигна на училище и гордо обяви: „Аз имам матка, аз имам матка!"

От своя страна момчетата могат да изпитат истински шок, когато открият, че жените и момичетата нямат пенис. Момченце с примитивно и буквално мислене би могло да заключи, че пенисът им е бил отрязан и че същото ще се случи и на него, ако не слуша. Така едно петгодишно момченце попитало веднъж майка си къде ѝ е пенисът. Тя му припомнила, че вече му е обяснила - мъжете и момчетата имат, но жените и момичетата нямат пенис. То отвърнало: „А, да, спомням си, отрязали са ти го!"

В дом, в който цари здравословна и открита атмосфера по отношение на сексуалността, в който на половите органи се гледа спокойно, момченцето може и да се разтревожи, че нещо ще се случи на пениса му, но бързо ще се успокои. Момченцата обикновено се гордеят с пениса си и обичат да го показват на родителите и приятелите си. Ако майката не се притеснява от тези неща, тя искрено ще се забавлява от наивния начин, по който синчето ѝ се хвали с наскоро откритите си мъжки атрибути. Ето една такава случка, разказана от учителка в детско заведение:

Тригодишните Карл и Дженифър строят къща от огромни кубчета. Изведнъж Карл вдига поглед и казва: „Имам пиш.“ Дженифър продължава да си играе. Карл настоява: „Искаш ли да дойдеш с мен в тоалетната и да ме видиш как пишкам?“ Дженифър кима. Става и отива с Карл в тоалетната. Следвам ги незабелязано и ги наблюдавам иззад вратата, без да ме виждат. Карл разкопчава панталона си и гордо заявява: „Имам си пенис.“ Дженифър свива рамене и прозаично отвръща: „Знам.“ Карл уринира, а Дженифър го наблюдава. Изглежда донякъде заинтересована, но нищо повече. Накрая Карл уточнява:

„Няма нужда да сядам като теб, мога да пишкам прав.“ „Много важно, упорито казва Дженифър, и брат ми пишка така.“

Какво да направи майката, за да помогне на детето си да утвърди принадлежността си към женския или мъжкия под? Основният фактор е вие и съпругът ви да приемете пола на детето си. Ако сте щастливи, че имате момче, има всички шансове и то да е щастливо, че е момче. Ако сте доволни, че имате момиче, и то ще се радва, че е такова.

Но момченцето и момиченцето се нуждаят и от модели за подражание. В това отношение смятам, че за момиченцата е по-лесно да приемат и да утвърдят съзнанието за пола си. По много причини. Една от тях е разликата между днешното градско общество и обществото отпреди сто години. По онова време повечето хора са живели на село или в малки градчета. Тогава момченцето непрекъснато е виждало баща си. Ходело е подире му из стопанството. Дори ако бащата е бил например нотариус в провинциално градче, той се е прибирал да обядва вкъщи. Днес бащите тръгват за работа рано и се връщат късно вечерта. Момченцата рядко ги виждат през седмицата.

Преди сто години е имало много малко учителки и момченцата и момиченцата в началното училище са били обучавани предимно от мъже. Сега момчето среща понякога своя пръв учител едва в края на гимназията. Разводите също са довели до липса на мъжки модел за момчетата. Обикновено детето се присъжда на майката. Тази ситуация е по-лесна за момиченцата, защото те имат нужда именно от женски модел. Но какво става с момченцето, което най-вероятно рядко ще вижда баща си? Къде да намери своя модел?

Има едно просто, но очевидно трудно приложимо средство: бащата трябва да прекарва много време с детето си, момче или момиче. Бих желал да притежавам някой чудотворен аргумент, с който да убедя бащите колко е важна ролята им. За съжаление много мъже са дотолкова робни на амбициите си и на неустоймата си потребност да преуспеят, че не намират време да общуват с децата си, докато са малки.

Логическото им обяснение е, че работят много, за да осигурят финансово бъдещето на семейството си.

По-късно, когато децата пораснат, ще могат да им обръщат повече внимание, мислят те. За беда рядко става така. Когато бащата не посвещава достатъчно време на малките си деца и не установи с тях здрава връзка през тези решителни години, впоследствие самите деца не проявяват особен интерес към него. А това е твърде жалко.

Дори много зает баща може да направи за момченцето си (или за момиченцето си) какви ли не неща, за които обикновено не се сеща. Би могъл например да държи в работата си цветни картички и да ги изпраща на детето си по пощата. Децата не водят кой знае каква кореспонденция и ще бъдат луди от радост, ако получат писмо от татко. Таткото може и да им телефонира от време на време. Един петминутен разговор значи много за детето.

Всеки баща би следвало да заведе своето дете в службата си и да му покаже какво прави там. Важно е да му обясни по достъпен начин с какво се занимава. Някои професии са по-лесни за обяснение от други. Майката пък може да помогне на детето да си играе на „татко работи“. Или пък да го подтикне да напише книга, озаглавена „Работата на татко“. Ще обясня подробно как става това в глава 11.

За да изразят принадлежността си към дадения пол, и момченцата, и момиченцата се нуждаят от съответната дегизировка. Ако поразровите у дома, сигурно ще намерите" за

момиченцето си стари дрехи, обувки, шапки и бижута на мама. За момченцето е по-трудно. И все пак снабдете го с шапки, стари джинси, стари обувки, войнишки дрехи, кепета, каски. Ако нямате, идете в магазина за военни аксесоари, все ще намерите нещо подходящо.

Още по-важно е отношението на бащата и майката към момченцето или момиченцето им. Ако майката е горда не само с женствеността на момиченцето, но и със зараждащата се мъжественост на момченцето, всичко ще е наред. Тя трябва да приеме, че да се инати, да бъде палаво и невнимателно, да вдига врява е в природата на момчето. Не бива да се опитва да го превърне в кротко, послушно и спокойно същество, което да прилича на момиче.

Колкото до бащата, и той има своята решаваща роля. Нему се пада да посвети момчето в по-суровите мъжки игри. В същото време той може да обгради момичето с нежност и мекота, за да насърчи кокетството и женствеността му.

Не е зле родителите да помнят, че никое дете не е напълно мъжествено или женствено. Как иначе двата пола биха постигнали разбирателство? Редно е да избягваме клишетата като: „За да си мъжествен, трябва да си твърд и нечувствителен“, „Момчетата не плачат“ и „Момичетата няма защо да мислят“. Ние искаме да направим от нашите момчета мъже, способни да проявяват „женски“ качества като съчувствие и разбиране. И държим момичетата ни да станат жени свободомислещи, оригинални, способни да рискуват и да разсъждават не по-малко логично от мъжете.

Поради тези причини не бива да бъдем тесногръди в схващането си за женското и мъжкото поведение, което предаваме на децата си.

Децата трябва да проявяват чувства и да имат поведение, свойствено и на двата пола. Няма да навреди на тригодишното момченце, ако помага въщи, ако майка му го научи да готви или да прави сладкиши. Нито на момиченцето, ако си играе с камιονчета и пожарникарски коли. Стига да искат. Насърчавайте децата си да се държат, както се очаква от пола им, но не се поддавайте на клишетата и не изпадайте в крайности.

ПРЕДУЧИЩНАТА ВЪЗРАСТ (ВТОРА ЧАСТ)

През годините, предшестващи началното училище, детето ви изгражда своето основно отношение към сексуалността. В първите глави обясних, че единственото ви задължение с дете до тригодишна възраст е да се въздържате от отрицателно сексуално възпитание. След това обаче то ще иска и ще трябва да знае много неща на тази тема.

Като психолог с повече от два десетгодишна практика, сблъсквал се с най-интимните проблеми на хората, аз напълно съзнавам, че дълбоката афективност на родителите носи белезите на липсата на информация, на чувството за вина и на страха от секса, насаден им още в детството. Само психолозите знаят какви невероятни неща крият хората в себе си в това отношение. Как тогава да се учудваме, че за много родители е трудно да отговорят на въпросите на децата си и да ги възпитат правилно в област, смуцаваща и деликатна за самите тях?

Ако бяхме имали щастието да се родим някъде из островите на Южните морета, несъмнено всичко би било различно. На тези острови на практика няма случаи на хомосексуализъм, фетишизъм, воайорство, нито на каквото и да-е друго сексуално отклонение или невроза, за съжаление така често срещани в нашето общество. Причината, поради която възрастните в тези общества не страдат от никаква отклонение, е проста. Тя се корени в здравото сексуално възпитание, което са получили като малки.

Повечето от нас са нямали този късмет. Прекрасно знам, че може да последвате съветите ми за сексуалното възпитание на децата ви само доколкото собственото ви сексуално възпитание или липсата на такова ще ви позволи. Идеалното би било да се разглежда този въпрос спокойно и естествено като всеки друг. Децата не изпитват никакъв ненормален интерес към сексуалността, тя не ги занимава особено. И ако по-късно мисълта за нея започне да ги преследва, отговорността се пада на възрастните.

Когато децата задават въпроси, свързани със сексуалността, то е все едно че питат защо вали дъжд или къде отива слънцето нощем, или кое кара цветята да растат. Но установят ли, че ние реагираме различно на невинните им въпроси, веднага започват да изпитват чувството, че смятаме тези неща за забранени, нездравни и в същото време привлекателни.

Преди всичко нека се опитаме да отговаряме на въпросите им възможно най-открито, пряко и честно. Тези въпроси почти винаги идват, когато не ги очакваме. Първото нещо, което тригодишното дете пита, е, разбира се, класическото и неизбежно: „Откъде идват бебетата?“ Можете да отвърнете: „От майките. Растат на едно специално място в тялото на майките, което се нарича матка.“ На първо време това обяснение е достатъчно. По-късно детето ще поиска още уточнения. Давайте кратки и прости отговори. Ако детето ви настоява за повече подробности, не се бойте, че сте много лаконичен. То ще ви зададе още въпроси. .

По този повод, по причина, която никога не съм могъл да проумея, някои майки казват на децата си, че бебетата растат в стомаха им. Тази анатомическа неточност може да породни всякакви погрешни и фантастични представи в ума на детето относно други аспекти на сексуалността. Какво например ще му отвърнете, когато попита „Как бебето е влязло в стомаха?“ или „Как бебето ще излезе от стомаха?“ Така че говорете на детето си за матката, а не за стомаха.

Често децата се боят да питат. Затова, за да осигурите на детето си положително сексуално възпитание на този стадий от развитието му, отговаряйте на въпросите, които ви поставя, но и направете стъпка напред. Прочетете му някоя книжка, която дава обща представа за сексуалния процес и за начина, по който бебетата се раждат. Има отлични книжки на тази тема. Препоръчвам ви да си купите поне една от тях.

Няма нужда от специален мизансцен, за да му прочетете подобна книжка. Не развявайте знамето, не казвайте с поверителен тон: „Тази вечер, Джими, ще имаме час по сексуално възпитание!“ Четете, както му четете коя да е детска книжка.

И все пак има едно обстоятелство, което прави това четиво по-различно. Поради тревожната и нездрава атмосфера, която обгръща въпросите на секса в обществото ни, децата по-трудно разбират какво им казваме по тази тема. Аритметиката или астрономията, в които няма много емоции, нерядко са им по-достъпни. Затова трябва по-често да повтаряме обясненията. Един-единствен отговор на детския въпрос няма непременно веднъж завинаги да внесе яснота в ума на детето. Така че би било по-мъдро да му прочетете книжката няколко пъти.

Бих ви препоръчал да направите това, когато е на три години, когато е на четири и когато навърши пет. И нека да му е поддръка, та научи ли се да чете, само да го стори. Този вид книжки съдържат всичко, което детето иска да знае до началото на юношеството. Тогава идва времето на съвсем нов тип сексуално образование.

Бременността на майката е много удобен случай да се информира детето по въпросите на секса и раждането. В подходящия момент му съобщете, че в корема ви расте бебе и че скоро ще му се роди братче или сестричка. По този повод не забравяйте какво казахме за ревността между братя и сестри, когато на бял свят се появява ново бебе. Детето ви сигурно ще бъде крайно любопитно да узнае как това съвсем малко бебе расте във вас, как се храни, как ще излезе. Сега е моментът да извадите някоя от книжките за сексуалното възпитание и да му я препрочетете.

Покажете му колко мъничко е било, когато е растяло във вас. Ще му е изключително интересно да види на какво е приличало в различните стадии от развитието си в матката.

Има един щекотлив въпрос: как бебето излиза от майка-та? Ако детето ви го зададе, накарайте го първо само да си отговори. Така ще разберете дали има погрешни представи и ще ги коригирате, като му дадете правилния отговор. То може да си мисли, че бебето излиза от ануса или от пъпа. Тогава му кажете : „Не, бебето не излиза от там. Майката има специална дупка за бебетата, нещо като тунелче. То е много еластично. Преди да излезе бебето, тунелчето се разширява достатъчно, за да мине то през него. А когато излезе, отново се свива и става като преди.“

Сега стигаме до може би най-деликатния за родителите аспект на сексуалното възпитание между третата и петата година на детето. Какво да правим, когато малкото играе с половите си органи? В много трудове се говори за тази игра като за „детска мастурбация“ - крайно неподходящ според мен термин, тъй като тук абсолютно не става дума за мастурбация; тя се появява чак през юношеството, когато половите органи са вече напълно развити. Да се твърди, че тригодишното момченце, което си играе с пениса, докато се къпе, мастурбиране неправилно. Нека просто кажем, че си играе с половия си орган. Когато е било по-малко, то е правило това от любопитство - по това време пенисът му не е представлявал за него нещо различно от ушите или краката му. Но сега разбира, че става дума наистина за нещо по-специално. Открива, че изпитва особено удоволствие, когато гали пениса си. Някога са мислели, че нищо подобно не може да се случи преди пубертета, но викторианската ера отдавна е отминала и днес вече знаем, че сексуалното удоволствие, изпитвано при тази игра, е част от нормалното предучилищно развитие.

Как да постъпите, когато детето ви прави това? Идеалното решение е да го оставите да го прави, без да казвате нищо. След известно време то ще спре и ще премине към „друга дейност“. Ако гледате спокойно на тези неща, отлично. Но ако не? Ако това ви е във висша степен неприятно? Тогава мисля, че най-правилното поведение е да го разсеете, като му предложите нова игра, която да го заинтересува. Но във всички случаи се опитайте да запазите спокойствие и да действате ловко. Не се хвърляйте върху него, сякаш е избухнал пожар, с вика: „Бързо, Томи, ела да си поиграем на конче!“

Посъветвах ви как да се държите, ако детето ви се отдава на този вид игри, но може да се сблъскате с различна ситуация - сексуална игра в група. Обикновено колективните сексуални игри се дължат на любопитството и традиционно приемат формата на играта на „доктор“. Едно от децата изпълнява ролята на лекаря, който преглежда „болно“ момченце или момиченце. Всеки на свой ред преглежда и го преглеждат. Като отмени първоначалното

любопитство, тази игра престава да е интересна на децата и бива забравена. Тя не оставя никакви нежелани следи у участниците.

Ако сварите децата да я играят, не се паникьосвайте и не ги смятайте за извратени. Не ги наказвайте, не им се карайте. Кажете им с естествен тон, че разбирате желанието им да узнаят как са направени. Но че след като са задоволили любопитството си-, биха могли „да си поиграят на друго“. Насочете групата към друго занимание.

Като реагирате така, детето ви и другите деца ще знаят, че сте приели техния детски и нормален начин за задоволяване на любопитството, но че сега вече могат да спрат колективните си сексуални игри. Не се опитвайте да разберете дали детето ви си играе на доктор или не. Уважавайте личния му живот. Възможно е никога да не чуете за сексуалните му игри с деца на неговата възраст. Това би било прекрасно. Ако детето ви израсне в здрава атмосфера по отношение на сексуалността, сексуалната игра няма да обсебва мислите му.

Трябва да предвидите случая, в който друга майка ще открие играта и ще ви телефонира с разтреперан от възмущение глас, че вашият Джони, който е явно малък сексуален маниак, е завлякъл нейното четиригодишно момиченце в гаража! Тогава всичко зависи от отношенията ви с тази майка. Знайте, ако ви се случи да изслушате оскърбената й тирада, че за да реагира така, тя най-вероятно е била травмирана като малка вследствие на неправилно сексуално възпитание. А ако въпросната майка отправи към детето ви тежки укори заради подобна игра, дръпнете го настрана и му обяснете, че г-жа Еди-коя си му е много сърдита, но вие не сте. Че не е трябвало да си играе в гаража с дъщеря й, но и че не е било необходимо да се прави от мухата слон.

Ето и един последен аспект от сексуалното възпитание на малките деца - може ли човек да се показва гол пред децата си? Във викторианската епоха родителите не биха могли да си представят, че децата им могат да ги видят голи, нито дори по бельо. Вратите на баните тогава са били здраво залостени. В наши дни като че ли сме стигнали до другата крайност и понякога родителите ходят голи пред децата си до десетгодишната им възраст и дори по-късно. Кое е най-доброто решение?

Смятам, че, общо взето, свободното днешно поведение е по-здравословно за сексуалността на децата ни. Мисля, че до шестгодишната им възраст е желателно да се следва политика на пълна непринуденост по отношение на голотата. След това според мен нещата трябва да се променят. Обикновено, когато децата станат на седем или осем години, те проявяват инстинктивен свяж, който ние, родителите, е редно да насърчим. Детето може например да настои вратата на банята да е затворена, докато взима душ. Да уважим правото му на интимност. От този момент нататък е добре родителите да престанат да се разхождат голи.

Това е необходимо, защото у дете на девет-десет или повече години видът на голите родители може да предизвика сексуална възбуда. А подобно преждевременно сексуално стимулиране не е изключено да породи проблеми.

Ще дам пример с едно деветгодишно момче, което лекувах. Виждах детето веднъж седмично и двамата родители -веднъж месечно. Един От проблемите на детето бе, че въпросите на секса го занимаваха прекалено. Осведомих се за сексуалната атмосфера в семейството и научих, че майката, която се гордееше-, че е преодоляла „викторианските“ табу-та, често ходи из къщи само по гащи и сутиен. Изненада се, когато я посъветвах да промени навичките си, тъй като синът й явно е твърде чувствителен в това отношение. „Но той сигурно

дори не ме забелязва!" - възкликна тя. Тогава съпругът ѝ, очевидно по-голям реалист от нея, ѝ каза: „Скъпа, мен това ме възбужда и струва ми се него също!" Кое то си беше чиста истина.

Според мен и родителите, и децата от само себе си възприемат по-целомъдрено поведение към периода на началното училище. Дотогава, що се отнася до голотата, те спокойно могат да се държат съвсем свободно.

„Семейният роман“

През описвания период детето преминава през един нормален етап, който ще наречем „семеен роман“. Това явление е различно при момчетата и момичетата, затова трябва да се обясни поотделно. Да започнем с момчетата.

В определен момент, някъде към третата година, момченцето започва да открива, че баща му поддържа с майка му различни от неговите отношения. Дотогава не му е достигала интелектуална зрелост, за да забележи това. Мама, разбира се, винаги е била най-важната личност в младия му живот. Но докато доскоро се е усещал като зависимо от нея бебе, сега чувствата му се променят. Новият и решителен факт е, че той просто се влюбва в майка си и започва да изпитва различен тип нежност към нея. Превръща се в неин обожател. Това е нормално, всички момченца минават оттам. Някои от тях крият чувствата си, други, особено ако са отгледани в семейства, където всеки се изразява свободно, ги проявяват съвсем открито.

Момченцето иска майка му да е изцяло негова и започва да изпитва враждебност към баща си, който му става съперник в желанието за абсолютно притежание на майката,

Веднъж тримата с големия ми син, който беше точно на този етап, отидохме в зоологическата градина. С жена ми се бяхме хванали за ръце, когато изведнъж той изскочи изотзад ѝ ни раздели с думите: „Прекъсвам любовта ви!“ Психоложката Дороти Барух разказва забавна случка, която добре илюстрира новите чувства на нежност у момченцето на тази възраст.

Петгодишният Пат разиграва следната сцена в къщичката на куклата на по-голямата си сестра. Настанява бащата и майката на леглата им в спалнята. Слага бебето да спи в съседната стая. „Тъмно е, нощно време е“, казва и припява „Тиха нощ, свята нощ“. После изправя бебето на пръсти и го вкарва в спалнята на родителите, а майката измъква от леглото и я поставя в детското креватче. В този момент сменя песента и започва да тананика сватбен марш. След това вдига бащата и го извежда от къщата. Пее „Джингъл белс“. Таткото на Пат, който е наблюдавал играта, го пита: „Знаеш ли кои песни пях?“ „О, разбира се, отвръща Пат усмихнато, песните, които иска бебето. То иска майката да е младоженка, таткото да е дядо Коледа и да му донесе майката като подарък и после да си отиде с шейната с елените.“

Момченцата на тази възраст често заявяват, че когато пораснат, ще се оженят за мама. Или, както наскоро чух да казва на майка си едно петгодишно момченце: „Знаеш ли, мамо, бих искал да си по-млада и съвсем мъничка и да не си женена за татко!“

Нека не се усмихваме снизходително на очарователните детски думи, а да ги вземем на сериозно. За момченцето тези фантазърски чувства и мисли са от голямо значение. Това е начинът, измислен от природата, за да го подготви за бъдещата му роля на съпруг,

„Семейният роман“, по силата на който то се влюбва в майка си на тази възраст, е жизненоважен етап в развитието му. Майката е първата жена в живота му, първата му любов и чувствата, които несъзнателно изпитва към нея, ще насочат бъдещия му избор на съпруга. То ще иска да се ожени за девойка, която в известен смисъл напомня за майка му. Има дори една стара песен на тази тема: „Искам годеницата ми да прилича на онази, която се е омъжила за милия ми татко!“ Но природата не е пожелала фиксацията върху майката да бъде окончателна. Тя предпочита детето да се откъсне от майка си към шест-седемгодишна възраст, което се и случва с повечето момчета. Но между три и шест години малкият обожател на мама изживява своята първа силна обич.

Неприятното в „семейния роман“ е, че той представлява всъщност „любовен триъгълник“. Момченцето изпитва не само дълбоко, нежно и своеобразно чувство към майка си, но и ревност и враждебност към баща си. Ако бащата не схване какво става, какъвто за съжаление е случаят с много бащи, този аспект от развитието на детето му може да го извади от равновесие.

Спомням си, че веднъж, когато се прибирах от работа и нежно целунах тригодишния си син на вратата на дома ни, той ми каза: „Махай се! Искам мама!“ Знаех какво става с него и въпреки това с мъка се удържах да не реагирам и да не се почувствам засегнат.

Съперничеството и чувството на враждебност към бащата поставят момченцето в неуютно положение. То обича татко си и се нуждае от него. Как може тогава да желае да го няма, за да бъде майка му изцяло негова? Трудно е за едно дете да понесе съчетанието на такива противоречиви чувства.

Усещането за ревност и враждебност към бащата задвижва защитния рефлекс, по силата на който приписваме на другите собствените си чувства към тях. И ето че момченцето започва да проектира върху баща си онова, което изпитва към него. Мисли си, че не то, а баща му вижда в него съперник и проявява враждебност. И понеже бащата е много по-голям и по-силен, то вече се бои от отмъщение и наказание - страх, който се изразява в кошмари, така чести у децата между три и шест години. Детето проектира ужаса си от боя или наказанието върху някой тигър, лъв или чудовище, които го преследват в съня му.

Ако семейната атмосфера е здравословна, момченцето постепенно си дава сметка, че желанието му да замести бащата няма да се осъществи. Отделянето на реалността от фантазиите е една от основните интелектуални дейности на дете на тази възраст. (Спомнете си трудностите, които среща четиригодишното дете, когато се опитва да разграничи реалното от въображаемото.)

Момченцето ще има нужда от целия период между три и шест години, за да се откаже от въображаемия роман с майка си и да приеме, че тя е жена на баща му, а не негова. Накрая то свиква с тази мисъл и започва да прилага формулата „всяко зло за добро“ - след като не може да замести таткото, то решава да прилича на него.

Тогавата се задвижва процесът на отъждествяване с бащата. Детето го взема за модел и му подражава по всички възможни начини. Тези два процеса (постепенният отказ от въображаемия роман с майката, както и постепенният отказ от съперничеството с бащата и заместването му с отъждествяване) изцяло запълват трите години на предучилищната възраст.

Обществото ни обаче е направило по-трудно това изпитание за момченцата по две причини. На първо място за много деца бащата е толкова отдалечено и вечно отсъстващо същество, че им е трудно да се отъждествят с него и следователно да намерят изход от ситуацията на „любовния триъгълник“.

Задачата им се затруднява и ако родителите се разведат. Детето желае майка му да е изцяло негова и баща му да се махне. Разводът като по чудо задоволява желанието му. След което момченцето започва да мисли, че може би по някакъв неизвестен му начин е отговорно за развода. В края на краищата нали точно това е искало? Ето че мечтата му се е осъществила. То се чувства ужасно виновно и прави достойни за съчувствие опити да оправи онова, което мисли, че е предизвикало.

Така че ако се разведете, когато момченцето ви е в предучилищна възраст, много внимавайте то да не се почувства отговорно за това. Използвайте техниката на отразяването, описана в глава 4, за да му помогнете да изрази с думи чувствата си, колкото и да са ирационални. По-късно ще му обясните, че вината за развода не е негова.

В повечето семейства, които живеят в хармония, към шестгодишна възраст момченцето е преодолело проблема със семейния роман. Сега то пази дълбоко в подсъзнанието си образите на типа жена, за която би желало да се ожени, и на типа съпруг, какъвто би желало да бъде на тази жена. Ако между три и шест години не преодолее проблема със семейния роман, по-късно ще бъде неспособно да си намери съпруга.

Да минем сега на момиченцето, защото неговата семейна любов приема донякъде различна форма. Да припомним, че за момченцето първият обект на любов е майката - нейният нежен образ то запазва през целия период на семейния си роман. Майката е първият любовен обект и на момиченцето. Но обратно на момченцето, то трябва да пренесе обичта си от майката върху бащата. Така че за момиченцето семейният роман е по-сложен.

Когато момиченцето започне да придобива независимост и да се разграничава от майка си, то открива в семейството нов обект на нежност и се влюбва в баща си. Подобно на момченцата някои момиченца запазват в тайна чувствата и мечтите си, други ги изразяват свободно.

На тази възраст момиченцата могат да бъдат много женствени и кокетни. Веднъж, когато беше на пет години, дъщеря ми излезе от банята, уви една кърпа около себе си и ми подвикна, въртейки дупето си: „Хей, татко, виж ме!“

През периода на семейния роман момиченцата умеят далеч по-ловко от момченцата да постигат желаното. Това се дължи на факта, че жените проявяват по-голяма изтънченост в човешките отношения. Майката може дори да не забележи до каква степен дъщеричката ѝ тайно се бори с нея, за да спечели обичта на баща си. Мислите си, че тя просто ви подражава, когато се опитва да готви и чисти, докато всъщност тя несъзнателно иска да покаже на баща си, че ще му бъде по-добра съпруга от вас. .

Момиченцето се намира в по-различно от момченцето положение и защото общува по-малко време с любимия си. В нашето общество бащите най-често отсъстват от дома. Момченцето прекарва много повече време с обекта на романтичната си любов - майката, докато момиченцето по цели дни нетърпеливо очаква баща си. Това го принуждава да изживява любовта си главно във въображението си.

Момиченцето изпитва чувства на враждебност и съперничество към майка си, което го смуцава толкова, колкото и ревнивото момченце, обявило война на баща си. Момиченцето се чувства зависимо от майка си заради обичта и непрекъснатите ѝ грижи. То усеща, че «ужасно да иска мама да си отиде и никога да не се връща"! И също като момченцето проектира враждебните си чувства върху майката. Въобразява си, че майка му знае колко много желае да се отърве от нея. И че следователно го мрази и иска да го накаже.

През целия период сънищата му са нарушавани от кошмари, в които го преследва страшна вещица или чудовище - несъзнателна представа за враждебната и отмъстителна майка.

В нормалното семейство момиченцето също научава, че татко принадлежи на мама и че то не може да го притежава. Това откритие става постепенно между третата и шестата година. Полека-лека момиченцето се отказва от любовните си аспирации към бащата и ги замества с чертите на мъжа, когото по-късно ще обикне и за когото ще се омъжи. Така и то като момченцето разрешава проблема с „любовния триъгълник".

Да поставим сега един важен въпрос: какво вие и съпругът ви можете да направите, за да помогнете на децата си да се развиват нормално и да преодолеят този проблем?

Преди всичко решаващо за излизане от кризата ще е качеството на съпругеските ви отношения. Ако съпругеският ви живот е стабилен и в него преобладава любовта, децата ви постепенно ще разберат, че романът им е невъзможен и ще намерят изход още в предучилищната си възраст. Но ако отношенията ви са белязани с дълбоко неразбирателство, децата ви трудно ще разрешат проблема си.

Ако бракът ви не върви, най-доброто, което можете да направите, за да помогнете на децата си да преодолеят семейния си роман, е да се консултирате със семеен съветник. Казвам това съвсем сериозно.

Детето ви сигурно ще се опита да предизвика спорове между вас и съпруга ви, за да се възползва от тях. Ще се постарее по свой детски начин да постави бариери помежду ви. Ако в брака ви има големи трудности, синът ви може да успее да накара майка си да го третира по-скоро като „миниаютурен любовник", отколкото като дете. Ако пък майката прекалено се радва на вниманието на момчето си, защото съпругът ѝ не се интересува достатъчно от нея, нека знае, че тази реакция не е здравословна за детето. В такива случаи тя проявява склонност да принизява бащата в очите на сина си, вместо да утвърждава авторитета му. Момиченцата могат да играят на същата игра - „разделяй и владей", опитвайки се да противопоставят баща си на майка си.

През този период родителите следва да внимават и да не позволяват на детето да намери слаби места в съюза им, та да ги „разделя и владее". Дватамата не бива да се поддават на изкушението да отвърнат на опитите му да ги прелъсти, като открито приемат авансите му. Необходимо е да реагират, като „нежно го отблъскват", като отхвърлят романтичната връзка, която им се предлага. Майката трябва да даде да разбере на момченцето, че обича татко, че е жената на татко и че иска и малкото ѝ момче да обича татко. То не може да се ожени за нея, когато порасне, защото тя вече е женена за татко и е много щастлива с него. Един ден то ще си намери жена и ще се ожени за нея. Засега е нейното и на татко малко момче.

Бащата също е редно ясно да обясни на дъщеричката си, че много я обича, но че мама е жена му. Не, тя няма да се омъжи за него, когато порасне. Той вече е женен за мама и е

много щастлив. Но тя е неговото малко момиче и никой не може да заеме привилегированото й място в обичта му. Някой ден ще си намери съпруг и ще се омъжи за него.

Няма нужда грубо да отваряте очите на детето. Не му позволявайте да вярва, че един ден капризите му ще се осъществят, но проявявайте такт, когато му обяснявате реалното положение. Детето ви не бива да се чувства смешно или ненормално, защото си е мечтало за такива неща. Спомнете си, че това е просто етап в развитието му и естествена подготовка за бъдещия му брак.

Най-важното все пак е да не насърчавате активно мечтите му. Ако го сторите, ще засилите неговата привързаност и ще му е много трудно да я преодолее по-късно. Всички познаваме мъже, които не са могли да превъзмогнат тази семейна обич, да прекъснат връзките с майка си, да си намерят жена и да създадат семейство.

Ако вие и съпругът ви сте достатъчно разумни хора, чийто съюз е уравновесен и щастлив, детето ви без мъка ще се справи с любовния си проблем, когато стане на шест-седем години.

Интелектуалното стимулиране

В предучилищния етап детето ви е особено чувствително към интелектуалното стимулиране. Ако му осигурите подходящи стимули, то ще развие умения и нагласа, които ще запази през целия си живот.

Най-просто интелигентността на детето може да се определи по способността му да заучава. Когато развивате тази способност, вие увеличавате неговата интелигентност.

В тестовете за интелигентност за деца ще намерите задачи, предназначени да оценят способността на детето да следва указания, да изслушва внимателно приказката, която му четете, да я преразказва накратко, да си припомня думи или реда на думите в дадено изречение, да събира частите на пъзел, да подрежда кубчетата така, че да направи определена картинка. Това са примери за основните умения, които детето трябва да усвои между три и шест години. През този период детето се „учи да учи“.

Как да сте сигурни, че получава оптималното количество интелектуално и емоционално стимулиране? Един от най-сигурните начини е да го изпратите в добро детско училище, когато навърши три години.

Предполагам, че би следвало да обясня какво разбирам под „детско училище“, тъй като много родители за съжаление смесват детското училище с детската градина. Детската градина е място, където майките могат да оставят дете между две и шест години, докато са на работа. В детските градини децата прекарват от шест и половина до осемнайсет часа. Някои от тях са добри - с компетентни учители, изобилие от съоръжения и добра образователна програма. Но повечето са ужасни; ръководят ги неквалифицирани хора, които упражняват този занаят за пари и понякога допускат шокиращи психологически грешки. Наивните родители едва ли са способни да ги различат.

Детското училище е съвсем различно нещо. То не е *поначало* замислено за деца на работещи майки. И обикновено е отворено половин ден, а не цял. В детските училища не се приемат деца под три години. Те се наричат също и „подготвителни училища“.

Друг вариант е „родителското“ училище. Неговият персонал не е съставен от учители, а от родители. Обикновено директорът е квалифицирано платено лице, а учителки са майките, които преподават на ротационен принцип.

Някои иначе интелигентни родители нямат понятие от преподаването в детските училища или, както го наричат сега, „детското образование“. Чувал съм архитекти, банкери, адвокати и жените им да възкликват: „О, в края на краищата, това си е подобрен бейбиситинг, нали!“ Все едно да кажете за Харвард, че е подобро игрище за пораснали тийнейджъри.

Чувал съм също интелигентни майки да твърдят съвсем сериозно: „Защо да изпращам сина си в детско училище, той си има достатъчно приятели в квартала.“ Едва ли би им хрумвало да не изпратят детето си в първи клас по тази причина.

Но не само неинформираните родители не знаят как точно протича обучението през първите години. Съществуват и педагози, които като че ли имат същите объркани представи.

В някои педагогически книги се твърди, че детското училище е добро само за емоционалното развитие на детето и не му носи нищо особено в интелектуален план. В много от тях авторите се питат трябва ли или не трябва да се изпраща детето на детско училище. Подобно колебание ми изглежда абсолютно смехотворно.

Но как да намерите добро заведение? Като психолог с многобройни връзки с детските училища и предлаганото там образование трябва да призная тъжната истина, че много майки предпочитат по-удобното им училище, онова, което е близо до дома им или осигурява на децата транспорт. Искрено съм смаян от подобно отношение.

Когато избирате училище, информирайте се за три неща: 1. учителите; 2. оборудването; 3. програмата. Най-важното е оборудването и персоналът. Необходима ви е квалифицирана и опитна учителка - сърдечна, спокойна, всеотдайна. Тя играе решаваща роля.

Не се колебайте да поговорите с учителката, да разберете какво знае за малките деца. Имате пълно право да се осведомите. В края на краищата *вашето* дете поверявате на грижите ѝ.

Повечето родители не са запознати с оборудването и учебната програма в детските училища. Информирайте се предварително - ще бъдете учудени, когато разберете колко много пособия и съоръжения са необходими за емоционалното и интелектуалното развитие на малкото дете. Проверете дали училищата, които посещавате, са снабдени с достатъчно образователни играчки и материали или правят икономии.

Колкото до методите на обучение, трябва да знаете, че в тази област съществуват много разногласия.

Някои специалисти залагат на обучението в традиционните изкуства и в ръчните дейности, които подпомагат емоционалното развитие на децата.

Според тях детето укрепва мускулатурата си чрез игра навън, за което са му нужни катерушки, големи кухи кубове и дъски, както и велосипедче на три колелета. Вътре може да си играе с глина, да боядисва с пръсти или с четка, да рисува, да прави постройки от кубчета и да си служи с различни инструменти, спомагащи за развитието на късите мускули, на творческия му усет и на емоциите му. Освен това под ръководството на учителката, детето усвоява и социалните отношения с другите деца.

Вторият метод може да се нарече „познавателен“. Според него традиционният сам по себе си не е лош, но търпи обогатяване. Привържениците му смятат, че през първите си години детето трябва да бъде подложено на различни видове сензорно стимулиране, без да се упражнява натиск върху него и без да се променя непринудената атмосфера на ранното му детство чрез неподходящо за възрастта му обучение. Познавателният метод предлага нов образователен материал и нови техники - аритметичните линейки на Кюизнер, структурната аритметика на Катрин Стърн, магнетофони, средства за обучение, благодарение на които детето се научава да пише на машина, материал за развиване на езика като например марионетките и други предмети, играта с които изисква да се говори, както и програми за обучение по четене.

Педагозите от детските училища никак не са единодушни по тези въпроси. Защитниците на традицията предпочитат да останат верни на дейности като играта с кубчета, боядисването с пръсти и отглеждането на растения в саксия.

Те са на мнение, че да се учи да чете дете на тази възраст неизбежно означава да се оказва натиск върху него и да „му се открадне детството“. Други пък настояват, че ако детето е готово да се научи да чете, редно е да му се даде шанс за това.

Аз лично съм твърд привърженик на „познавателния“ метод. Не виждам защо методите в детските училища трябва да си останат същите като през 1930 или 1940 година. След десет години сигурно ще бъдем поразени да узнаем, че е имало педагози, за които да научиш детето да чете е означавало да „му откраднеш детството“. Вече сме натрупали значителна маса от научни факти, доказващи колко е важно да насърчаваме детето да учи, ако искаме да му помогнем максимално да развие интелигентността си. Не разполагаме с нищо друго, освен с бабешки приказки, за да твърдим, че стимулирайки познанията на детето, рискуваме да му навредим в емоционален план.

В детското училище, което ще изберете за детето си, може би се прилага старият метод. Ако там държат на „изкуствата и ръчния труд“, но иначе имат добри учителки, няма проблем, детето ви ще извлече полза за себе си. Но ако можете да намерите по-модерно училище, в което са привърженици на „познавателното“ стимулиране плюс традиционното, още по-добре.

Отделете малко време, за да видите какво точно се прави там. Оставете някой да гледа детето ви за половин ден – не го взимайте със себе си, защото тогава ще трябва да наблюдавате него вместо евентуалната му учителка. Така ще се запознаете е всекидневното обучение, провеждано в заведението.

Ако не ви разрешат да го посетите и да погледате, имайте си едно наум.

Ще трябва и да се осведомите за техниките и методите на преподаване, като прочетете някоя книга за детските училища. В противен случай едва ли бихте разпознали качествено обучение, дори ако го видите в действие. Често опитната педагожка говори твърде малко и почти винаги си стои в дъното на стаята, като се намесва само ако има опасност да избухне конфликт. Ако не сте в течение, ще си помислите: „Че тя не прави почти нищо! Що за обучение е това?“ Няма да забележите изкуството и такта, с които учителката ръководи групата.

Има един важен показател, по който можете да съдите за училището, без да притежавате технически познания - климата в групата. Дали атмосферата е топла и непринудена и децата се изразяват свободно? Или цари напрежение, във въздуха се носи заплаха от наказания и морални принуди, учителката мъмри детето, праща го в ъгъла или му

заявява: „Не си добро дете, Томи“. Съмнявам се, че бихте искали детето ви да прекарва три часа дневно в обстановка на критики и репресии.

Можете да изпратите детето си на детско училище или да предпочетете да създадете в дома си нещо подобно на детско училище. Но и в двата случая колкото повече знаете за педагогическите техники, толкова по-успешно ще ръководите детето си. Ако откриете някаква книга на тази тема, купете си я - ще направите разумно вложение.

Последната година в детското училище е решаваща за обучението на детето.

Доколкото този вид заведения предлагат чудесни възможности и понеже петгодишните деца обикновено проявяват изразен стремеж към учене, жалко и тъжно е, че много от тях не ги посещават. Причината е, че в някои квартали няма детски училища или пък ги закриват поради липса на място.

На какво решение да се спрете, ако в близост до дома ви няма училище? Ще ви кажа направо: ако средствата вито позволяват, намерете някоя добра частна забавачница и запишете в нея детето си. Аз лично бих взел пари назаем, ако трябва. Родителите често задлъжняват, за да изпратят детето си в колеж, но много малко от тях заемат пари, за да го изпратят в детско училище. А първите години на обучение са толкова важни, че ако трябваше да избирам, бих взел заем за детско училище. Всичко, което казах относно избора на добро училище, се отнася и до избора на забавачница за петгодишното дете.

Как да подготвите детето си за тази първа година на истинско обучение? Последвайте съветите, които давам в глава 11 - *Училището започва вкъщи (първа част)*, и детето ви ще е напълно готово за него.

Ако в детското ви училище няма група за петгодишни, предложенията, дадени в глава 11, не могат да я заместят, нито да компенсират онова, което тя предлага, особено що се отнася до контактите с деца на същата възраст. Те са само най-доброто, което можете да направите.

В тази глава изминахме огромен път. И в това няма нищо чудно, като се има предвид какво забележително развитие претърпяват децата от третата до шестата си година. Да обобщим сега онова, което се случва през тези тъй важни години.

Какво е станало с детето ви?

То е задоволило биологическите си потребности от мускулно развитие - укрепило е и големите, и малките си мускули.

Научило се е да контролира инстинктивните си пориви.

Отделило се е от майка си.

Усвоило е отношенията „взимам-давам“, общувайки с децата на негова възраст.

Свикнало е да изразява или да съдържа чувствата си.

Определило е принадлежността си към своя пол.

Затвърдило е основното си отношение към сексуалността.

Постепенно е преодоляло „семеен роман“.

Преминало е през период на своето развитие, когато особено се поддава на интелектуално стимулиране и, да се надяваме, го е оползотворило, максимално.

Такова е детето ви след пет години пътешествие на космическия ни кораб - Земята. Ако сте се вслушали в съветите, дадени в тази книга и ако всичко се е развило нормално, то има силна представа за себе си и е изградило основите на бъдещата си здрава и стабилна личност. Придобило е чувство за сигурност, доверие в себе си и ясно съзнание за своята индивидуалност. За вас, които му помагате да си изгради солидни основи през първите пет години от живота си, главната работа е свършена.

След като вече сте проследили в хронологичен ред етапите от първите пет години на детето ви, нека преминем към следващите две глави, в които подробно се спирам на една жизненоважна тема от възпитанието му. Става дума - и то не само за този период, а и докато изобщо носите отговорност за детето си - за постоянния проблем на дисциплината.

МОЖЕ ЛИ ДЕЛФИНЪТ ДА СЕ НАУЧИ ДА ПИШЕ НА МАШИНА?

В днешно време дисциплината е особено деликатна тема. Мненията за нея са толкова противоречиви, че майките истински се объркват. Една книга съдържа едни съвети, друга - противоположните. Една съседка ви препоръчва дадена линия на поведение, друга се кълне в обратната. Майките непрекъснато се питат: „Дали не съм много строга? Дали не съм прекалено мека? Сбърках ли сутринта, като натупах Джими? Мисля, че бях права, но не съм сигурна.“

Преди всичко какво точно разбираме под *дисциплина*? Тази дума има много значения и подзначения.

Речникът дава следната дефиниция: „1. подчинение, спазване на определен ред и правила; 2. строгост“. Като синоними предлага: „1. ред, порядък, дисциплинираност, покорност; 2. суровост, солдатщина, военщина.“ Ако попитате случайно подбрани майки, повечето несъмнено ще ви кажат, че за тях да приучат детето си към дисциплина означава да го накарат да се държи прилично. В съзнанието на много хора дисциплината е почти синоним на наказание като средство да се принуди детето да се държи както подобава.

Бих искал да предложа по-широк синоним: *обучение*. Когато дисциплинирате детето си, вие всъщност го учите - то е ученикът, вие учителят.

Ние, родителите, трябва да си зададем въпроса: „Каква цел преследваме, когато обучаваме в нещо децата си?“ Ако размислят сериозно, повечето от нас ще отговорят, че целта ни е да формираме възрастен човек, който умее да се владее, да прави собствения си избор, да контролира поведението си, да използва свободата си като отговорен индивид.

Хиляди опити върху животни, от плъхове до делфини, са ни дали насоки как да постигнем тази цел. Моля майките, които прочетат тези думи, да не се шокират. Не съм казал, че няма разлика между детето ви и делфина! Но също както лекарите научават много за лекарствата и ваксините, като ги прилагат най-напред върху низши животни, и ние сме добили

много знания за начина, по който да се отнасяме към децата, благодарение на подобни експерименти.

Така веднъж един психолог решил да изпробва върху животни различни образователни методи. През лабиринт, в края на който поставил храна, той прекарал един по един две групи плъхове. Решил да приложи два различни метода, за да види кой ще е по-успешен. За плъховете от едната група осигурил малки колички, които сам придвижвал в правилната посока. Плъховете от другата група били просто оставени в лабиринта, също един по един, и всеки сам търсел пътя си, като се лутал и грешал. После психологът ги пуснал на двойки, по един от всяка група. Плъховете от втората група стигнали до храната далеч по-бързо, тъй като на тези от първата не се било налагало да разсъждават за разположението на коридорите, които изминали в колички, тласкани от външна сила.

Ясна е връзката на този опит с модерния педагогически метод на „откритието“. Детето запомня много по-добре онова, което само е открило, отколкото готовите отговори, дадени му от учителя. Експериментът е много показателен и за това как да научим детето на самоконтрол.

Ако майките и бащите имаха личен опит в дресировката на животни, те може би нямаше да допускат най-често срещаните грешки във възпитанието на децата. Може да ви изглежда преувеличено, затова ще ви дам един пример. Из целите Съединени щати майките и бащите полагат много труд, за да направят децата си непоносими. Те, разбира се, не си дават сметка за това, тъй като са изпълнени с добри намерения. Известно е, че вниманието, одобрението и нежността, които, засвидетелстваме на децата, са мощни стимули. Затова всяко поведение на детето, което предизвиква внимание и реакция от страна на родителите, бива всъщност насърчено и утвърдено.

Да вземем следната сцена в магазин. Детето пита нещо със спокоен глас. Майката не отговаря. Тя си приказва с приятелката или с продавача. Тонът на детето става по-висок, по-жален и по-настойчив. Майката най-сетне реагира. Така тя без да иска съобщава на детето си, че колкото повече повишава тон, колкото по-неприятно и нахално се държи, толкова по-големи шансовете има да получи желаното.

Майката несъзнателно е избрала най-прекия път, за да научи детето си как да бъде противно. Все едно, че му е казала: „Искам Джими да бъде отвратителен, да настоява да получи онова, което желае, по най-дразнещия и неприятен начин. Всеки път, когато помоли за нещо възпитано и без да вика, аз съм твърде погълната от моите си възрастни работи, за да му обърна внимание. Ще му отговарям и ще му отделям от вниманието си само когато започне да „разиграва комедии“, да се сърди, да вика или изпадне в истерична криза.“

Веднъж едно осемгодишно момченце, което идваше при мен на психотерапия, имаше възел на връзката на едната обувка. Помоли ме да го развържа. Възразах:

- Сигурен съм, че сам можеш да го развържеш, Ричард.
- Не, не мога. Развържете ми го вие.
- Знам, че е трудно, но можеш да го направиш.
- Щом не искате, ще накарам мама да го развърже.

След тези думи то отвори вратата към чакалнята и изтича при майка си: „Мамо, доктор Додсън е лош, не иска да развърже връзката ми! Развържи ми я!"

Тогава майката веднага отстъпи: „Добре, Ричард, ще ти я развържа."

Реших, че е време да се намеся. „Госпожо Гудуин, казах, ще сбъркате, ако изпълните молбата му."

Тя спря, поразмисли и рече: „Не, Ричард, сам можеш да си я развържеш."

Ричард продължи да крещи и да тропа с крак в продължение на няколко минути. После, като видя, че тя няма да отстъпи, внезапно се изправи и тичешком се върна в кабинета ми. Последвахте и затворих вратата след нас. Той седна в един ъгъл с гръб към мен и известно време стоя така мълчалив и сърдит. После се обърна, усмихна се хитро и ме попита: „Искате ли да играем на дама?" Отвърнах: „С удоволствие. Развържи връзката си и ще играем."

Този начин на реагиране на детското и съвсем човешко поведение на Ричард е пример за това как да избегнем да насърчаваме лошите навици. Същите методи се използват при дресирането на животни. Но най-важният аспект от възпитанието на децата е, разбира се, положителното насърчаване или така нареченото „подсилване".

Предлагате например на осемгодишно дете: „Искам да изреждаш думи колкото можеш по-бързо. Каквито и да са думи. Всичко, което ти дойде наум. Хайде!"

Предварително сте решили, че щом произнесе име на животно, ще казвате „добре", а след другите думи ще си мълчите. Детето не знае за това ваше решение. То започва да изрежда думи. При всяко име на животно казвате „добре". После изброявате отговорите.

Ако направите такъв опит, ще установите, че постепенно броят на имената на животни започва да се увеличава. Запомнете този интересен факт - детето дори няма да осъзнае какво става, но ще казва все повече имена на животни. Защо? Защото всеки път га насърчавате с вниманието си и с одобрителното наречие.

Забавно би било да си направите същия експеримент с възрастни хора. Когато си говорите с някого или водите разговор в група, изберете си някаква тема. Без значение каква: деца, дрехи, политика, градинарство... Всеки път, когато темата се появи в разговора, подкрепете я, като проявите повишено внимание. Казвайте: „Много интересно" или: „Виж, това не го знаех" или: „Разправете ми още нещо за това". Ако събеседникът ви зачекне друга тема, запазете мълчание. Ще видите, че и с възрастните ще получите същите резултати като с осемгодишните деца.

В действителност ние почти винаги насърчаваме у другите някакъв вид поведение.

Помислете за децата от целия свят, отгледани в различни култури с различни езици. На около шестмесечна възраст те започват да бърбят несвързано. И това бърбене е навсякъде еднакво, все едно какъв е родният им език. Но когато навършат две години, някои ще говорят на английски, други на руски, трети на японски, арабски или суахили... Как е възможно това? Никое дете не се ражда с гени, които му позволяват, като порасне, да говори определен език. Децата по целия свят се научават да говорят на своя език благодарение на добре установени психологически принципи на обучение.

Преди всичко те подражават на звуците, които чуват около себе си, все едно дали са родени в Англия, Русия или Китай. На второ място, родителите насърчават произнасянето на някои звуци според това дали са англичани, руснаци, китайци или араби. Така бебето в люлката, което щастливо гука и бърбри, рано или късно ще произнесе срички като „ма“... „ма“..., защото те са от най-лесните за младите му гласни струни. Какво става обикновено, когато то изрече „ма“...„ма“...„ма“...? Ако майка му го чуе, тя най-вероятно ще подскочи от радост, ще гусне бебето и ще възкликне: „То каза мама! Познаваме. Моето бебе ме познава!“ С други думи, чрез вниманието и нежността си тя енергично насърчава произнасянето на специалната комбинация от звуци, които за нея означават „мама“ и които бебето ще започне все по-често да произнася.

Насърченията на родителите играят решаваща роля в поведението на бебетата и децата. Затова е важно да знаете какъв вид поведение насърчавате в момента.

Ако в началото тази теория ви се е сторила донякъде изсмукана от пръстите, сега сигурно разбирате значението на опитите с „подсилване“, проведени с животни.

Да разгледаме деветте важни урока, които ни дават учените, изследвали в продължение на години техниката на подсилването:

1. Животното трябва да е в състояние да учи.

Специалистите не се опитват да дресират животно, когато е уморено, болно или по някакъв начин се опитва да избегне обучението. Животното трябва да е готово да чуе онова, което дресьорът иска да му каже.

Един психолог извършил много интересен опит с котки, като регистрирал сигнали, достигащи до мозъка им. Сигналите сочели, че някакъв звук е бил пренесен от слуховия нерв до съответния център. Всеки път, когато до ухото на котката се чувало изщракване, апаратът, монтиран на нивото на мозъка, показвал специфична промяна. След това операторът поставил пред котката стъклен буркан с живи мишки и отново изщракал. Този път апаратът не регистрирал промяна в мозъка. Котката вече не чувала онова, което преди прекрасно долавяла. Шумът не достигал до висшите мозъчни центрове..

Ние твърде често се опитваме да учим на нещо децата в миговете, когато не са в състояние да възприемат. Спомнете си например как ги назидаваме, докато плачат, когато направят някоя беля или по време на семейна кавга.

Малкият Джими е хвърлил кубче по сестра си и са го на-пляскали. Джими пици, та се къса, а майката избира точно този момент, за да му чете морал. „На тебе добре ли ще ти е, ако сестра ти те удари с това кубче? Защо се отнасяш така с другите?“

Нека заемем от психолозите специалисти в подсилването на мотивацията следния принцип: да не обучаваме уморено или раздразнено дете. Би било чиста лудост да го правим, то тъй или иначе не е способно да възприема.

2. Животното трябва да е способно да извърши онова, на което го учите.

Дресьорите са реалисти. Те знаят, че могат да научат делфина да скача през обръч. Но са наясно също така, че няма начин да го научат да пише на машина. Затова не се и опитват да го сторят.

Елементарно, ще кажете. Но помислете си за всичко, което родителите се стараят да втълпят на децата си и което за тях е толкова невъзможно, колкото писането на машина за делфина. Например да не се напишкват на деветмесечна възраст. Да стоят мирно в ресторанта на две години. Да са учтиви и възпитани на четири години. Да мируват на две години като на пет. Списъкът е безкраен.

Много родители очакват от децата си да научат неща, които са извън възможностите им, и са напълно невежи относно природата на детето в зависимост от възрастта и стадия на развитието му. Ние всички имаме склонност да искаме от малките повече от онова, на което са способни. Именно затова обикновено отглеждаме по-успешно второто или третото си дете. Тогава вече знаем кое е разумно да се очаква от него.

3. Дресьорите избягват наказанията, освен в краен случай - за да попречат на „ученика си“ да се убие или нарани тежко.

Ние също трябва да бъдем реалисти. Ако двегодишното ви момченце няколко пъти изтича на улицата, нямате друг избор, освен да го накажете. Плеснете го по дупето, за да престане да извършва това опасно за него действие. Така ще го принудите да се подчинява на вашата преценка, докато узрее достатъчно, за да овладее само положението. Но, общо взето, можем да научим децата си на каквото искаме, без да прибягваме до наказанието.

Защо ли? Защото единственият му истински ефект е, че временно предотвратява дадена реакция. Санкционираното поведение не е неутрализирано завинаги. Когато ефектът отслабне - което неминуемо става, - поведението се възпроизвежда.

Така един психолог дресирал белия си плъх да натиска едно лостче в клетката си, за да получи храна. Лостчето било свързано с електрическа жица и всеки път, когато плъхът го докоснел, по жицата протичал лек ток. Тогава животното се отдръпвало. Но пак се връщало към лостчето, когато огладнеело. Поведението му бивало временно, но не окончателно предотвратено. Ако наказанието не се повтаряло, плъхът отново натискал лостчето, все едно, че нищо не се е случило.

Има и други причини да наказваме детето възможно най-рядко. Независимо дали възпитаваме животно или дете, при всяко наказание ние го научаваме да ни мрази и да се бои от нас. Не бива да учим детето на омраза и страх, освен ако не е абсолютно необходимо, например за да го предпазим от самото него. Всеки път, когато учителят прибегне до наказание, той се превръща за ученика си в „отблъскващ дразнител“ точно като електрическият ток за плъха. Занапред ученикът ще се опитва да избягва и учителя, и онова, на което го учи.

Веднъж лекувах един късно дипломирал се физик. Докато следвал, той най-неочаквано престанал да ходи на лекции. И едва по време на лечението години по-късно разбра причините за поведението си. Първият му контакт с науката бил в училище, където правили опити със стъклени звънци и електрически ток. Особено ясно помнеше учителката, която ръководела опитите, слабото ѝ, зловещо лице със стиснати устни и дребнавото ѝ подигравателно отношение към децата. Тази учителка редовно унижавала по-слабите ученици и ги правела за смях пред всички. За моя пациент тя символизирала „науката“, която впоследствие започнал упорито да избягва, дотолкова въпросната педагожка се била превърнала за него в „отблъскващ дразнител“.

4. Вместо да наказвате детето, когато искате да престане да действа противно на желанията ви, използвайте техниката на „отзвучаването“.

Когато психологът иска животното да спре да прави нещо, той чисто и просто престава да го насърчава в тази насока. Ако е възнаграждавал с шепа зърно белия плъх, който натиска лоста, а после реши да го отучи от това, психологът вече няма да му дава зърно. Рано или късно, като не получава насърчение, животното ще се откаже от лоста. Същото е и с децата.

Да вземем примера с четиригодишно дете, което е разбрало, че мръсните думи въздействат на родителите му като Токов удар. То се прибира за пръв път, обогатено с това откритие. Насърчават ли го да повтаря тези думи? И още как. Майката действа, сякаш ѝ е възложена изричната задача да го подтикне да използва целия си репертоар. (А е точно обратното, това е последното нещо, което желае.) Като проявява силно раздразнение, когато то произнася въпросните думи, тя всъщност го насърчава да го прави. Вниманието, което му отделя, е истинско „подсилване на мотивацията“.

Как да го накара да престане? Просто като се прави на глуха и запази спокойствие. Рано или късно, като види, че майка му не реагира на мръсните думи, детето ще загуби интерес към тях.

5. Учителят трябва да разполага с подсилващ стимул" за начинаещия ученик.

При животните това е храната. При децата - обичта и вниманието ви. За да изиграят те стимулиращата си роля, вие трябва да сте забавни и приятни. Да отделяте време за забавления с детето си, така че любовта и нежността ви да му бъдат награда. Задайте си следния въпрос: „Колко време прекарвам с детето си, като просто се забавляваме, без да искам нищо от него?“ Ако отговорът е „много малко“, вие може би не го насърчавате достатъчно да желае обичта и вниманието ви.

Така, докато ми разправяше какво изпитва към баща си, едно седемнайсетгодишно момче, което лекувах, ми каза: „През първите петнайсет години от живота ми практически виждах баща си само в неделя. Толкова бе зает, че нямаше време за мен. Сега, когато имам всички тия проблеми, се е запънал да ми става приятел и да навакхва пропуснатото. Искан да превъзмогна трудностите си и да не му създавам неприятности с училището. Иде ми да му кажа: „Забрави, старче! Къде беше през всичките тези години?“

6. Насърчавайте детето си в това, което искате да прави, и не обръщайте внимание на онова, което не ви харесва в поведението му.

Един мой пациент, незапознат с този принцип, веднъж несъзнателно обезсърчил сестра си, която пишела стихове. Той бил студент, а тя гимназистка. Тя му изпратила свое стихотворение и го попитала какво мисли за него. Пълнен невежа в техниката на „подсилването“, младежът анализирал стихотворението ред по ред и отбелязал точно какво му харесва и какво не е така: „хубав пасаж“ или „доста левашко“, „в този стих стилът ти е хубав“ или „ужасно клише“. Резултатът от това сериозно критическо усилие бил, че тя не написала повече нито ред. Защо? Защото още при първия ѝ опит я обезсърчили чрез отрицателни оценки.

Как е трябвало да реагира той според техниката на „подсилването“? Като ѝ съобщи какво му харесва в първото ѝ стихотворение. Така е щял да бъде напълно честен, защото в него наистина имало много хубави неща. И като премълчи за онова, което не му се нрави, като не дава съвети кое как да се подобри. Ако бе постъпил по този начин, ако чрез интереса и комплиментите си бе насърчил самата идея за „писане на стихове“, сестра му е щяла да продължи да пише.

Като четете тези редове, сигурно си мислите, че почти никой от учителите ви не се е отнасял така с вас. Че не са хвалели постиженията ви, а са изтъквали грешките ви. За съжаление това е съвсем вярно.

Драматично е, но е истина - дресьорите на животни са далеч по-добри педагози от преподавателите в нашата страна. Това е една от причините, поради които много родители толкова трудно научават децата си как да постигат желаната цел.

Самите ние не сме били възпитавани чрез техниките на „подсилването“, така че нямаме пример за подражание, когато възпитаваме децата ей.

7 Насърчавайте всеки напредък. Не чакайте детето ви да постигне пълен успех, за да го похвалите.

Един мой десетгодишен пациент имаше проблем в училище - непрекъснато биеше другите деца. И винаги получаваше слаб по поведение.

Когато дойде на консултация за пръв път, той налиташе на бой по около десет пъти месечно. След тримесечна психотерапия, това започна да му се случва не повече от два-три пъти, Обаче на края на срока оценката му по поведение отново бе слаб. Учителката обяснила на майка му, че не може да му я повиши, тъй като все още се бие в междучасието.

Тук става дума за особено несръчна реакция. Все едно, че учителката му е казала така: „Джони, не мога да ти напиша добра бележка, докато не достигнеш крайната цел, тоест нито веднъж да не се сбиеш през междучасието.“ Не е съзнавала, че самата тя трябва да направи нещо, за да възнагради бавния му прогрес.

Момчето, разбира се, побесня и заряза лечението, след като с моя помощ бе проявило искрен стремеж да не се бие. „Какъв е смисълът, докторе? През този месец ударих само три деца и пак получих най-гадната бележка.“ И имаше право от психологическа гледна точка. Бе направила похвално усилие, а учителката ни най-малко не го бе насърчила.

Когато детето ви се учи да чете, да свири на някакъв инструмент, опитва се да се държи възпитано, да спре да се бие или въобще да постигне каквато и да е цел, насърчавайте го на всяка крачка. Проявявайте интерес към най-малкото положително усилие от негова страна.

Винаги можем да намерим причина да похвалим децата си, ако си дадем този труд. Едно момченце от детска градина вдъхваше истински ужас на възпитателката и другарчетата си. Заблъскахме си главите за какво да го похвалим и насърчим, та да възприеме по-положително поведение.

Накрая ни се удаде случай. Веднъж по време на обедната почивка забелязахме, че палавникът си лежи съвсем кротко (вероятно уморен от неприятностите, създадени на родителите му предишната вечер). Възпитателката се възползва от това неочаквано поведение, за да му каже: „Лари, днес си най-послушен от цялата група“. Когато по-късно майка му дошла да го вземе, Лари гордо ѝ се похвалил: „Учителката каза, че аз съм най-послушен!“ На следващия ден отново спокойно си почивал следобед.

Обикновено, когато децата ни са послушни и се държат добре, ние не им обръщаме внимание. Не ги забелязваме, понеже не ни пречат. И не правим нищо, за да насърчим поведението им! Извършат ли нещо лошо обаче, незабавно привличат вниманието ни! Така на практика ги подтикваме към постъпки, които не одобряваме. Изходът е един: да отделим време

и да насърчим желаното поведение. Това е особено важно, ако имате буйно, трудно момче, което непрекъснато ви се противопоставя. Когато си играе спокойно, приближете се до него, погалете го по главата или го целунете и му кажете нещо такова: „Понякога е приятно да се играе мирно и тихо, нали?“

8. Отначало е важно да се насърчава всяка положителна реакция. Когато детето отбележи сериозен напредък, похвалите могат да се разреждат.

Майката трудно би намерила достатъчно време, за да насърчава всяка добра постъпка. И все пак хвалете детето. Дори ако правите това сравнително рядко, пак ще го насочите към желаното поведение.

9. Направете така, че детето да постигне успех в първите етапи на дейността, която искате да усвои.

Започнете от лесни задачи и после преминете към по-трудните. Веднъж играех на дама с десетгодишния ми син, когато четиригодишният пожела да се включи в играта. Аз, разбира се, му обещах, че после ще поиграя и с него. Опитвали ли сте се да играете на дама с четиригодишно дете? Непосилно е за малчуган на тази възраст да спазва правилата -това би било прекалено голямо изискване за нивото му на зрелост. Обаче той все пак държеше „да играе с татко“.

Как излязох от положението? Трябваше да направя така, че той да спечели. Не беше трудно. Приспособих правилата към неговото четиригодишно ниво. И започнахме да „играем“, ще рече просто местехме пуловете както дойде. Той преместваше един, аз друг. Позволявах му да прескача моите пулове и играта много бързо свърши - той ме „победи“. Кое то и триумфално обяви на майка си: „Мамо, бих татко на дама!“ Така му помогнах да успее в началото, за да обикне тази игра.“

Ако бях магьосник и можех да накарам родителите винаги да прилагат описаните девет принципа, те по-рядко щяха да изпитват чувство за провал. Щеше да им е по-лесно да отглеждат щастливи и уверени в себе си деца.

САМОДИСЦИПЛИНАТА

Дотук изложихме методи за приучване към дисциплина и за обучение, основани на насърчението, като се опирахме на проведени с различни животни опити. Сега стигаме до специфичните за децата методи, които не могат да бъдат изпробвани върху кучета, делфини или папагали. Те имат една обща характеристика: укрепват себепредставата на детето. Кучето или делфинът не се схващат като личност, докато детето ви се схваща.

Става дума за умствения образ, който то има за себе си. Детето ви ще успее в училище и в живота, ако притежава силна и положителна себепредстава. Да си спомним, че когато го учим на дисциплина, крайната ни цел е да формираме индивид, съумяващ да се контролира, и че колкото по-могъща е представата му за себе си, толкова по-способно ще бъде на самодисциплина.

Какво да направите като родители, за да му помогнете да укрепи себепредставата си и да го насочите към желаната цел? Препоръчвам ви следните методи:

- *Организирайте всекидневната вселена на детето си - така няма да имате нужда от други методи за дисциплиниране.*

Да предположим, че посетите някое детско заведение и се озовете в гола стая без никакъв образователен или игрови материал. Нито едно кубче, камионче, автомобилче, количка; липсват пастели, боя, хартия, пластелин. Нищо, с което децата да могат да си играят. Същото е и в двора - нищо за катерене, пързаляне, нито един голям куб или велосипед.

Ако възпитателната се опита наистина да накара децата да учат на подобно оголено място, тя ще има сериозни проблеми с дисциплината.

Така че поогледайте дома си. Той може да съдържа малко детски играчки и да е претрупан с предмети за „големите“, които не бива да се пипат. Ако случаят е такъв, има голяма опасност да се сблъскате с многобройни и излишни проблеми, свързани с дисциплината. Но ако къщата ви и евентуално градината ви са пълни с интересни и стимулиращи неща, вие ще избегнете тези проблеми, защото добре сте организирали всекидневната вселена на детето си.

Помислете за дългите преходи с автомобил. Познавам родители, за които пътуването се превръща в кошмар само защото не умеят да занимават децата си в колата. Не се сещат да вземат играчки, да скрият някъде малко „изненади“ и да ги извадят, когато разпавиите между братя и сестри достигнат връхната си точка.

Не предвиждат спирки втората или на места, където децата могат да излязат от колата и да потичат, А пък се питат защо малките се бият, хленчат и правят пътуването отвратително. Малко организация преди дългия път ще ви спести енергията, необходима за налагането на ред и дисциплина.

Именно организацията на детската вселена липсва най-много на родителите. Колкото по-адекватна среда им осигурите, толкова по-малко проблеми ще имате.

- *Личният контакт с всяко дете благоприятства развитието на добра себепредстава.*

На теория родителите знаят, че всяко дете е единствено по рода си, но на практика често се опитват да използват едни и същи методи за приучване към дисциплина, сякаш децата им са напълно еднакви. Само че те съвсем очевидно не са такива. Всяко е продукт на различна комбинация от гени. Така едното ви дете може да е лесно за гледане, другото да е „костелив орех“. Освен това, заради „поредността“ ри в семейството всяко дете наистина израства в своя собствена вселена. Първото е изцяло заобиколено от възрастни чак до раждането на второто, То учи родителите си как се отглежда дете (това несъмнено обяснява защо децата, нуждаещи се от психотерапия, са първородни в голямото си мнозинство). Второто дете винаги има друго пред себе си, по което може да се равнява, което е по-силно от него и знае повече, понеже е по-голямо.

При раждането на третото, второто става междинно дете. То няма предимствата да е първо, нито да е последно. В известна степен е вечно пренебрегваното. Третото става бебето и се ползва от уважението, дължимо на ранга му. И така нататък... Няма значение колко деца има в семейството; всяко расте в среда, която е лично негова.

Та заради комбинацията от гени и заеманата позиция в семейната хронология кое да е ваше дете е различно от другите. Затова ви са нужни различни възпитателни методи за всяко едно Напрегнатото и неспокойно дете не може да бъде третирано като спокойното и весело дете. За съжаление повечето родители не държат сметка за тези неща. Те се опитват да използват абсолютни и универсални методи на приучване към дисциплина, които да прилягат на всички деца. Любопитно е впрочем да се отбележи, че единствените универсални методи, „работещи“ при всички деца, са отрицателните, онези, които пораждат у детето несъвършена себепредстава, какъвто и да е характерът му. За сметка на това положителните методи, които благоприятстват развитието на добра представа за себе си, трябва да бъдат персонализирани. Това означава, че сме длъжни да намерим време, за да изучим индивидуалните характеристики и склонностите на всяко от нашите деца, все едно дали са отворени или вглъбени в себе си, дали са безгрижни или разсъдливи.

• Давайте на детето възможност да изследва средата си и да се учи на самодисциплина винаги, когато е възможно, на всеки етап от развитието му - това благоприятства изграждането на положителна себепредстава.

Първия път, когато грабне лъжицата и ви покаже, че иска да яде само, позволете му. Повече или по-малко „мръсотия“ на тази възраст - много важно! Нали се опитва да се учи на дисциплина и самоконтрол!

Ако продължавате да го храните, ще възпрете стремежа му към независимост и самодисциплина. Така е и с всяка друга дейност. Щом се научи да се облича, да си пуска душа или да си мие зъбите, оставете го да прави тези неща само.

Това, разбира се, изисква търпение. Несъмнено ще стане много по-бързо, ако вие го нахраните или му измиете зъбите. Но ще бъде и безкрайно по-малко благотворно за него.

Децата и възрастните схващат нещата от живота различно. За нас ципът е само вид закопчалка, която улеснява обличането. Детето вижда в него нещо като играчка.

За мама ципчето се плъзга лесно, за мен е влакчето чудесно.

Ваната ни служи за къпане - на детето тя му е необходима, за да си играе във водата. Така че да се въоръжим с търпение и да му дадем възможност и време да върши нещата по свой начин.

Да позволим на детето да действа само означава, че сме решени да го оставим да порасне. Когато чуя някоя майка редовно да нарича „бебе“ дете, навършило две години, аз съм сигурен, че тя несъзнателно не желае да го види пораснало. Ние често се колебаем да дадем самостоятелност на детето си, защото дълбоко в себе си се боим от промените. А можем много да направим за него, ако уважаваме инстинктивния му стремеж към свобода и го оставим да се развива на воля.

• Отнасяйте се към чувствата и действията му различно - така ще насърчите изграждането на положителната му себепредстава

(Прегледайте отново глава 4.)

• Доверявайте се на всемогъществото на несъзнателното подражание - то е решаващ елемент от изграждането на положителна себепредстава.

Деца са изключителни имитатори. Благодарение на тази тяхна дарба ние разполагаме с ефикасен възпитателен инструмент. Ако им предложим живи модели с положителни личностни черги, те ще се учат от тях, като несъзнателно им подражават.

Разберем ли за какво става дума, ще си спестим много излишни битки. Ако им дадем пример за добри обноски на масата, децата ни ще се хранят прилично, когато пораснат достатъчно. Не на две, нито на четири години - по-късно. Ако когато вършим нещо, не се отказваме при първата трудност, децата ще подражават на упорството ни. А искаме ли да ги научим да уважават чуждите права и чувства, следва и ние да уважаваме техните. Добрият пример е най-успешната форма на възпитание, която можем да им предложим. Когато се караме на детето, че не зачита чувствата на другите, ние му показваме, че самите ние не зачитаме неговите. Затова трябва да знаем, че действията ни имат много по-голяма възпитателна стойност от думите ни.

Един от моите пациенти, шестнайсетгодишен младеж, многократно бе виждал баща си да изпада в ужасен гняв и да хвърля бутилки из къщи, да удря майка му и дори да я просва в безсъзнание. Двата се развели, но момчето започнало да възпроизвежда поведението на баща си, което го и доведе при мен. Когато било ядосано на майка си, то изразявало фрустрацията си, като я замервало с бутилки и изхвърляло питието ѝ през прозореца. Децата правят това, което виждат около себе си!

Детето не само несъзнателно подражава на поведението на родителите си, но и попива общата атмосфера в дома си - на приятелско сътрудничество, на враждебно противопоставяне или на привидно спазване на благоприличието. Семейната атмосфера е основата на всичко, което се опитваме да възпитаваме чрез дисциплина. Затова родителите следва да помислят за нея и за специфичните примери за подражание, които предлагат. Ние всеки ден учим децата си на нещо чрез мълчаливия език на поведението ни. Предлагаме им модели, които те несъзнателно имитират.

• *Афективната подкрепа на родителите помага на детето да превъзмогне чувството си за неприспособеност и да си изгради солидна себепредстава.*

В контакта си със света всички деца се чувстват неприспособени поради малкия си ръст и липсата си на опит. Много възрастни омаловажават тези два фактора и предизвиканите от тях емоции.

Деца са дребни и безпомощни. Те са далеч по-непълноценни от родителите си и останалите възрастни, когато трябва да се изправят лице в Лице със заобикалящата ги действителност. Ако не ви се вярва, направете следния опит. Походете на колене известно време и вижте как ще ви се стори оттам гигантския свят на възрастните. Чувството на безпомощност, което ще ви обземе, съответства на изпитването от децата. Те имат нужда от афективна подкрепа и от насърчението на родителите си именно за да смекчат усещането си за непригодност.

Както казах в предишните глави, можем да им помогнем главно чрез техниката на отразяване на чувствата - като им покажем, че схващаме какво им е. Това е единственото наистина успокоително средство, което сме в състояние да им предложим. Самият факт, че прекрасно разбираме тревогата им, по доста изненадващ начин им носи облекчение.

За беда много родители си представят детството като безгрижно време. Всички ние имаме склонност да омаловажаваме значението на чувството за несигурност и страх. Да

гледаме на онова, което безпокои децата ни, като на незначителен проблем в сравнение с проблемите, възникващи в живота ни на възрастни. Един от моите шестгодишни пациенти даде отлична дефиниция на въпроса. След като ми разказа за събитие, което го бе разстроило, а баща му казал, че няма за какво да плаче, детето възкликна: „За него това е нещо малко, а за мен е нещо голямо!“

Когато детето се сблъсква с нова задача, която поражда у него чувство на несигурност, покажете му, че прекрасно го разбирате. Подкрепете го в афективно отношение, като го убедите, че му имате доверие и сте негов съюзник. Важното е да схване, че не е само. Важното е всеки път, когато се нуждае от вас, да може да поиска помощта ви. Вие трябва винаги да сте му на разположение и това е въпрос, към който не бива да се отнасяте лекомислено. Понякога майката или бащата физически присъстват в дома и в същото време детето усеща, че всъщност ги няма, че не са му „подръка“, когато има нужда от помощ и разбиране.

Родителите могат да окажат афективна подкрепа, като осезаемо проявяват нежността си. Детето никога не загубва своята потребност от доказателства за обич. Погалете го, целунете го, прегърнете го през раменете, завийте го, когато си легне - това се все много важни мълчаливи доказателства, че „сте там“, че сте до него всеки път, когато сте му нужни. Родителите често забравят изпълнените с емоционално съдържание вълшебни думи: „Обичам те“. Те сякаш си казват: показвам му обичта си с действията си, защо да я изразявам с думи?

Ако мислите така, нека ви задам един въпрос: макар отношението на съпруга ви към вас да показва любовта му, ще бъдете ли доволна да прекарате остатъка от живота си, без да чуete от него, че ви обича? Сигурно не. И децата ви са на същото мнение. И те имат нужда да чуят, че ги обичате.

Но внимание. Ако не сте в настроение, не проявявайте физически обичта си и не казвайте на детето „обичам те“. Не се отдавайте на излияния само защото смятате, че това е добро за него. Направите ли го, то ще долови, че не сте искрени. Че думите или жестовете ви на обич не отговарят на истинските ви чувства. Това ще го обърка и обезпокои, защото ще усети, че получава от вас двусмислено послание - думите и жестовете ви обявяват, че го обичате, но дълбоките ви чувства твърдят обратното. Така че ако в даден момент не изпитвате към детето особена обич, по-добре нищо не казвайте и нищо не правете. Не разигравайте комедии.

• *Оставете детето си само да понесе естествените последици на действията си - така ще му помогнете да си изгради здрава себепредстава.*

Това е един от най-ценните инструменти, с които разполагаме. За съжаление малко родители го използват. Да разгледаме темата за естествените последици.

На закуска детето не яде това, което е в чинията му. То се помайва, играе си и прави всичко друго, освен да се храни. Майката не се ядосва и не го заплашва с наказание. Тя просто вдига масата и оставя нещата в ръцете на естествените последици. След малко детето вероятно ще поиска да хапне нещо.

Тогава майката може да му отговори: „Съжалявам, ако си гладен. Неприятно е, но ще трябва да изчакаш до обяд.“ Гладът, който детето изпитва, е естествената последица от отказа му да закусва. Той ще внесе промени в поведението му далеч по-бързо, отколкото всяко мъмрене или наказание.

Един от проблемите, които много родители от години споделят с мен, е, че децата им „се размотават“, когато се приготвят за училище. Доста майки са ми разправяли какви мъки преживяват всяка сутрин и как изпращането на детето ги докарва до истинско нервно изтощение. Тръгването на училище се превръща в дългосрочно изпитание, белязано с непрекъснатата съпротива на детето и разправиите му с майката.

На тези майки казвам, че от тях се искат три неща: да решат предишната вечер заедно с детето какво ще облече то сутринта и да извадят от гардероба дрехите му; да го събудят навреме; да му приготвят закуската също навреме. После да оставят детето да се оправя само - да се измие и облече; да закуси; да си подреди чантата и да отиде на училище.

Когато излагам този план на някоя майка, тя неизменно ми казва с обезсърчен глас:

- Знам какво ще стане, ако направя така!
- Е, и какво ще стане?
- Ще се мотае, колкото може, и ще изпусне училищния рейс.
- И какво от това?
- Ами ако го изпусне, ще трябва аз да го карам с колата. -Защо?
- Ако не го закарам, ще закъснее за училище.
- И какво от това? Да иде пеш.
- Далече е, ще се умори.
- И какво от това?
- Ще му е неприятно да закъснее толкова за училище.
- И какво от това?

Продължавам да питам „И какво от това?“ и „Какво ще стане, ако...?“ Искам по този начин да й покажа, че престане ли да предпазва детето си от естествените последици от действията му, те по-добре от нея ще насочват поведението му.

Ако естествените последици са приятни, детето ще продължи да се държи по същия начин. Ако не са, ще изпита необходимост да промени нещо, освен ако ние, родителите, не се намесим, за да го предпазим от онова, което логически може да му се случи. За съжаление именно така става обикновено. Когато родителите спестяват на детето си неприятните последици от действията му, то не може да се възползва от възпитателната стойност на своя опит. Започва да смята, че мама и татко винаги ще се появяват навреме. А това е вредно за себепредставата му и му пречи да се научи да разчита на себе си. Трябва, естествено, да проявявате здрав разум, когато използвате естествените последици. Ако оставите малкото дете само да види какво ще стане ако пресече улица, по която минават много коли, резултатът може да е трагичен. В този случай сте длъжни да се намесите и да го възпрете. Но когато естествените последици са само неприятни за детето, стойте настрана и оставете нещата да следват логичния си ход.

Чудесно би било да се опрем изцяло на естествените последици от поведението, за да дисциплинираме детето. За съжаление те не винаги са достатъчни. Понякога се налага да създадем изкуствени, за да санкционираме постъпките му.

За тази цел съществуват три основни метода:

1. Можем да лишим детето от нещо, на което държи.

Да си представим, че петгодишното ви дете драска по стените на стаята ви. Това е „нормално“ за двегодишно бебе, но е акт на враждебност на пет години. За съжаление той не влече никакви неприятни последици за детето и следователно не го учи на дисциплина. Затова трябва да създадем изкуствени и произволни последици, които да очертаят пред него строги граници и наистина да означават: „Край, повече никакви такива!“

Ако много се разгневите, когато откриете постъпката, сигурно ще го напляскате. Това е изкуствена и неприятна за детето последица. А бихте могли и да го лишите от нещо, което харесва, като кажете: „Дани, ти си достатъчно голям, за да знаеш, че не бива да се драска по стените. Прибирам ти боичките за три дни. Така ще запомниш, че можеш да рисуваш само на хартия, не и по стените.“

2 Можем да изолираме детето, като го откъснем от социалната му група или го изпратим в стаята му.

Да си представим, че четиригодишният ви син пречи на децата в градината или у вас да си играят. Кажете му следното: „Чарлс, виждам, че не си способен да си играеш с другарчетата си. Непрекъснато ги удряш и всяваш безредие. Върви да си играеш сам в стаята и ми се обади, когато сметнеш, че можеш да си по-сговорчив и да се контролираш.“ Когато прилагате изолирането като наказание, винаги оставяйте, така да се каже, „вратата отворена“. Това е много важно. Не изпращайте детето в стаята му така, сякаш ще остане завинаги там. Целта ви не е да го затворите за неопределено време, а да предизвикате промяна в поведението му. Нека знае, че когато отношението му се промени и се почувства способно да си играе спокойно с другарчетата си, ще може да се върне при тях.

3. Можем да напляскаме детето.

Държа ясно да уточня, че има „добро“ и „лошо“ пляскане. Наричам „лош“ жестокия и садистичен бой, който вдъхва на детето омраза и дълбоко желание за отмъщение. Това е налагането с каиш или пръчка или всякакво друго „оръдие“. Наричам „лош“ и унизителния плесник.

„Добрият“ начин да се напляска детето не изисква аксесоари. Майчината или бащината ръка, която удря два-три пъти детето по дупето, е достатъчна: Уместното пляскане е положителен акт. То прочиства атмосферата и е далеч за предпочитане от обвинителното четене на морал.

Може би сте чували стария съвет: „Никога не удряйте детето, ако сте ядосани“. Смятам, че в психологически смисъл това е много лош съвет и ви предлагам точно обратното: „Удряйте детето само ако сте ядосани“. Детето приема да го ударите в момент на яд. То знае, че ви е вбесило и знае с какво. Това, което не би приело, е да не послуша майка си за нещо в десет часа сутринта, а тя да заяви: „Отлично, момчето ми, баща ти ще те оправи довечера!“ И когато бащата се прибере, да го напердаши, за да „му даде добър урок“. Подобен хладнокръвен бой детето не разбира и не прощава.

Аз лично препоръчвам пляскане от типа „Пляс! Ох!“ Вашето „пляс“, последвано от детското „ох“. Прилагайте го само когато сте истински разгневени и желаете да разрешите проблема незабавно. В наши дни много майки като че ли ги е страх да ударят детето си. Те прекалено говорят и крещат, дълго се опитват да преговарят. Това е огромна грешка, защото разрушава родителския им авторитет.

Съобщете на детето веднъж или може би два пъти какво искате да направи или да спре да прави. Ако откаже да ви послуша и сте, раздразнени, напляскайте го.

Нищо чудно после да ви е неприятно и да се почувствате виновни, защото сте излезли от кожата си.

Смелост, госпожо, не всичко е загубено!

Винаги можете да кажете на детето, като намерите подходящите думи: „Видя ли каква глупост направи мама. Ядосах се и сега ми е много мъчно.“ И да приключите въпроса, без да се поддавате на чувството за вина, фрустрация и притеснение.

Изчакайте да се успокоите. Ще ви отнеме пет минути или пет часа. Но ако смятате, че не сте били прави, важно е детето ви да го узнае. И в никакъв случай не го убеждавайте, че сте го набили за негово добро. Това дотолкова не е вярно, че то веднага ще разбере.

Главната цел на пляскането - каквото и да си разправяме - е да облекчи родителите. Всички ние имаме нужда от подобно разтоварване от време на време, когато децата ни „лазят по нервите“.

Ако бяхме идеални родители, до един щяхме да сме толкова хладнокръвни, че никога нямаше да удряме децата си, освен в изключителни случаи (когато например избягат от нас на улицата). Обаче ние не сме стопроцентово свършени. Не сме способни винаги да запазим спокойствието и ведростта си, когато учим децата на дисциплина. Всичко щеше да е чудесно, ако не беше така. Но явно природата е решила другояче. Когато децата ни правят глупости, ние се нервирате, загубваме самообладание и ги удряме. Е, няма защо да се чувстваме виновни за това! На нас ни олеква, на тях също и атмосферата се пречиства. И родители, и деца могат да продължат нататък. Изтръгнали сте от отношенията си гнева и лошите чувства и всичко отново „е наред“ между вас и детето ви. Сега вече сте в състояние да възстановите нормалния си майчин или бащин авторитет.

Някои читатели може би ще се смутят от мисълта, че боят служи главно да успокои родителите. Може би все още си правите илюзията, че целта на пляскането е единствено да упражни върху детето благотворно въздействие. Ако е така, ще ви напомня за една моя любима карикатура, на която един баща бие детето си и му казва: „Ще те науча аз как се бият другите!“ (Ще го научи, и още как!)

Работата е там, че ние, родителите, сме човешки същества. Затова казвам: „Напляскайте детето си, ако е необходимо и ако от това ще ви олекне“. Но се надявам, че следвате ли съветите, дадени в тази глава, по-рядко ще стигате дотам.

Ако сте съвсем честни със себе си, ще признаете, че понякога твърде бързичко се вбесявате и после си давате сметка, че сте били прекалено резки. Възможно е през този ден да сте се ядосали на съседа или на съпруга си. Или ви е било криво по друга някаква причина и сте излели гнева си върху детето.

Как да постъпите в такъв случай? Винаги можете, разбира се, да изиграете ролята на непогрешим и добродетелен родител и да заявите, че детето ви си е заслужило порицанието. Но по-добре е да съберете смелост и да му кажете ето това например: „Знаеш ли, Дани, мама се ядоса и много ти се накара. Обаче сега си давам сметка, че не си сторил нещо чак толкова лошо. Днес бях много раздразнена, но не заради теб. Извинявай.“

Като чуе признанието ви, че сте човешко същество, че и вие не сте безгрешни, детето ви ще се почувства обзето от топла загриженост за вас. И това ще има чудесен ефект върху, неговата и вашата себепредстава!

Да обобщим. Казах, че естествените последици от лошото държане на детето могат да бъдат подсилени от изкуствени. Но дори ако последствията са изкуствени, а не естествени, прилагането им се опира на няколко основни принципа:

1. Изкуствените последици трябва да бъдат достатъчно логични.

Едно и също поведение следва да влече едни й същи последствия. Ако веднъж конфискувате флумастерите на детето, защото е драскало с тях по стените, а на другия ден му отправите снизходителна усмивка за същото провинение, едва ли ще го научите да не прави повече така.

2. Изкуствените последици трябва да бъдат незабавни.

Колкото по-бързо идва последствието след причинилото го действие, толкова по-полезно за детето ще е то. Когато неприятните резултати се появят след дълъг период от време, детето трудно ще направи връзка между едното и другото.

Ако например е извършило някоя глупост сутринта, наказанието трябва да последва незабавно, а не да се отлага до прибирането на таткото вечерта. Кажете: „Много добре, Джими, днес няма да гледаш телевизия.“

3. Ако лишите детето от нещо, което харесва, периодът на лишаването трябва да е разумно дълъг.

Да лишите детето от телевизия за цял месец е неразумно. В подобен случай наказанието загубва всякакъв смисъл. Защото няма какво да подтикне детето да подобри поведението си. Докато лишаването от телевизия за няколко дни е умно наказание, което го насърчава да промени държането си.

4. Никога не наказвайте дете, като го лишите от нещо съществено за него.

Познавам родители, които наказват детето си, като го лишават от посрещане на рождения му ден или от отдавна обещаното посещение в лунапарк. Подобни наказания не променят кой знае какво в поведението му. Те по-скоро рискуват да предизвикат у него враждебност или желание да си отмъсти. Според думите на едно дете, лишаването от посрещане на рождения ден е „жестоко и ненормално наказание“. Чиста истина.

5. Неприятните изкуствени последици трябва да са възможно най-тясно свързани с причинилата ги лоша постъпка.

Ако детето е драскало по стените, последствието, *предизвикано* от това провинение, трябва да е отнемането на бо-ичките или флумастерите му. Така за него наказанието ще бъде логично и справедливо.

Всичко би било прекрасно, ако можехме да прилагаме „техниките за подсилване“ от предишната глава и да използваме естествените последици от дадена постъпка като единствени методи за приучване на детето ни към дисциплина. За съжаление нещата не са толкова лесни. От време на време, когато децата ни се държат лошо, на повечето от нас се налага да прибягваме до изкуствените последици, наречени наказания.

6. Предложете на детето си положителен модел за това какво трябва да прави.

Ако прекарате един ден близо до майки с деца, ще откриете, че много от тях посвещават голяма част от времето си на обяснения какво детето не трябва да прави. Изненадани ли сте? Ще ви дам следния пример. Един мой познат, кукловодът Престън Хибард, отлично познава психологията на децата, поради което те обожават представленията му. В даден момент от спектакъла, когато куклата е яхнала кон, кукловодът се обръща към публиката си: „Внимание, никой да не казва „хайде, хоп“, защото чуе ли „хайде, хоп“, конят се спуска напред и хвърля куклата на земята. Нали се разбрахме, никакво „хайде, хоп!“ Едва изрекъл тези думи, и децата започват весело да викат: „Хайде, хоп!“ Много майки като че ли не разбират какъв ефект предизвиква нареждането детето да не вика „хайде, хоп“. Те са учудени и нещастни, когато то започне да върши онова, което психологически съответства на „хайде, хоп!“.

Когато желаем да насочим действията на детето, нека му обясним какво *трябва* да прави и да се въздържа да му втъпяваме какво *не трябва* да прави.

Вместо „Стига си хвърлял пясък“ можете да му кажете: „Пясъкът е за игра, не за хвърляне“. Вместо „Не удрай Лари с кубчето!“ кажете му: „Кубчетата са направени, за да се строят къщи с тях, а не за да се удрят другите“.

7. Проявявайте здрав разум в опасни ситуации.

Опасна ситуация за дете до шест години е когато например пресича улицата, без да се оглежда, когато си играе с огън, вряла вода, нож или отрова. Ако разумно нагодите към детето всекидневната му среда, ще отстраните някои от тези рискове. Оградете добре градината си и тогава то няма как да излезе на улицата. Приберете токсичните препарати на недостъпно място и няма да се страхувате, че ще се отрови. Но рационалното организиране на детската среда не е достатъчно, за да ви предпази от всяка евентуална заплаха. За да помогнете на детето да избягва опасните ситуации, добре е да му внушите разумен и здрав страх от опасността, без да го стряскате прекалено. Оставете го само да открие вредните последици от действията си в неопасни ситуации. Така то ще бъде по-разположено да ви обърне внимание и да ви изслуша с доверие, когато го предупреждавате за опасност, отколкото ако прекалено го предпазвате и не му позволявате да понесе естествените последици от постъпките си.

По отношение на огъня например мисля, че е мъдро да научите детето да си служи с кибрит и да познава кога огънят е опасен веднага щом узрее достатъчно. Нека пали с клечка кибрит огъня в камината или в печката. Това е далеч за предпочитане пред абсолютната забрана да пипа кибрита, която ще превърне огъня и свързаните с него предмети в табу. Детето може да пожелае да си играе с огън единствено ако това му е забранено.

Ако следвате тези седем положителни принципа, ще извършите чудеса в укрепването на себепредставата на детето ви и ще му помогнете да си наложи самодисциплина.

Преди да ви запозная с възпитателните методи, които трябва да избягвате, държа да уточня, че всички познати ми родители, а и аз също, поне частично сме ги използвали в даден момент и че сигурно ще продължим да ги използваме, докато децата ни не пораснат и не станат отговорни личности. Понякога от невежество, понякога защото не сме свършени същества. Все пак искам да изложа тези методи поне за да не бъдат прилагани от невежество. Ето ги дванайсетте заповеди към родителите:

1. Не унижавайте детето си.

Когато възкликваме: „Как можа да го измислиш!“ или „Ама че си идиот!“ или „За нищо не те бива!“, ние нараняваме себепредставата на детето си.

2. Не прибягвайте до заплахи.

Заплахите отслабват представата за себе си. Казваме: „Ако още веднъж направиш това, мисли му!“ или „Ако пак удариш брат си, мама така ще те напляска, че ще има дълго да го помниш!“ Всеки път, когато заплашваме детето, ние го учим да се чувства неуютно, да се бои от нас и да ни мрази. Заплахите имат отрицателен психологически ефект върху детето. Кое не означава, че е лошо да му налагаме някои ограничения. Майките често разбират погрешно въпроса със заплахите и решават, че на детето никога не бива да се казва „не“.

Напротив. Когато детето премине границите и ви се наложи да го спрете, направете го, дори с цената на пошляпване. Но нето уведомявайте предварително какво ще му се случи, ако не слуша. Заплахите се отнасят до бъдещето, а децата живеят в настоящето. Заплахата няма ефект върху бъдещото поведение.

3. Не корумпирайте детето си.

Най-невероятното „корумпиране“ на дете, с което лично съм се сблъсквал, е случаят с онзи баща, който бе обещал на петнайсетгодишния си син, че ще му купи порше, ако завърши гимназия със средна оценка „добър“. Ефектът от подобно обещание е, че мотивациите на детето се изместват отвътре навън. Вместо да учи за собствено удовлетворение и за обогатяване на себепредставата си с нови знания, то се старее единствено заради чисто външната награда.

Ако се намирате в магазина или в супермаркета, където майките пазаруват с малките си деца, ще чуete как първите дават, а вторите приемат най-разнообразни обещания за награда, които са си чисти „подкупи“. Детето нервира майка си, като взема разни пакети и кутии и разбърква рафтовете. Изтощената майка му обещава: „Ако си послушен и не пипаш нищо, ще ти купя една играчка.“ Подобно обещание е идеалният начин да го научи да шантажира другите и най-напред нея самата. А това никак не е полезно нито за добрата себепредстава на детето, нито за превръщането му в самодисциплиниран индивид, който уважава чуждите права.

4. Не изтръгвайте насила добрите решения.

Да разгледаме заедно следната сцена. Малкият Уили е извършил нещо лошо. Мама кипва и му казва: „Обещай ми друг път да не правиш така!“ Уили хитро се съгласява. Не минава и половин час, и простъпката се повтаря. Много ядосана, мама едва прикрива гнева си

и обвинително възкликва: „Но, Уили, нали ми обеща!“, без да знае, че за децата обещанията нямат никакъв смисъл. Обещанието, както и сестра му - заплахата, се отнасят до бъдещето. А малките деца живеят в настоящето. Ако детето е по-чувствително, изтръгнатото от него обещание само ще го накара да се чувства виновно, задето не го е изпълнило. Или, ако не е особено чувствително, ще го научи да бъде цинично и да замества истинската промяна в поведението си с голи думи.

5. Не закриляйте детето си прекалено.

Свърхзакрилата подкопава представата за себе си. Когато майката прекалено закриля детето си, тя го научава на следното: „*Ти не можеш да направиш* кой знае какво сам. Трябва непрекъснато да бъда наблизо и да се грижа за теб.“ Повечето родители като че ли твърде малко се доверяват на децата си. А девизът им би следвало да бъде: „Никога да не върша вместо детето онова, което то може да свърши без чужда помощ“.

6. Не бъдете многословни.

За детето дългите речи означават: „Не си способно да разбереш тия неща, затова по-добре слушай какво ти говоря.“ Цитираните по-долу забележки добре показват как реагират децата на родителското красноречие. Веднъж едно петгодишно хлапе попитало баща си: „Татко, защо винаги ми отговаряш толкова дълго, след като аз ти задавам толкова кратък въпрос?“

Друго дете на същата възраст хванали да заплашва свое другарче от детското училище с думите: „Ще те набия, ще те нарежа на парчета, ще *ти обясня аз* на тебе!“

7. Не изисквайте сляпо и незабавно подчинение.

Да предположим, че съпругът ви каже: „Скъпа, зарежи това, което правиш, и веднага ми донеси чаша кафе!“ Мисля, че по-скоро ще ви се прище да му хвърлите чашата в лицето. Е, вашето дете изпитва същото чувство, когато поискате от него веднага да прекрати играта, която го е погълнала, и да изпълни нареждането ви.

Дайте на детето време да реагира. Уведомете го: „Джи-ми, след десет минути ще обядваме.“ Доставете му удоволствието да помърмори малко, преди да се отзове: „Ийй, мамо, веднага ли трябва да спра да играя?“ Незабавното подчинение би подхождало на кукла на конци или на гражданин на тоталитарна държава, но не може да фигурира в нашия педагогически репертоар, ако искаме да възпитаваме свободни индивиди, способни на самодисциплина.

8. Не глезете детето и не бъдете прекалено снизходителни към него.

Глезенето на детето и изпълняването на всичките му молби довежда до това, което много родители наричат „развалям“. Всъщност родител, който лесно отстъпва на детето си, се бои да му каже „не“, да прояви твърдост по отношение на вече определените граници, като по този начин създава у него впечатлението, че всички правила са разтегливи и че е достатъчно да понапъне малко, за да поддадат. Това може и да върши работа в семейната клетка, но готви на детето мъчително пробуждане при съприкосновението му със света. Когато позволяваме на децата си прекалено много, ние зачеркваме шансовете им един ден да станат оправни, независими и способни на самодисциплина.

Я Бъдете последователни в налагането на правила и закони.

Ако в понеделник майката безгрижно прощава всичко на детето, но наказва същите грешки във вторник, ефектът ще бъде като при автомобилиста, за когото червеният светофар днес означава „премини“, а утре - „спри“. Детето има нужда от еднакво отношение и поне минимална сигурност за онова, което се очаква от него.

10. Не въвеждайте правила, несъобразени с възрастта на детето.

Не очаквайте от двегодишно дете да се подчинява като петгодишно - така само ще пробудите у него неприятно чувство и омраза към вас. Изисквайки зряло поведение, на което то не е способно, вие спъвате развитието на представата му за себе си.

11. Избягвайте назидателното и обвинителното поведение.

Четенето на морал и обвиненията са залог за лоша себе-представа. Метод за приучване към дисциплина, който кара детето да се чувства виновно, му изпраща на практика следното послание: „Това, което извърши, е много лошо. Ти не си добро дете. Как можа да сториш такова нещо на мамче-то, което прави всичко за теб?“

Следващия път, когато решите да четете морал на дете под шест години, по-добре му дръпнете една малка реч на испански или на немски или просто изломотете нещо неразбрано. Ще има същия ефект като конско евангелие на родния му език. И, разбира се, изобщо няма да му създаде усещането, че е сбъркало в нещо.

Всеки ден десетки хиляди упреци биват отправяни от родителите към нещастните им деца. Ако можехме да скрием магнетофони навсякъде и да запишем тази канонада от хули, майките щяха да са поразени от приказките си. Лентата би възпроизвела всичките им проповеди, крясъци, нападки, унижителни забележки и оскърбления.

У детето, подложено на такъв словесен обстрел, се забелязва интересно явление. Ушите му се запушват. То прибягва до единствената защита, с която разполага, за да парира водопада от думи. Но тъй като не може „да изключи звука“ напълно, мозъкът му все пак регистрира, и то много добре, пропукването на себепредавата му.

Словесното неодобрение влияе много слабо върху поведението на детето. То само подкопава представата му за себе си.

12. Не давайте заповеди, ако не възнамерявате да изискате изпълнението им.

Ето една класическа сцена. Майката казва на детето си: „Не се катери на стола.“ Детето продължава да се катери. „Ричард, нали ти казах да не се катериш на стола!“ Детето не й обръща внимание. „Ричард, чуваш ли? Току-що ти казах да не се катериш на този стол!“ Ричард все така се прави на глух и майката се предава. Така тя го научава да не се съобразява със заповедите и нарежданията й. За да избегнете този вид отрицателно възпитание, не изисквайте нищо, не заповядвайте нищо, ако не сте решени да се наложите.

Вече сме към края на главата за дисциплината, затова набързо ще обобщя това, което се опитам да ви кажа на тази тема.

Вие искате детето ви да стане възрастен човек, способен самостоятелно да играе ролята си, с две думи човек с чувство за отговорност и самодисциплина. За тази цел още от предучилищната възраст чак до късното юношество е необходимо да му наложите дисциплина, която по-късно ще се превърне в самодисциплина.

Определих дисциплината главно като обучение от страна на родителите и учене от страна на децата. Така че дисциплинирането е процес, който се подчинява на определени психологически принципи.

Някои от тях важат и за животните, и за хората. Добре е ние, родителите, да знаем кои са те и да ги прилагаме интелигентно. В противен случай ще претърпим повече провали във възпитанието на децата си, отколкото дресьорите в опитите си да научат делфините на различни номера.

Но има и психологически принципи на обучение, приложими само към човешките същества. За родителите е особено важно да ги познават, за да не използват безрезултатни методи и да разочароват и децата си, и себе си.

Ако от предучилищната възраст до юношеството се придържаме към възпитателни методи, чиято ефикасност е доказана от науката, ще научим децата си сами да си налагат дисциплина и няма да е нужно да го правим ние.

Какъв ще бъде резултатът, ако съумеем системно да прилагаме стойностни и ефикасни методи и да избягваме неподходящите? Ще възпитаем ли „дете за пример“? Надявам се, че не. Мен лично, като психолог, не ме привличат особено „децата за пример“. Детето за пример нито е щастливо, нито е дисциплинирано. То ни показва само една фасада. Насилили са го да спазва външно приличие, но вътре в него цари афективен и емоционален смут. Случи ли ни се да видим шестгодишно дете, което е винаги спокойно и почтително, никога не се бунтува и не се изплъзва от родителския контрол, изпълнява с удоволствие и без да протестира всички изисквания на възрастните, дете, на което никой никога не вдъхва отрицателни чувства, което не проявява интерес към секса, не лъже, не бие брат си или сестра си, нито другарчетата си, дете добродетелно, алтруистично, с високи морални принципи, съзнателно, чистоплътно, уважаващо чуждата собственост, това би означавало, че си нямаме работа с дете. Че пред нас е същество, принудено да бъде миниатюрен възрастен в телесната обвивка на дете.

Когато приучваме децата си на дисциплина и ги насочваме към крайната цел - самодисциплината, нека никога не забравяме, че те са още деца. Друга моя любима карикатура представлява майка, която тегли момченцето си за ръката и му казва: „Престани, Джими, държиш се като дете!“ Разбира се, че се държи като дете! И това е негово право!

Методите ни на дисциплиниране трябва да канализират динамизма на детството така, че да се разгърне по-късно, без да нарушава възприетите социални норми. Но те никога не бива да заличават онази жизненост, която кара децата ни да действат, както им е присъщо.

ДЕТЕТО ВИ И НАСИЛИЕТО

След трагичните събития от последните години родителите са повече от всякога загрижени за отражението на насилието върху децата им. Бяхме свидетели на убийства, бунтове, масови демонстрации по цялата Земя. Като ни показваше тези събития, телевизията поставяше акцента върху разрушителните инстинкти на съвременниците ни. А никой от нас не иска децата му да станат склонни към насилие. Как да попречим на това?

Днес много хора говорят за насилието твърде неясно и общо. Така в една наскоро излязла книга то се разглежда на 356 страници, без авторът да му даде точно определение. За мен *насилието*, това е чувството на гняв или враждебност в най-крайната му и най-разрушителна форма. Бих предложил следната дефиниция: „Гняв, изразен чрез буйни действия, чиято цел е да наранят физически или да унищожат някого“.

Когато става дума за насилие, трябва да се прави разлика между *действия* и *чувства*. Забележете, че горната дефиниция се отнася до *актовете на насилие*. Ние искаме децата ни да се въздържат от такива актове и в детството си, и по-късно в живота.

Две деца си играят в детското училище. Едното иска да си играе с камионче, другото не му го дава. Първото грабва едно кубче и яростно удря второто по главата. Това е акт на насилие - ние не желаем децата ни да се държат така.

Преди седмица в моя квартал в Лос Анжелис избухна посред нощ яростна кавга между един съдия и жена му. В разгара на разправията съдията многократно наръгал жена си с нож. Обикновено не свързваме съдиите с идеята за насилие, но в този случай очевидно става дума за *акт на насилие*. Ние не желаем децата ни до такава степен да не могат да се контролират, когато пораснат.

Стане ли дума за насилие, повечето от нас си представят нож или пистолет. Но има и друг вид насилие, което често пропускаме да споменем. Миналата година се самоуби кметът на малко градче в околностите на Лос Анжелис. И тук става дума за *действие*, както в *случая* със съдията, който наръга жена си. Самоубийството е също *акт на насилие* - срещу себе си.

Чувствата са нещо различно, защото тях не можем да контролираме. Навсякъде в тази книга се опитвам да покажа, че те възникват у нас спонтанно - радост и щастие, потиснатост и тъга, обич, гняв и враждебност. В този смисъл чувствата, свързани с насилието, не се различават от другите.

Ако сме съвсем честни пред себе си, ще признаем, че се случва да ни обземе желание за насилие. От време на време мъжът и съпругата му изпитват един към друг неудържим гняв. Когато детето прави нещо, което особено ни дразни, ние изпадаме в ярост. Майката, която твърди, че никога не е имала подобни чувства към детето си, си прави илюзии. И аз съм ги изпитвал към децата си. Това е нормална реакция. (Разбира се, ако усещате, че почти непрекъснато сте враждебно настроени към децата си, обърнете се към психолог - той ще ви помогне да възстановите обичта си и да нормализирате семейните си отношения.)

Децата ви реагират по същия начин. Това също е нормално. Ядосаното дете, което истерично крещи, е несъмнено изпълнено с желание за насилие.

Много е важно да правим тази разлика между *актовете* на насилие и *желанието* за насилие. Не можем да контролираме чувствата си, нито тези на децата ни, но можем да се научим да контролираме действията си и да не извършваме актове на насилие.

Същото се отнася и до отношенията между индивидите и социалните групи. Насилието е лош начин за разрешаване на конфликтите между хората, все едно дали са мъж и жена, студент и ръководство на университет, бели и черни. Насилието, шестващо по света през последните години, донякъде ни поотрезви. Ние не искаме то да продължава.

Обратното, искаме разногласията и конфликтите да се решават, без да се прибегва до закона на джунглата. Затова трябва да направим всичко възможно, за да помогнем на децата си, а и на самите нас да контролираме действията си.

Но ние не само държим да предпазим децата си от извършване на отрицателни действия, а и да им предадем положителни ценности като обич, сътрудничество, искрена заинтересованост от щастието на другите, съчувствие към страдащите. Желая да научим да си служат с разума и словото при разрешаването на конфликтите.

Как да направим това? Как да попречим на децата си да прибегват до насилнически действия, когато решават конфликтите си с другите? Нито едно научно изследване не сочи, че човешките същества са склонни към насилие по рождение. Хората *се учат* на насилие. Като, разбира се, учителите им не съзнават какво вършат. Тъжно е да се констатира, че склонните към насилие деца и възрастни са усвоили това от родителите си. Естествено, никой родител не проповядва насилие съзнателно и нарочно. Но резултатът е същият.

Детето се учи чрез подражание и отъждествяване. То прави това, което вижда! Най-фрапиращото доказателство, с което лично съм се сблъскавал, е цитираното в глава 9 момче, което замеряше майка си с бутилки. Бе виждало баща си да върши същото и просто го имитираше. Враждебна издънка от стар враждебен дънер. В повечето случаи примерът се дава от бащата.

Ясно ми е, че майка, която наскоро е била обзета от гняв, ще си каже, докато чете това: „Господи! Сигурно съм склонна към насилие! И може би оказвам ужасно влияние върху детето си!“ Излишно е да се тревожите. Ако от време на време се гневите и дори ви се случи да хвърлите някакъв предмет, това още не означава, че сте опасни за околните!

Сещам се за разказа на една моя приятелка. Било през един от онези дни, когато всичко върви наопаки - бойлерът не работи, децата са непоносими и тъй нататък.

За вечеря със съпруга си били поканили гости и тя приготвяла съомга в тесто. И тъкмо когато съпругът ѝ се връщал от работа, тестото загоряло - това бил последният удар на съдбата. Жената извадила тавата от фурната и я запратила към стената, като я сплескала цялата. Съпругът ѝ влязъл в кухнята, когато вече отстранявала пораженията. И ето какво ѝ казал: „Скъпа моя, така ли реагира разумно същество при критична ситуация?“ Попитах я какво е изпитала при тези думи. Отговори ми: „Ако беше останало нещо от съомгата, с удоволствие щях да му го хвърля на главата!“

Много добре познавам тази жена. Тя не е избухлив човек. Но е избухнала през този ден. И какво от това? Не е било особено приятно, нито лесно да се почисти кухнята и да се изстържат стените. Но никой не е пострадал и нищо сериозно не се е случило. Така че не бива да смесваме епизодичния гняв с истински склонния към насилие характер.

Друг начин да приучим детето към насилие е да търпим поведението му, като не поставяме твърди граници на враждебните му действия.

Когато например детето бие другарчетата си, родителите не винаги го възпират достатъчно убедително. В такива случаи майката му подвиква: „Престани!“, без всъщност да изисква от него наистина да престане. Детето прекрасно знае, че мама няма намерение да отстоява докрай забраната си и затова продължава да се бие. В края на краищата майката разтървава хлапетата. Но междувременно е насърчила войнственото поведение на детето си.

Мога да дам дори примери с родители, които се оставят децата им да ги удрят. Когато му забранят нещо, детето се разгневява и започва да ги удря или ритва. Майката заявява тогава: „Не е хубаво да правиш така, Били“, но не предприема нищо конкретно, за да му попречи да я удря. В подобни случаи родителите се позовават на „детската психология“, за да оправдаят страха си да кажат на детето „не“ и да му наложат твърди граници. Често дори твърдят, че не искали „да го потискат“.

Но децата имат нужда да бъдат „потискани“ в някои от действията си! Например когато удрят другарчетата си или родителите си. Необходимо е да им се пречи да бъдат жестоки с животните или да чупят каквото им попадне. Не бива също да им се позволява да крадат пари от портмонето на мама или да задигат предмети в магазина. Сериозно грешим, когато не учим децата си да потискат подобни пориви. А това, което трябва да желаем с цялото си сърце, е да не потискат чувствата си. Само така ще бъдем здравомислещи родители и добре психолози.

Ако родителите не поставят солидни бариери пред физическите прояви на враждебност, детето не може да усвои ограничението и да се научи да контролира импулсите си. Не си правете илюзии по този въпрос.

За детето е *жизненоважно* психологически да приеме границите, начертани пред физическото насилие. То много силно се страхува импулсите му да не излязат от контрол и да го завладеят, напълно. Когато юношата, който замеряше майка си с бутилки, дойде при мен на лечение, той отчаяно желаше да му помогна да контролира враждебните си пориви. Боеше се от тях: „Силно ме тревожи това, че побеснявам и хвърлям предмети по майка ми. Ами ако някой ден я убия? Ужасно ме е страх да не се случи нещо такова.“ С други думи, момчето не можеше да контролира отрицателните си действия и молеше някой да му се притече на помощ. И тъй като в своята пасивност майката бе неспособна на това, то се обръщаше към мен. Истината е, че ако някога юноша се е нуждаел от твърди граници, това бе той!

Когато говоря за *твърди граници*, това не означава непременно, че родителите трябва да напердашат детето. Да се бие враждебно дете подозрително напомня за насилие, на което се отговаря с насилие. (Припомнете си карикатурата, в която бащата бие детето си и му казва: „Ще те науча аз как се бият другите!“) За предпочитане е, разбира се, да напляскате враждебното дете, което се бие или проявява разрушително поведение, а не да си заровите главата в пясъка и напълно да пренебрегнете антисоциалните му постъпки. Но има и по-добри начини да овладеете положението.

Да предположим, че детето ви налита на бой или чупи всичко наред. Ако сте в състояние да се контролирате и да запазите спокойствие, прегърнете го и го стиснете здраво. Гледайте го право в очите и му кажете: „Не бива да правиш така! Няма да те оставя да удряш брат си (или другарчето си). Можеш да му кажеш, че си ядосан, но не трябва да го удряш!“

Когато става дума за налагане на строги ограничения по отношение на проявите на насилие, откриваме големи разлики между децата. Общо взето момчетата имат по-малко склонност от момчетата към подобни действия. Но някои момчета по-лесно се възпитават от други, които са дръзки и упорити и се нуждаят от месеци обучение, за да се научат да контролират импулсите си.

Понякога родителите несъзнателно одобряват враждебните и антисоциални постъпки на децата си. Детето им се противопоставя, бие другите деца, отнася чужди предмети, бяга, когато се мъчат да му наложат дисциплина, а те вътрешно се радват и без да искат, го насърчават.

В такива случаи майката или бащата казват с възхита: „Страшен е! Е, понякога прекалява и не ни слуша, но трябва да му се признае, че е дете с характер.“

Такова поведение на родителите показва, че самите те като малки са имали склонност към бунт и антисоциални постъпки, но иначе са били послушни деца. Затова вече като възрастни несъзнателно подтикваат децата си да изразяват във враждебни и антисоциални действия онова, което те някога не са посмели да вършат. Насърчението на родителите подсилва поведението на децата. Поуката е ясна: ако не искате, като порасне, детето ви да стане склонно към враждебност и насилие, наложете твърди ограничения на импулсите му и му помогнете да ги приеме.

Любопитен факт: третият начин да превърнем детето във враждебен и войнствен възрастен е съвсем различен от първите два. В този случай става дума за родители, строго възпиращи враждебните действия, което само по себе си е добро. Но за съжаление същите тези родители правят всичко възможно, за да попречат на децата си да изразяват враждебните си *чувства*. Което пък е голяма грешка. Децата не могат да не изпитват от време на време такива чувства. Но ето че въпросната майка категорично им забранява да ги изразяват. Според нея, като не позволява на детето да изразява враждебни чувства, ще го научи да не ги изпитва. Обаче знаем, че това е невъзможно, колкото и да ни се ще. Майката просто принуждава детето си да потиска този вид чувства и да ги изтласква в подсъзнанието си.

Точно в такива случаи се получава дете „за пример“. Външно то „е кротко, мило и възпитано. Навътре в него бушува враждебност и желание за насилие. То е като котел без клапан за изпускане на парата. Дълго съдържаните му чувства в даден момент избухват.

Преди няколко години един студент, който учеше за пастор, застреля баща си и майка си. Съседите бяха потресени и скандализирани. В енорията младежът имал репутацията на „идеалното дете“ - спокойно, послушно и почтително. Всъщност съседите и свещениците са познавали само фасадата му. Не са могли да видят чувствата на гняв и враждебност, които са врели под повърхността.

Дайте на детето си безобидна възможност да изрази гневните си чувства. Оставете го да ги формулира и да ги изрече или осигурете на обекта на гнева му някакъв приемлив заместител: „Знам, че си бесен срещу брат си и че ти се ще да го плеснеш. Няма да ти разреша това, но можеш вместо него да удариш ей тази топка.“

След това малко пътешествие в страната на „не бива“ сигурно вече сте получили доста точна представа за това какво *би трябвало* да правите, за да не стане детето ви склонен към насилие възрастен.

- Не прилагайте насилие, иначе детето ще ви подражава.
- Правете разлика между *акт* на насилие и *желание* за насилие.
- Наложете ограничения на *действията* на детето си.
- Давайте му възможност да изразява враждебните си и гневни чувства.
- Насърчавайте го да ги назовава с думи. Използвайте техниката на отразяването, описана в глава 4, за да го научите да ги контролира.

Сега да се спрем на два въпроса, които пряко интересуват родителите: опасните оръжия и симулираното насилие.

Най-напред за опасните оръжия. Нека съвсем ясно кажем, че не е хубаво въпреки да има оръжие. То може да причини само трагични произшествия и представлява непрекъснат стимул към насилие. Жалко и тревожно е да се констатира, че в САЩ съществува национална надпревара в притежаването на оръжие, както и да се види, че нашите сънародници купуват на практика всички видове оръжия. Според една скорошна статистика броят на възрастните американци, които се снабдяват с огнестрелно оръжие, застрашително се увеличава. В повечето случаи оръжието е предназначено за самозащита. Лицето, което си го купува, разсъждава горе-долу така: „Наличието на оръжие в дома ми ще ни пази, мен и семейството ми, ако някой се опита да ни стори нещо лошо“. Това е глупаво разсъждение, основано преди всичко на ирационален страх. Подобни думи казва бащата на сина си в романа „Джони, вземи си патлака“:

Спомняше си вечерта, когато баща му за пръв път извади пистолета си и му каза: „Пистолетът е нещо хубаво, защото някой ден може да ти потрябва, ако трябва да се защитиш или да защитиш майка си. Някой ден може да те нападнат. Ако са двама или трима, няма да имаш никакъв шанс. Тогава ще овладееш положението с оръжието си. Щом го видят, веднага ще те оставят на мира. Имаш ли пистолет, никой няма да ти създава неприятности.“

Наличието на пистолет въпреки, и особено на зареден пистолет, не предпазва от натрапници, а приканва към убийство и трагедия. Оръжието, способно да убива, подтиква към насилие в случай на разправия между родители, които не се разбират. Уж „незареденото“ оръжие крие възможност за трагична смърт, когато децата си играят с него.

Жалко е, че който и да е може лесно да се снабди с оръжие. Биха ли дали родителите заредени револвери на двегодишни деца, заиграли се в градината? Не, разбира се! А обществото ни позволява на хора, не по-разумни от двегодишно дете, да притежават пистолет. Съвременното американско законодателство разрешава на убийците, на безумците, които стрелят по време на демонстрации, на престъпниците, на гамените, на разделените съпрузи и на душевно болните да си купуват огнестрелно оръжие. Това си е чиста проба лудост, която прави невъзможно да се отгледат деца в атмосфера, неподвластна на насилието.

Историята с огнестрелното оръжие, собственост на обикновените граждани в нашата страна, започва с член 4 от Декларацията за правата, според който: „Никога повече правото на хората да притежават и носят оръжие няма да бъде оспорвано.“ През 1776 г. е било наложително да се носи оръжие в името на благоденствието и сигурността на младата нация, която по онова време не е наброявала повече от три милиона души. Но неограничената свобода да притежаваш огнестрелно оръжие при повече от двестамилionenно население в нашата сложна индустриализирана страна е нещо безумно и с положителност опасно.

През 1967 г. например повече от 5600 американци са загинали от куршум. Сравнете тази цифра с данните за другите страни: Великобритания - 30; Франция -20; Белгия -12. Великобритания, Франция, Белгия, както и Япония, Норвегия, Швеция и Канада, имат много по-строго законодателство от нашето по отношение на носенето и притежаването на огнестрелно оръжие. Съветът ми е следният: освен ако бащата не е ловец и не притежава ловна пушка, по-добре не дръжте въпреки оръжие и никога - заредено оръжие.

Много майки несъмнено се тревожат от изблиците на насилие в обществото ни и проявяват склонност да забраняват на децата си всяка симулация на насилие. Като например да си играят с детски пистолети, с пластмасови войничета, да гледат по телевизията или на кино филми с насилие. Някои дори не им позволяват да гледат рисуван филмчета, в които има „насилие“ - когато, да кажем, животните се налагат по главите или се стрелят. Наскоро в едно детско училище поканили двеста семейства на куклен театър. След представлението две от майките се обадили по телефона на поразената директорка и се оплакали, че децата им са се „нагледали на насилие“!

Страхът от насилието в игрите бе насърчен напоследък от серия от статии в женските списания, критикуващи играчките оръжия и насилието по телевизията, включително в рисуваните филмчета. Тези статии не бяха писани от психолози и психиатри, които биха могли да бъдат помолени да се изкажат по въпроса, а от журналисти, изразяващи гледната точка на обикновените граждани.

Мисля, че те излишно разтревожиха много майки. Ужасът от насилието в игрите и представленията е неуместен. Този вид родители не предпазват истински децата си от насилието. Те просто ги държат в положение на изолация и свръхзакрила.

Откъде идва склонността към свръхзакрила? Майката изпитва страх от собствената си раздразнителност. Бои се, че ще загуби контрол над себе си и сама ще извърши акт на насилие. Всичко това е несъзнателно, но и най-малката проява на насилие по телевизията или на кино задейства страха ѝ, че собственият ѝ гняв ще избухне, че ще удари съпруга си и децата си. И този страх е толкова силен, че тя го проектира върху детето си и започва да смята, че и то го изпитва. Точно затова някои родители не дават на децата си да гледат сцени на насилие на екрана или да си играят с пластмасови войници.

Това е грешка. Детето се нуждае от такива фиктивни отдушници. Ако родителите не му ги осигурят, то ще си ги създаде само. Когато мама, е забранила пистолетите, детето стреля с парче дърво или дори с насочен пръст: „Бум! Убит си!“ Децата от векове обичат да си играят с войниче-та. Ако прекалено ги предпазваме от тях и не им ги купуваме, те ще си ги измайсторят сами.

По чиста случайност в тази събота сутрин, когато пиша тези редове в гостната къщи, четиригодишният ми син си играе на килима с пластмасовите войничета, които му купихме от магазина за играчки.

Решил е, че сините войничета са „лошите“, а зелените „добрите“ и весело им е организиран схватка. Не е дете, склонно към насилие, и няма да стане такъв мъж. Погрижили сме се за това. Синът ми е кротко, нормално агресивно дете.

Важно е впрочем да се прави разлика между дете, склонно към насилие, и агресивно дете - понятия, които родителите често бъркат. *Обратното на склонността към насилие е миролюбие. Обратното на агресивността е пасивността.*

Не бива децата ни да развият склонност към насилие. Но е редно момчетата да притежават известна агресивност, защото не е желателно мъжът да бъде пасивен. Това би му попречило да изпълнява мъжката си роля. Майка, която болезнено предпазва момчето си от всички симулирани форми на насилие, не му прави услуга. Ако му забрани войниците, пистолетите, рисуваните филмчета и филмите с „насилие“ по телевизията и в киното, Тя

работи, за да направи от него пасивно „момиченце“. Не му помага да придобие нормалната сила и агресивност, която му е нужна в контактите с момчетата на неговата възраст.

Виждал съм в кабинета си много пасивни момчета. Те се нуждаеха от психотерапия, защото другите момчета им се подиграваха, а те не можеха да се защитават сами. Парадоксално е, че в крайното си желание да предпазят момчетата си от насилието родителите, без да искат, ги превръщат в пасивни и неспособни да приемат своята мъжественост индивиди. А когато установят катастрофалните резултати от възпитанието си, те водят детето при психотерапевт и казват: „Моля ви, господин психолог, излекувайте детето ми от това, на което го научих!“

Но не ме разбирайте погрешно. Не изпадайте в другата крайност - да подарявате на момчето си всякакви играчки оръжия. Ако случайно чуе телевизионната реклама за „пластмасова пушка за командосите на смъртта с хромирани части“ или за „автомат за партизанска война с куршуми, от които блика изкуствена кръв, когато стреляте по елха-та!“, не се смятайте за длъжни да му купувате тези чудовищни играчки.

Не бих купил на детето си никаква пушка или пистолет, които наистина изстрелват патрони, каквито и да са те. Един пластмасов куршум може да извади окото на друго дете. Не бих му подарил и пистолет или друга играчка, в която има нещо жестоко, провокиращо или безвкусно. Като например „сглобяемо разпятие“, тоест пластмасов кръст, на който детето само да разпъне Христос. Рекламата за тази „играчка“ в един специализиран каталог съдържа следните потресаващи думи: „За първи път модел на разпятие, което можете да сглобите сами“. „Завладяваща, естетична, истинска играчка“. „Това лесно сглобяемо разпятие е изтънчен подарък, подходящ за всеки християнски дом!“ Майката трябва да проявява здрав разум и добър вкус, когато купува за детето си пистолети, пушки или войничета.

Но дори да оставим момчето да си играе с войници и пистолети играчки, да гледа по телевизията рисувани филмчета „с насилие“ и уестърни, в които често се вада! оръжие, ние пак няма да създадем от него момче без проблеми, приспособено към мъжката си роля. Родителите следва да уважават и инстинктивните прояви на темпераментното, буйно и динамично момченце. Когато мама гордо каже: „Ето това е истинско момче!“, тя признава активната мъжка природа на сина си. Ако подкрепя неговата самостоятелност, напористост, способността му да се защитава от другите, то ще стане нормално и здравословно агресивен, но не и склонен към насилие мъж.

Да не смесваме враждебност и склонност към насилие с агресивност. Ние искаме, когато пораснат, момчетата ни да станат агресивни и динамични мъже. Но желаем и да бъдат достойни граждани, да използват разума си и мирните средства, за да разрешават конфликтите си, а не да прибегват до насилие.

Много бащи мислят, че съпругата им е прекалила, като е забранила на децата да си играят с пистолетчета и войничета, но си мълчат. Това е жалко, защото жената иска съпругът ѝ да бъде силен, надежден и уравновесен човек, на който да може да се опре. Свърхзакрилата на момченцето и забраната да проявяват симулирано насилие не спомагат да се възпита такъв силен и солиден мъж.

Възрастните си осигуряват безобидни отдушници за чувствата си на враждебност и желанието си за насилие - спорта и спектаклите например. Те ходят на футболни или хоккейни мачове и крещат: „Убийте съдията!“, четат криминални романи и гледат филми с насилие в киното и по телевизията.

Деца се нуждаят от такива изкуствени отдушници не по-малко от нас. Оставете детето си да играе с войници и пистолетчета, ако иска. Това няма да му навреди. Ако му забраните да го прави, ще създадете в съзнанието му зона табу. Тогава тези игри ще придобият за него неустоима привлекателност и то ще им се отдава във ваше отсъствие.

Да се спрем сега на проблема с насилието в средствата за информация. Да си представим, че, общо взето, следват съветите, давани в тази книга. Тоест правите необходимото, за да задоволите основните психологически потребности на детето си;

В такъв случай то няма особени причини да изпитва фрустрация и да подхранва у себе си чувства на враждебност и желание за насилие. Осигурили сте му интересна и стимулираща среда, така че да има възможност да играе къщи и навън, да чете, да се отдава на артистични дейности и да прави куп интересни и поучителни неща, а не само да гледа телевизия. Детето ви не стои „залепено за телевизора“ по четири-пет часа дневно. Вие разумно ограничавате времето, което прекарва пред малкия екран. Възнаграждавате го и го насърчавате да гледа хубавите детски предавания. Ако вършите това, не се безпокойте, когато попадне и на програми, в които се говори за насилие.

Според едно погрешно мнение, което искам да опровергая (и което намираме във вестникарски статии за децата и насилието по телевизията), децата се учат на насилие, като го виждат по телевизията. Няма никакво научно доказателство в подкрепа на тази теза. Децата стават склонни към насилие, когато родителите ги научават на това, действайки както посочих в тази глава. А именно:

- когато не задоволяват психологическите им потребности и пораждат у тях вътрешен гняв и враждебност;
- когато децата подражават на склонни към насилие родители;
- когато родителите ги насърчават да извършват актове на насилие и не проявяват достатъчно твърдост, ако те бият други деца или чупят предмети;
- когато не ги оставят да излеят враждебните си чувства. Ако избягвате тези грешки, няма за какво да се боите от малкия екран.

Понякога родителите реагират, сякаш насилието по телевизията е някаква новост, сякаш никога в човешката история децата не са се сблъскали с насилие. Това е явна грешка. Библията е пълна с престъпления, произведенията на Шекспир също, а в детските приказки ламите и чудовищата съществуват векове преди да се появят в телевизионните програми за деца.

Често между пораженията от насилието възрастен и детето, което не се впечатлява от него, съществува истинска „поколенческа бездна“. Децата нерядко са жадни за ужасяващи истории, защото за тях това е начин да овладеят вътрешните си чувства на враждебност и порива си към насилие. Приказка, която критиците осъждат заради съдържащата се в нея жестокост, ще се хареса на децата, защото отговаря на дълбоките им потребности и им помага да се освободят от неосъзнатия си свят на насилие и враждебност.

Вашето дете прекрасно прави разлика между насилието на екрана на телевизора или в киното и истинския акт на насилие, който извършва, когато бие друго дете, мъчи животно или похищава чуждо имущество.

Веднъж лекувах четиригодишно дете, което в един момент ми се ядоса. Преди да успее да му попречи, то ме удари с юмрук и каза: „Мразя те, идиот такъв!“ Отговорих му твърдо: „Томи, можеш да ми съобщиш, че си бесен, да ме наричаш идиот и каквото искаш, но няма да ти позволя да ме удряш.“ Малко по-късно, по време на същия сеанс Томи започна да играе на война с войничета в пясъка, като войските му бомбардираха и унищожаваха врага. Ако не му бях поставил твърди граници, когато ме удари, щях да го насърча да извършва актове на насилие. А като му позволих да изрази чрез игра своите *чувства*, желанието си за насилие, аз му помагах да изпита облекчение, без да стига до *действие*.

Давах му шанс да приключи с поривите си към насилие, та после да развие у себе си топли и положителни чувства. Можете да приложите на практика същите принципи с вашето дете. Очертайте строги граници, но му оставете отдушник, съобразен със социалните ни навици.

Съгласен съм впрочем, че е добре да се намали количеството насилие и садизъм по телевизията и в киното. Но излишъкът на садизъм и насилие не е единственото слабо място на телевизията. Програмите ѝ нямат никаква образователна стойност, никога не се обновяват и определено насърчават жаждата за печалби и продажността. („Този щастлив кандидат печели хладилник, един прекрасен буик и безплатна седмица в Бърбанк!“) Потръпвам, като си помисля колко малко се използват огромните възпитателни възможности, които телевизията предлага и на децата, и на възрастните. Имайки предвид какво представлява тя понастоящем, ние, родителите, трябва да проявяваме здравомислие и да подбираме програмите, които децата ни гледат.

Но не бива да се поддаваме на изкушението да обвиняваме телевизията за цялото насилие, което виждаме около нас. Да не забравяме, че насилие има и в части на света, където никога не са виждали телевизор! Изобилието от статии в списанията излишно разтревожиха майките, които се отдадоха на прекалени и смешни опити да предпазват децата си от всичко, напомнящо за насилие в телевизионните предавания.

Изчаках, за да ви открия най-ефикасната възможна мярка срещу насилието. Тя се нарича *обич*.

Нека никога не забравяме, че враждебните и склонни към насилие възрастни са били деца, лишени от истинска нежност. Възрастните, които убиват и раняват, са болни, и комплексирани хора, изпълнени с омраза, защото им е липсвала любов.

Най-добрата ваксина срещу вируса на насилието, която можем да предложим на децата си, е нашата обич и родителската ни нежност. Вместо да прекарваме времето си в опити да попречим на вируса да зарази децата ни, по-добре да го посветим на създаването на здрави връзки на обич с тях. Не е достатъчно да не ги учим на садизъм - трябва и да ги възпитаваме в дух на положителни ценности като нежност, топлина, съчувствие, искрено желание да помагат на другите и да ги уважават. Необходимо е да засилваме и насърчаваме идеализма на младостта им, да им покажем ужасите и драмите на войната, да ги завербуваме за онова, което психологът Уилям Джеймс нарича „моралната противотежест на войната“, тоест енергичният поход срещу постоянните проблеми на човечеството - бедността, замърсяването на околната среда, расовата омраза и войната. Длъжни сме да ги научим да обичат другите, както обичат себе си.

Почвата, върху която искрената привързаност към човечеството може да избуи у децата ни, е нашата бащина и майчина обич. Ако упражняваме с любов родителския занаят, ще сме

свършили най-важното, за да направим от децата си уверени в себе си и миролюбиви граждани, вместо враждебни и склонни към насилие индивиди.

УЧИЛИЩЕТО ЗАПОЧВА ВКЪЩИ (ПЪРВА ЧАСТ)

Понятието К. И. (коефициент за интелигентност) все още остава загадъчно за много родители. Те четат статии за опити и методи за повишаване на К. И. на детето и се питат за какво точно става дума. Ако вместо за К. И говорим за „основна способност за усвояване на знания“, нещата несъмнено ще станат по-ясни.

Ще дам един конкретен пример. Миналата година изкарах в Алпийския клуб шестседмичен курс по алпинизъм и пренасяне на оборудването на гръб. След курса, моят К. И. по лагеруване в планината чувствително се повиши. Странно ви звучи, нали?

Ако обаче кажа, че вследствие на този курс способността ми да живея в планина е нараснала, става по-разбираемо. Така всеки ще схване, че съм усвоил основни понятия като разчитане на карта, ползване на компас, катерене и подготвяне на убежище в снега.

Тестовите за интелигентност или за К. И. показват дали детето ще бъде добър ученик, защото дават общ поглед върху основните му способности. Колкото повече са тези способности, толкова по-висок е коефициентът му за интелигентност и толкова по-сериозни шансове има да се учи добре. Дете, постъпващо в детско училище или в първи клас с богат запас от способности за усвояване на знания, ще възприема по-лесно от дете с ограничен запас и ще реагира по-положително на онова, което му казва учителката. По този начин за детето, разполагащо с широки възможности за усвояване и следователно с висок К. И., съществува по-голяма вероятност да успее в училищната дейност и в живота.

Да си спомним, че въпросните способности могат да се придобият. Целта на тази глава е да обясни как да ги изградите у детето ви в предучилищна възраст, за да му осигурите възможния най-добър старт в живота.

Лекарите и психолозите, които работят с деца, отдавна знаят, че първите пет години са най-важни за афективното развитие, защото тъкмо тогава се оформя структурата на бъдещата личност. Опитите обаче, които показват, че същите пет години са решаващи и за интелектуалното развитие, са много по-скорошни.

Тъй като върху животни може да се експериментира далеч по-свободно, в момента съществуват немалко научни резултати, които свидетелстват за ефекта на получената в ранния период на живота стимулация върху поведението на най-различни възрастни животни - кучета, котки, маймуни, птици. Доказано е, че животните, стимулирани в ранната им възраст, се развиват по-бързо и стават по-интелигентни от неподложените на стимулация.

Ето заключението от изследванията, проведени в Калифорнийския университет в Бъркли от екип от двама психолози, един биохимик и един анатом: *през първите седмици от живота на белите плъхове „обогатената“ среда може не само да „създаде“ възрастни индивиди, способни по-добре да решават проблемите, възникващи на тяхното ниво, но и да*

промени анатомичните и химичните свойства на мозъка им. Професорът по психология д-р Дейвид Креч описва по следния, начин един от опитите, често извършвани от екипа му:

По време на отбиването се заделят дванайсет чифта плъхове-близнаци. Едните дванайсет се поставят в активна, стимулираща среда, а близнаците им - във възможно най-нестимулираща. Привилегированите братя живеят заедно в обширна клетка, разположена в осветена, шумна и населена с много хора лаборатория. Домът име оборудван със стълбички, колелца и други „образователни“ играчки за плъхове. По половин час на ден им се позволява да напускат клетката и да изследват непозната територия. С порастването си получават нови задачи, чието изпълнение се възнаграждава с бучка захар. Образователната програма продължава осемдесет дни. Докато тези животни се радват на такава луксозна обстановка, осъдените на „интелектуална бедност“ плъхове живеят изолирани всеки в малка клетка, поставена в тихо и слабо осветено помещение. Пазачът им почти никога не ги пуска навън, не ги изпраща да изследват нови места, да преодоляват трудности и да си играят с други плъхове. По време на опита плъховете и от двете групи получават една и съща стандартна храна в неограничено количество.

Извършените впоследствие тестове сочели, че плъховете, получили ранно интелектуално стимулиране, са по-интелигентни и по-лесно преодоляват трудностите, отколкото неподложените на стимулиране техни близнаци. Опитът бил повторен десетки пъти при едни и същи условия и показал също, че по време на престоя на плъха в „обогатена“ образователна среда мозъкът му увеличава обема и тежестта си в сравнение с мозъка на брат му. В мозъчната кора били установени увеличен брой клетки от определен тип, както и повече междуклетъчни връзки, отколкото в мозъците на нестимулираните плъхове. Настъпили и значителни химични промени - изследователите констатирали наличието на по-голямо количество от два важни ензима в мозъка на стимулираните плъхове. Д-р Креч коментира опита така: „Доказахме, че тези структурни и химични изменения са признак за здрав мозък. Създадохме по-висши животни, способни по-успешно да решават проблемите си.“

Наблюденията върху хора потвърждават факта, че стимулирането или липсата на стимулиране през първите години от живота има голямо отражение върху поведението и интелигентността. Професорът по психология в Чикагския университет д-р Бенджамин Блум е анализирал огромно количество експериментални резултати, които показват, че човешкото същество формира 50% от своята интелигентност, преди да навърши четири години. Това обяснява защо децата на бедни родители, които постъпват в последния курс на детското училище или в първи клас, са по-назад в интелектуалното си развитие в сравнение с децата от средната класа.

При това „бедните“ деца така и не догонват другарчетата си именно защото са били лишени от стимулиране през първите години от живота си. Съществува една нова учебна програма, която се опитва да осигури на тези деца достатъчно интелектуално стимулиране през първите години, за да не изостанат непоправимо в училище.

Какво означават горните опити за вашето дете? Означават, че колкото повече интелектуално стимулиране му осигурите в началото на живота му, без да оказвате натиск върху него и без да го насилвате, толкова по-жива ще бъде неговата интелигентност и по-висок неговия К.И. в зряла възраст.

Как да научите детето си да мисли

Първата и най-необходима техника, която детето ви може да усвои с ваша помощ, е *как да миел и*.

Що е мислене? Известният професор-педагог, покойният Джон Дюи, предлагаше следната дефиниция: „В основата на мисленето стои усетената и разпозната трудност.“ Той настояваше на факта, че: *„Ние мислим само ако се сблъска- ме с трудност или проблем “*

Нека ви дам един хубав пример за това какво представлява мисленето на четиригодишното дете.

Група четиригодишни деца си играят в голям кашон, където си обзавеждат дом. Сглобили са някои прости мебели от кубчета, но тъй като площта в кашона е ограничена, налага им се да Действат внимателно, за да не съборят вече готовите мебели. Това обаче не е по силите на Джими, който е несръчен и много нервен. След няколко инцидента „бащата“ на семейството заявява, сякаш е направил страхотно откритие: „Трябва ни куче. Джими, ти ще бъдеш кучето! Ще стоиш вън и ще лаеш, щом някой се приближи. Хайде, ама да лаеш много силно!“

Този пример показва, че в процеса на мисленето има три етапа. Първият е възникналата трудност. В случая с децата проблемът е несръчният Джими. Вторият етап се състои във формулирането на хипотеза или на идея, която ще разреши проблема. „Бащата“ на семейството открива идеята: „Джими, ти ще бъдеш кучето!“ (Подразбира се: „Така ще стоиш вън от къщата, приятелче, и няма да буташ всичко!“) Третият етап е самото решаване на проблема - Джими приема ролята на кучето. Макар този пример да илюстрира мисленето у децата, трите основни етапа са еднакви за всяко мислене, от най-примитивното до най-изтънченото.

А има и два основни начина на мислене, които професорът по психология в Харвардския университет д-р Джеръм Брюнер нарича „мислене на дясната ръка“ и „мислене на лявата ръка“. Под „мислене на дясната ръка“ той разбира аналитичното, рационално мислене, съзнателното мислене, което усърдно, стъпка по стъпка достига до логическото заключение. То се възпитава и цени в училищата и колежаите и главно на него се опитват да научат децата. Но има и друг тип мислене, често пренебрегвано в учебните заведения - „мисленето на лявата ръка“, което е интуитивно и изпълнено с неочаквани обрати. То пък предполага, че мислещият се осланя по-скоро на несъзнаваното в себе си, отколкото на съзнателното и е в основата на големите научни открития и на радикалните нововъведения в областта на бизнеса или политиката. Ето защо е необходимо да учим децата си и на двата вида мислене.

Мисленето на дясната ръка

Как да помогнем на дете в предучилищна възраст да усвои „мисленето на дясната ръка“? Можем да го снабдим със суровини, най-важната от които е сензорният опит.

Според начина, по който се отнасят към сензорния опит на децата си, родителите се делят на три групи.

Едните са тези, които на всичко казват „не“ и активно обезсърчават детето в опитите му да изследва света чрез зрението, слуха, осезанието и обонянието си: „Бягай оттам, не пипай, мръсно е“. Има и безразлични родители, които възприемат пасивно и неутрално поведение

спрямо тези сензорни проучвания. А съществуват и такива, които подтикват децата си да откриват света чрез сетивата си възможно най-пълно.

Надявам се да сте от третата група. Насърчавайте детето си да пипа предметите, да усеща структурата им. Помогнете му да слуша звуците около себе си и да ги разпознава. Дайте му възможност наистина да вижда - да вижда красотата на най-обикновените неща: изронената мазилка на стената в гаража, сложния рисунък на пукнатините в асфалта, вида на водата, когато миете колата си. Опитайте се главно да го държите будно, както се изразяваше Виктор Лоуенфелд, професор по естетика в Пенсилванския държавен университет.

Подтиквайте го непрекъснато да си служи с очите, ушите и ръцете си. Научете го да осъзнава красотата на редицата лалета в градината, да различава дългите виснали листа на плачещата върба от зелено-сребрилата симетрия на кленовия лист. Насърчете го да опипа грапавата и нагъната кора на стария дъб и гладкото като мрамор стъбло на явора. Накарайте го да погали и почувства вълната, кадифето и материята на вашите и неговите дрехи. Запознайте го с козината на котката. Някоя проста забележка като „Джони, усещаш ли как миришат изгорелите листа?“ ще му даде възможност да придобие богат сензорен опит, което не би станало без вашата намеса. Дори шумът на вятъра в дърветата, песента на червеношийката призори, бълбукането на поточето, стичащо се по камъните, могат да изиграят ролята на трамплин към разпъващата се чувствителност на детето и да обогатят целия му живот.

Предучилищната възраст е времето, когато трябва да помогнете на детето да осъзнае нещата. *Осъзнаването на сетивния свят е основата на мисленето.* Освен разнообразни сензорни изживявания необходимо е да му осигурите и всякакви материали, които да стимулират мисленето му. Нека разполага с колкото иска хартия, пастели, флумастери и боя. Да има ножици със закръглени краища, купища стари списания, картон с различни форми и размери, черна дъска с бели и цветни тебешери, кутия, пълна с всякакви парчета дърво, плат и хартия за правене на колажи, лепило, дървени кубчета с различна големина, грамофон или магнетофон, евтени плочи, които само да използва, хубави плочи, които да му пускате вие, строителни игри, пластелин или глина, книги. Доставете му също метално табло с магнитни букви и цифри. Без изброените пособия детето ви ще срещне спънки в интелектуалната си дейност. Все едно да оставите студента без учебници.

Помислете ѝ за табло, на което да закачате „художествените му произведения“. Когато си има място, където да излага сътвореното от него, детето се чувства гордо от труда си и възнаградено в усилията си. Друг важен аспект на ранното интелектуално развитие: дайте на детето възможност да прави колкото се може повече опити самостоятелно, да опознава света от „първа ръка“.

Много хора не умеят да мислят, защото са имали беден пряк опит. Умът им е задръстен от мислите на другите и е лишен от собствени мнения. Ако смятате, че преувеличавам, задайте около вас, а и на себе си следния въпрос: „Отделяте ли поне половин час на ден за спокоен размисъл, вслушвате ли се във вътрешния си глас? Или целият ви ден е запълнен с външни гласове - на другите около вас, на телевизията или на печатните страници?“

В забележителната си „автобиография“ прочутият журналист Линкълн Стефънс обяснява как човек може да стане оригинален и интелигентен художествен критик. Неговият метод стига много далеч. Той ви предлага да посетите някой музей и да определите трите творби, които ви се струват най-хубави. После всяка седмица в продължение на шест месеца да минавате през музея и да правите същото. Последния път вие положително няма да се

спрете на картините, харесали ви отначало, защото междувременно ще сте изкарали курс по художествена критика. Принуждавайки се да избирате, вие сте обогатили и развили вкуса си. В края на опита ще отделите творбите, които би посочил истински критик.

Смисълът на този експеримент е в това, че избирате трите творби според собствената си преценка, а не защото някой друг ви е казал, че те са най-добрите.

Методът на Стефънс показва какво можем да направим с децата си. Нека им дадем неограничени възможности сами да оценяват нещата, а не чрез очите, мислите и чувствата на други хора.

И нека детето ви не само опознава света от първа ръка, но и опитът му да бъде колкото се може по-голям. Мисълта е функция от широтата на опита и не може да се разпростре отвъд него. Затова уверете се, че детето ви разполага с възможно най-всеобхватно поле за експериментиране.

Един от най-добрите начини да разширите полето на прекия опит на детето ви е да го включите в онова, което в някои училища наричат „изучаване на средата“. Във всеки град, голям или малък, има многобройни интересни места, които могат да обогатят опита в предучилищна възраст. Децата ми бяха във възторг, когато посетиха места като пожарна команда, полицейски участък, мандра, леярна, библиотека, летище, печатница, общинска кухня, хлебопекарница, заваръчен цех, автомобилен завод, банка, макаронена фабрика.

Най-много от всичко ги порази леярната. Когато видяха как се обработва и изстудява нажеженото до червено желязо, те много по-добре разбраха технологията за произвеждане на железни изделия, след което пожелаха да научат как се правят и други предмети.

Несъмнено ще откриете, че е много забавно да придружавате децата на такива места. Обикновено възрастните нямат повод за подобни посещения. Ние не смеем да помолим пожарникарите: „Бихте ли ни показали пожарникарската кола?“ Детето ще бъде вашият билет за участие във всякакви приключения само на половин час с кола от дома ви. Установил съм, че и най-необщителните хора обичат да развеждат дете из своя завод или цех. След посещението насърчете детето си да нарисова това, което е видяло, и да разкаже впечатленията си. Може би дори да напише „малка книга“.

Когато мислите как да обогатите познанията на детето си, не пренебрегвайте очевидното, не търсете много надалеч. Музеите например са истинска мина за информация и опит. Но не прекарвайте часове наред в тях с дете в предучилищна възраст, защото вниманието му не се задържа дълго. Пътуванията могат, разбира се, изключително да увеличат обхвата на детския опит, особено ако имате късмета да отидете в чужбина. Книгите, плочите, касетите и магнетофонните ленти, филмите и телевизионните програми също ще са от неограничена полза за разширяването на детския кръгзор: Да си спомним думите на психолога Пиаже: „Колкото повече неща виждай чува детето, толкова повече неща иска да види и чуе.“

Много е важно абстрактното мислене на детето да се развие на базата на конкретен опит. Малките деца почти не са способни на абстрактно мислене, непроизтичащо от конкретни данни, но е напълно по силите им да мислят абстрактно във връзка с конкретни материали, които могат да видят, докоснат и вземат в ръка.

Обучението чрез „осезание“ е една от гениалните идеи на Мария Монтесори. На нейна основа възникна „движението Монтесори“, добило голяма популярност в САЩ през последните години.

Монтесори предлага на децата „материализирани абстракции“, тоест абстрактни идеи в конкретна форма, с която детето да може да борави по време на някоя дейност. Тя разработи цяла серия от образователни игри, които позволяват на детето чрез обикновен допир да овладее математиката, физиката, четенето, писането и пр.

И други специалисти по детско образование тръгнаха по нейния път. Така последователят ѝ, белгиецът Жорж Кюизнер, изобрети пособия, с които малките деца да учат аритметика и математика - така наречените линейки на Кюизнер. Те представляват летвички с различна дължина и различен цвят и засега са най-доброто средство за математическо обучение в предучилищна възраст. Детето се учи да събира, изважда, умножава и дели. Научава се също да проверява дали не е сбъркало. Все с линейките може да навлезе и в алгебрата.

Образователните играчки от този тип се основават на принципа на самостоятелното опознаване на предметите. Детето усвоява собствените си открития много по-лесно, отколкото чуждите обяснения.

Да вземем един пример: оставяте детето си да се упражнява да рисува с различни цветове. Можете да го посъветвате да смеси жълтото и синьото, за да получи зелено. Така обаче ще го лишите от тръпката на самостоятелното откритие. Направете друго. Дайте му жълта и синя боя и му предложете: „Защо не ги смесиш, за да видим какво ще се получи?“ То ще опита и лицето му ще светне: „Виж! Стана зелено!“

Не е лесно за родителите да използват самостоятелното откритие като педагогически метод, дотолкова сме свикнали да „казваме“ какво да се прави. Спомням си, че на три години едно от децата ми ме попита: „Татко, ако забия една пръчка в земята, ще израсне ли дърво?“ Първата ми реакция би била да отговоря: „Разбира се, че не!“ Вместо това реших да прибягна до метода на самостоятелното откритие. Казах му: „Хайде да направим един опит. Да забием пръчка в земята и да видим дали ще порасне нещо!“ Така и сторихме. Няколко дни по-късно той прокоментира: „Май няма нищо да порасне.“ Тогавя засяхме семена и детето ми научи чрез пряко наблюдение кое расте, като го засадиш, и кое не.

Помогнете на детето си да придобие ключови представи, чрез които да организира своя свят и да му придаде смисъл. Децата са залети от информацията, прииждаща от обкръжението им. Те непрестанно се мъчат да подредят разнообразните разпокъсани данни, за да осмислят заобикалящата ги действителност. Опитват се да открият при-чинно-следствените връзки и да класифицират сведенията, които получават чрез сетивата си.

Под „ключова“ разбирам представата, която позволява на детето да асимилира определен брой различни явления и да организира средата си. Ето някои ключови представи, които дете в предучилищна възраст е способно да схване:

„Тежестта е невидима сила, която притегля предметите към земята.“

„Всички животни разполагат със средства за защита срещу враговете си.“

„Когато два предмета се трият един в друг, те се загреват.“

Веднъж усвоило истински едно от тези ключови понятия, детето може да разбере цяла съвкупност от сходни явления.

Обяснете ключовите понятия на детето, като му прочетете книга, в която те са изложени на достъпно за него ниво. Или използвайте всекидневните факти. Лесно ще разбере що е тежест, като му покажете, че пускайки един предмет, той пада, а не се издига във въздуха. Разкажете му и че в безвъздушното пространство няма тежест, така че хората там биха летели като птици, освен ако някоя планета не ги привлече към повърхността си.

Научете се да участвате в образователните игри на децата си. Всички деца обичат тези игри. Съществуват и много образователни играчки, но за децата от предучилищна възраст не е необходимо да ги купувате. По-добре сами измислете на какво да играете.

Играта на рими например е много подходяща за четиригодишно дете. Избирате една дума, а детето ѝ намира рима. После то казва дума, вие измисляте рима. Не се формализирайте за точността на римата. Играта е много проста и много ще се хареса на детето ви.

Друга хубава игра е следната: „Колко щеше да е смешно, ако...“ Кажете на детето си: „Сега щети предложи една нова игра. Тя се казва „Колко щеше да е смешно, ако...“ Ето как се играе. Аз започвам. Колко щеше да е смешно, ако хората ходеха на главите си, вместо на краката си. Твой ред е.“ Всякакви интересни идеи могат да се формулират по този начин: колко щеше да е смешно, ако колите се движеха с вода, вместо с бензин, и т. н. Като играете на подобни игри, вие помагате на детето да си изгради оригинално мислене. Насърчавате хрумванията му и развивате въображението му.

Ето и друг вариант на тази игра: „Какво би станало, ако...“ Какво би станало, ако колите се движеха с вода, а не с бензин? Щяхме да спестим пари, защото водата е по-евтина от бензина. Въздухът щеше да е по-чист. Щяхме да спираме на водостанция, а не на бензиностанция. И прочие.

В тези игри е важно да приемате всичко, което му идва наум. Не казвайте: „Не, невъзможно е“ или „Не е вярно“. Това би му попречило да фантазира и би отнело всяка привлекателност на играта. Не се безпокойте - идеите на детето ви постепенно ще станат логични. На този стадий се задоволете да насърчавате раждането им, без да ви е грижа за научната им стойност.

Друга интересна игра: на „твърдения“. Твърдението е изречение, което обявява нещо. Започнете играта със следното твърдение: „Тази кола е боядисана в бяло.“

После задавайте въпроси към твърдението:

- Зелена ли е колата? - Не.

- Бяла ли е колата? - Да,

Ето едно малко по-сложно твърдение:

- Кучетата имат четири крака. Маймуните имат два крака. Маймуната куче ли е?

- Не. -Защо не е?

- Защото няма четири крака.

Целта ви е да покажете на детето, че по повод на кое да е твърдение е възможно да се поставят безброй въпроси, на които да се отговори с „да“ или „не“. На нивото на дете в предучилищна възраст тази игра дава солидна основа за логическо мислене.

Използвайте въображението си и сами измисляйте игри. Опитайте и ще се уверите, че списъкът на дейностите, които могат да бъдат преобразени в игри, е практически безкраен. Помислете например на колко много неща можете да играете само докато водите детето си с вас на пазар.

Мисленето на лявата ръка

Да се спрем сега на „мисленето на лявата ръка“. Този път става дума да помогнете на детето си да развие заедно с рационалното, логично и съзнателно мислене интуицията и въображението си. Как да го направите?

Преди всичко като насърчавате творческия му дух.

Жалко е, че в наши дни този израз се употребява на път и под път. Всеки производител на играчки твърди за каква да е играчка, че насърчавала съзидателния или творчески дух. Така че нека се върнем към първоначалния смисъл на термина.

За детето ви създаването на нещо означава да изгради замислена от него структура на базата на неструктурирани материали. Вижте например разликата между оцветяването на албум и рисуването върху бяла хартия. Детето ви не създава нищо, когато оцветява картинки, защото структурата вече съществува. Единственото, което може да научи, е да не излиза извън очертаността на образите. В това няма никакво „творчество“. Но когато рисува с пастели върху хартия, то създава своя собствена структура, излязла от ума му, чрез неструктурирани материали - пастелите и хартията.

Затова е толкова важно да разполагате с *неструктурирани* материали, например пастели и флумастери, боя, глина, пластелин, хартия, лепило, кубчета, Лего, пясък, пръст и т. н. Нито един от тези материали няма структура сам по себе си. Умът на детето ви създава структурата.

Нека тук предупредя за нещо родителите. Понякога те зле разбират защо толкова настояваме да се насърчава „съзидателността“ на детето и си мислят: „В края на краищата това не е толкова важно, не смятам, че детето ми иска да стане артист.“ Само че изобщо не става дума за това. Вие не се опитвате да направите детето си артист, а да развиете творческия му дух. Давате му възможност да затвърди доверието в себе си, като вижда, че е способно да създава ред и структура от безформени материали. Засилвате неговата чувствителност, съзнанието му за реалностите, оригиналността и способността му да се приспособява. Тези качества на „творческия дух“ са необходими във всяка човешка дейност.

Вече отбелязах колко важно е свободното изразяване на чувствата за душевното здраве на детето. Но то е от голямо значение и за максималното развитие на неговата интелигентност. Бихте помогнали на детето си по-лесно да достигне до подсъзнанието си, като го насърчавате да назовава това, което изпитва. Трябва да го научите, че няма *истина* и *лъжа*, *добро* и *зло*, когато става дума за чувства и мисли. Истината и лъжата, доброто и злото се отнасят само до действията, до външното поведение, не и до чувствата и интимните мисли. Един от най-добрите начини да отнемете всяка оригиналност на някого е да му внушите,

докато е дете, че някои представи и чувства са лоши или добри. А всъщност колкото по-способен е индивидът на оригинални, нови и революционни идеи, толкова по-голям ще бъде професионалният му успех.

Дейвид Ожилви, един от най-изобретателните и надарени публицисти, съвсем правилно казва:

Творчеството изисква нещо повече от ум. Основното в една нова, оригинална мисъл, не може да се изрази с думи. То блика от смътните ни изживявания, озарени от внезапни интуиции, дошли от несъзнаваното. Повечето бизнесмени са неспособни на оригинално мислене, защото не могат да отхвърлят тиранията на разума. Защото въображението им е блокирано.

...Аз лично съм си създал техники за поддържане на телефонен контакт с моето несъзнавано в случай, че този „склад“, побрал какво ли не в насипно състояние, има нещо да ми съобщи. Слушам много музика, дълго се къпя с гореща вода, занимавам се с градинарство, правя дълги разходки извън града. Често си давам почивка, за да освободя мозъка, си никакви коктейли, никакъв голф, тенис, бридж, нищо, което да изисква умствено съсредоточаване. И тъй като по този начин оставам на разположение на несъзнаваното, то ми изпраща непрекъснат поток от телеграфски сигнали. Те са суровината за публицистичното ми творчество.

За да помогнете на детето си да стане човек с такъв творчески дух е необходимо да го насърчавате да изразява чувствата си. Именно чрез тях и детето, и възрастният получават достъп до несъзнаваното, откъдето пристигат творческите пориви и големите идеи. Сухият, педантичен и скучен възрастен не поддържа никакви отношения със своето несъзнавано, защото е затръшвал вратата пред живота на чувствата.

Нека отворим вратите на афективния живот, докато децата ни са малки, и никога да не ги затваряме.

Задължително е да подхранваме въображението на деца-та си. Нашето време е склонно да се насочва само към фактите и да пренебрегва фантазията. Съществуват много хубави детски книжки, описващи реални неща, и твърде малко, основани на измислицата. А капризното въображение трябва да се поддържа, не да се потиска. Дете, пораснало без мама и татко да са му чели книги като „Алиса в страната на чудесата“ или „Малкият принц“, е било лишено от едно голямо фантазно богатство.

Прибягвайте и до дейности, които не са свързани с езика, като музиката, танца, пластичните изкуства. Те дават на детето възможност да изразява чувствата си и да развива въображението и фантазията си.

Разправяйте му приказки и го насърчавайте и то да разправя. Има голяма разлика между прочетена и *разказана* приказка. Когато разказвачът сте самият вие, детето ще повярва в собствената си способност да измисля приказки.

Децата особено се радват на истории, в които става дума за детските ви преживявания, и по-специално за тези, които сте имали „на тяхната възраст“. Позволявайте си да преувеличите, за да стане случката по-интересна. (Аз лично разполагах със серия от разкази за едно малко момиченце, наречено Съмър Умър Боу Боу, което правеше огромна шоколадова торта, толкова голяма, че стърчеше над покрива на къщата.)

Когато разказвате, сменяйте ритъма. В някои моменти говорете много бързо, в други бавно и театрално. Нека и гласът ви да е ту висок, ту съвсем тихичък. При всеки възможен случай използвайте звуци и звукови ефекти, защото децата в предучилищна възраст ги харесват: „Пчелата отлетяла - бззз... " или „И старото влакче потеглило - пуф-паф, пуф-паф!"

Има едно добро средство да подтикнете детето само да разказва. Намерете интересна картинка в някое списание и му покажете как става, като му разправите кратка история по картинката. След това му покажете друга картинка и го оставете и то да опита.

Друг метод: разкажете началото и предложете на детето да измисли края. Когато в семейството има повече деца, те могат да разправят подред, като всяко казва по едно изречение.

Някои от вас сигурно ще поклатят глава: „Няма да стане. Не умея да разказвам!" Ако случаят е такъв, ще ви издам една окуражаваща тайна: дори да сте най-несръчният, най-некадърният разказвач на света, за хлапето си ще бъдете фантастичен! Никога няма да имате по-добра публика, така че не губете увереност, опитайте.

И накрая, за да развият у детето си живо въображение, родителите би трябвало да гледат на живота като на игра: В това отношение хората са твърде различни - някои се държат достолепие и надуто, други по-игриво и "шутовски". *Бъдете такива, каквито сте.* Не се опитвайте да бъдете други, но ако можете да се правите на клоун, ще насърчите детското въображение. Един мой приятел разрязваше тортата за рождения ден на децата си не на правилни парчета като всички, а на кръгчета, квадрати, правъгълници, цветчета. „Така е по-интересно" - твърдеше той.

Необходимо е също да се помогне на децата да си създават „имаго". „Имагото" е неосъзнат умствен образ. Преди време подлагах възрастни хора на тестове за интелигентност, в които частта за аритметиката се въвеждаше със следните думи: „Да видим сега силни ли сте по аритметика." Всеки "път, когато кажех това, поне един от участниците възкликваше: „Този тест няма да го изкарам. Винаги съм бил слаб по аритметика." С други думи у дадения човек несъзнателният умствен образ на аритметиката бе отрицателен, защото детските му контакти с нея са били отрицателни. Така че помогнете на децата си да си създадат положителен образ за предметите, които се преподават в училище.

Как да постигнете това? Погрижете се първият им допир с темата да се извърши в атмосфера на забавление и удоволствие.

Да вземем примера с химията, която дава прекрасни възможности за предучилищни „опити". Разтопяването на сол или захар във вода може да се превърне в „химически експеримент". Както и правенето на прости сладкиши. Не се колебайте да произнесете думата „химия" пред детето си и му предложете да извърши няколко опита. За „лаборатория" използвайте примерно кухненската мивка. Така, когато детето ви започне да учи химия в училище, то отдавна ще си е създадо за нея положителен образ. По същия начин можем да действваме с физиката, чуждите езици, математиката и повечето от училищните предмети, с които желаем да запознаем детето в обстановка на удоволствие и игра.

УЧИЛИЩЕТО ЗАПОЧВА ВКЪЩИ (ВТОРА ЧАСТ)

Как да насърчим развитието на езика у детето ни?

Езикът има два аспекта - устен и писмен. Съществуват няколко начина за стимулиране и на единия, и на другия.

Първият изисква да четете на детето приказки и книжки.

Като начало можете да го заведете в библиотеката още на тригодишна възраст и да му помогнете да си избере книжки. Представете го на библиотекарката и гледайте двамата да се сприятелят.

Учудващо е колко малко родители, които посещават библиотеки, познават библиотекарката на децата си. (Впрочем ако има само една библиотекарка, и тя би ви насочила в избора на детски книжки.)

Библиотекарката може значително да ви помогне да научите детето си да открива богатствата на книжното ѝ царство и да се чувства в него като у дома си.

Свикнете редовно да взимате книги от библиотеката. (Не забравяйте следното: малките деца трудно разбират, че книгите трябва и да се връщат; проявявайте разбиране и търпение - детето не прави разлика между купуване на книга и заемането ѝ за две седмици.)

Но не се ограничавайте с библиотеката. Купете му и книги само за него. За тази цел отделете един час и вижте какво предлага детският щанд в книжарницата.

Много родители не схващат значението на подбора на книгите и гледат да купят какво да е, стига да е по-евтино, от универсалния магазин. Мисля, че грешат. Подборът е от първостепенно значение.

Да се чете на дете е цяло изкуство. Необходимо е преди всичко да го вземете на коленете си или да седнете съвсем близо до него. Така миговете на четене ще представляват нещо повече от интелектуален обмен, те ще бъдат и време на топло и нежно общуване. Преди да започнете да четете, кажете на детето името на автора и заглавието на книгата, както и наименованието на издателството и годината на издаването. Ако книгата е с илюстрации, споменете и художника.

Като действате по този начин, вие насърчавате у детето идеята, че трябва да се интересуваме от човека, който е написал книгата, който е нарисувал картинките, който я е издал, както и от времето, когато това е станало. Подобен навик ще му бъде много полезен в училище, където тези подробности ще придобият литературно и историческо значение.

Когато четете, застанете така, че детето ви да вижда картинките. Показвайте, му по-важните подробности от тях: „Виждаш ли мишката в ъгъла? Какво прави тя според теб?“ Насърчавайте го да забелязва детайлите. Така засилвате неговата наблюдателност, като в същото време му позволявате да участва в четенето активно, а не само пасивно да слуша.

Не четете с монотонен глас. Представете си, че играете в пиеса. Повишавайте и снишавайте тона си, за да наблегнете на текста.

Четете само на едно дете. Много е трудно да се чете на няколко деца на различна възраст. Не ви го препоръчвам.

Трябва ли да му четете често? Колкото ви се ще. Във всеки случай опитайте да прочитате по една цяла; приказка или по една цяла малка книжка всяка вечер.

Има много поредици за деца, които се учат да четат. Аз ги наричам книга с двойно предназначение, защото от една страна те могат да се четат на детето, преди да е тръгнало на училище, а от друга, ще са първите, които само ще пожелае да прочете през последната година в детското училище или в първи клас. Те впрочем много ще му помогнат да се научи да чете, защото ще ги е слушало безброй пъти и ще знае текста наизуст. Ще му бъдат като стари приятели и с тях ще общува далеч по-лесно, отколкото с нови и непознати истории.

Освен да купувате и да взимате книги от библиотеката, абонирайте детето за някой вестник. Децата нямат лична кореспонденция. Адресирано до тях писмо или колет винаги им доставя огромна радост. Изберете измежду младежките списания някое подходящо за възрастта на детето ви. Така то ще свикне да чете списания, както и книги, и то още в предучилищна възраст.

Трябва ли да го запишете в детски клуб по четене? Аз съм по-скоро против. Мнението ми може да ви изненада, но смятам, че вие сте способни на по-сполучлив избор, отколкото клубът по четене. Вече казах, че родителите трябва да използват пълноценно здравия си разум. Ето това е още един случай да го направите. В крайна сметка вие най-добре познавате детето си, вкусовете и предпочитанията му. И ще се спрете тъкмо на книгите, които съответстват на потребностите и вкуса му. Ако живеете далеч от книжарница, помолете книжаря да ви изпраща редовно каталога си. Някои книжари дори ще ви направят извадка.

Втората ви задача в езиковото обучение на детето е да го научите да пише.

Започнете на три години и половина например. Снабдете се с азбука с печатни и ръкописни букви, с флумастер, с който се борави по-удобно, отколкото с молив, или с пастели. Започнете с печатните букви, защото те са по-лесни за писане за начинаещо дете. Детето рано или късно ще се научи да изписва и ръкописните, но е по-добре да се започне с по-простото, за да му се вдъхне увереност.

Според някои детски учителки съществува „начин“, по който децата трябва да пишат буквите. Не им обръщайте внимание. Няма специален „начин“. Нека детето ви изписва буквата както му е удобно. В края на краищата по-късно винаги може да си промени „начина“.

Няма причина да започнете с буквата А и да карате наред до Я. Първо го научете да пише по-лесните букви, след това преминете към по-трудните. Ето един възможен ред за главните печатни букви: Г-Л-И-М-Н-О-П-С-Т-Х-Ш-Щ-Б-В-Е-З-Р-Ц-Ч-Ж-У-Ю-Я. Но и той не е задължителен. Важното е да спазвате правилото на прехода от простото към сложното. А и предложеният ред важи за „децата изобщо“, докато вашето дете не е „дете изобщо“. Така че сигурно съществува ред, валиден *само за него!*

Детето няма веднага да се научи да пише буквите, някои от които, както казах, ще му се сторят по-мъчни. Бъдете търпеливи. Покажете му от колко чертички се състои една буква и му дайте необходимото време. Ако започнете обучението на три години и половина, може би ще му трябва около година за печатните букви. Всичко зависи от него, но нали за никъде не бързате? Детето ви има цял живот пред себе си, не го притеснявайте!

Когато вече е овладяло буквите, които образуват името му (можете да промените горния ред така, че да научи първо тях), покажете му как да ги подреди. Изписването на собственото име е велик момент в живота на детето от предучилищна възраст! То несъмнено ще пожелае да напише и имената на някои други хора, на мама и татко например или на някое свое другарче.

Понякога детето упорито настоява да го научите да пише най-напред собственото си име. Защо не, след като му е интересно? Това е основно правило в педагогиката. Поиска ли детето да научи нещо, отложете онова, което вие сте намислили. Откликнете *незабавно* на желанието му.

С някои изключения ръкописните букви са по-трудни. Не се опитвайте да го учите на тях, преди да е усвоило писането на печатните, освен, разбира се, ако то, а не вие пожелае да то сторите. Когато стигнете дотам, най-напред му покажете, че вече знае някои ръкописни букви и че разликата е само в това, че са по-закръглени от печатните: *и - к - л - м - н - п - р - х, а - о - ъ - с* пък са съвсем еднакви.

Ще му трябва може би още година, за да се научи да пише и тях. И това е съвсем нормално. Имате достатъчно време, никой не ви гони. Дори така, без да бързате, детето ви ще знае да пише, когато тръгне на забавачка.

Съществуват образователни материали, които могат да помогнат на детето ви в това обучение. На пазара се предлагат печатни и ръкописни букви от дърво или пластмаса. Има и намагнитени пластмасови букви, които се поставят върху метално табло, продавано заедно с буквите, или върху всякаква друга метална повърхност. Вратата на хладилника например е забавно табло - оставяйте си върху него „бележки“, с които детето да свиква. Можете и да направите букви от гласпапир със средна големина. След като ги изрежете, залепете ги върху правоъгълен картон, така че детето да следи с пръст очертаванията им.

Предложете му следната игра: да разпознава релефните букви от дърво, пластмаса или гласпапир, като ги опипва със завързани очи. Най-напред играйте с печатни букви, после с ръкописни. Но не смесвайте едните с другите, ще объркате детето.

Третото нещо, с което бихте могли да насърчите езиковото развитие на детето си, е да го научите само да си прави книги.

Правенето на книги е извънредно занимателна дейност. Изберете момент, когато и двамата сте в настроение, и му кажете: „Хайде сега да направим книга. Мама ще ти покаже как. Тя ще бъде твоя книга!“ За целта ще ви трябват стари списания, особено такива, в които има много илюстрации, ножици, хартия, телбод или тънък конец (за да свържете страниците), картон за кориците, флумастери, пастели или цветни моливи.

Има два вида книги - едните пишете вие, а детето ви диктува; другите то пише самд, когато усвои писането. Започнете, естествено, с първите. Както за всички образователни игри, подходящата възраст за начало е третата година - тя е време на равновесие и тогава детето е по-сговорчиво, отколкото през първото юношество между две и три години.

Какъв да е сюжетът на книгата? Оставете детето само да реши. Може би ще пожелае да напише книга за кучетата или камиончетата, или куклите, или пък за динозаврите, за посещенията у баба си, за костенурката си!... Все едно! Точно това му е хубавото. Не се мъчете да избирате тема на книгата, след като тя ще си е само негова. Кажете просто: „За да

се направи книга, трябва да се разказва и да се записва. Ти ще разказваш, аз ще записвам. Хайде, започваме."

Ето един истински пример за книга, диктувана от тригодишно момченце на майка му, след като тя го попитала за какво иска да е книгата, а то отговорило: „За Ватман“.

- Добре, отлично. Какво искаш да кажеш за Ватман? - Че е добър.

- Хубаво. Това ще е първата страница.

И майката написала бавно и внимателно с големи букви на първата страница: „Ватман е добър.“ Нямала подръка картинка с образа на Ватман, но оставила място, та момченцето да го нарисува или да залепи негова картинка. После попитала:

- Какво още искаш да кажеш за Ватман?

- Той помага на полицаите да ловят бандитите. Майката написала това изречение на втората страница и така продължила с по една фраза на страница. Отбелязала всичко, което й продиктувало детето, без да се замисля дали не е могло да избере по-интересна тема или да се изразява на по-добър стил, защото това било само негова книга, не нейна.

- И какво още искаш да кажеш за Ватман?

- Робин е най-добрият му приятел.

И това изречение се появило на следващата страница, като детето диктувало, а майката пишела.

Ето, толкова е просто! Докато детето е увлечено от темата и диктува, пишете. Когато интересът му отслабне, време е да завършвате книгата.

Измислете набързо някое заключение и сложете точка, Използвайте и печатни, и ръкописни букви точно като в истинска книга, дори детето да не знае още да чете. Ако си служите само с печатни букви, написаното няма да прилича на истинско.

Щом свършите книгата, прочетете я на глас. Всъщност детето сигурно ще ви помоли да я препрочетете два-три, пъти, защото само я е направило и й придава голяма стойност. Тя е наистина *неговата книга*.

Заглавието на първата книга трябва да съдържа името на детето. Напишете върху картонената корица „Книгата на Дани“. После поискайте от някого, наемете, откраднете,; ако щете, един полароид, снимайте детето и залепете снимката му върху корицата. За предпочитане е да използвате полароид, тъй като така ще можете да направите снимка веднага след свършването на книгата, което е къде-къде по-приятно! Ако нямате полароид, използвайте някоя стара негова снимка. Но нека във всички случаи лицето му да краси корицата. Това ще придаде на първата му книга изключителност, каквато тя заслужава. Следващите книги . могат да носят заглавие, свързано с темата, например: „Моята костенурка“, „На гости у баба“ или „Динозаврите“, но на корицата на първата непременно трябва да фигурира името му. Освен това след всяко ново заглавие добавяйте: „от Дани Джоунс“ - нали детето ви наистина е авторът!

Никоя друга дейност не допринася за придобиването на увереност в себе си в областта на устния и писмен език повече от писането на собствени книги.

В началото детето ще ви ги диктува. По-късно, когато се научи да пише, ще работи само, а вие само ще го насочвате в правописа.

Стигне ли до този стадий, не бива да го критикувате за кривите букви или за начина му на пренасяне. Ако му посочите всички грешки, ще го обезсърчите в писателската му кариера. За момента ролята ви се ограничава до това да приемате и да го поздравявате за произведенията му.

Важно е темата и структурата на фразите да бъдат негови, а не ваши. На четиригодишна възраст синът ми знаеше цялата азбука и в един момент реши да напише първото си изречение. Какво мислите, че бе то? „Дик играе“ или „Джейн тича“? Нищо подобно. Първото му изречение бе за по-голямата му сестра и гласеше: „Робин е лоша“!

Когато темата и формата наистина произлизат от детето, то е силно мотивирано да напише книгата. А вие сте сигурни, че тази дейност го интересува и му харесва. Възможно е да ви продиктува една книга и после само да напише друга. Това ще го насърчи да продължи да развива устния и писмения си език и да иска да пише все повече книги.

Ако в близката библиотека или в службата ви има фото-копирна машина, използвайте я, за да прибавите нещо уникално към изработването на книгата. Детето ви ще бъде очаровано, когато разбере, че могат да се правят и копия. Така ще има екземпляри, които да подари на другарчетата си, да изпрати на баба или да занесе в детското училище. Получените поздравления ще го подтикнат да продължи предучилищната си писателска кариера. Няма нищо по-приятно за един автор, бил той на три или четири години, от поздравленията на читателите му.

За да насърчите езиковото развитие на детето си, добре е също да събудите любопитството му към думите и смисъла им.

Това би следвало да е част от всекидневието ви. Дайте му да разгледа пакетите с пуканки, бисквити или кутиите сладолед в магазина. Когато пътувате с кола и видите табели, насочвайте вниманието му върху думите: „стоп“, „паркирането забранено“, „продава се“, „играчки“, „сладолед“, „ресторант“ и т. н. Гледате ли заедно телевизия, показвайте му думите на екрана (хем така по-лесно ще понесете рекламите). Ако по този естествен и непринуден начин пробуждате интереса му, то много бързо ще започне да ви пита какво означава една или друга дума. Така ще узнаете, че у него се е зародило любопитство към езика, което ще насърчи желанието му да се научи да чете.

Научете детето си да чете

Петата ви задача е да дадете на детето си възможност да се научи да чете.

Четенето е единствената „наука“, единствената техника, която ще му е необходима през целия училищен живот. Каквото и да учи, ще трябва да знае да чете. Качеството и бързината на четенето са решаващ фактор за успеха по всички предмети.

Несъмнено знаете, че проблемът с четенето е обект на много спорове. Трябва ли да чакаме детето да навърши шест години и да тръгне на училище, за да го научим да чете, или да започнем по-рано, е въпросът, който разделя педагозите. Майката ли да научи детето да

чете или само учителят е компетентен в тази област? Изследванията на д-р Долорес Дъркин дават отговор и на двата въпроса.

Д-р Дъркин наблюдавала деца, научили се да четат, преди да тръгнат на училище. Опитала се да разбере как са направили това, след като не са били обект на професионално обучение. Работила с 5103 ученика в първи клас на държавните училища в Оукланд, Калифорния. От тях 49 вече знаели да четат.

Проследила развитието на децата през всичките години на началното училище, като всяка година проверявала чрез тестове качеството на уменията им да четат. Групата на четирийсет и деветте останала начело през целия начален курс. (Тези резултати опровергават бабешките твърдения, според които няма смисъл да се учат децата да четат много рано, тъй като научилите се по-късно и без това ще ги настигнат.) Изследванията на д-р Дъркин показват, че „късните“ деца не догонват „ранните“, не и в началното училище (за по-горните класове тестове не са правени).

Какъв е случаят с тези ранни читатели? Д-р Дъркин констатира, че те не се различавали особено от другите деца по интелигентност и като личности. *Разликата била не в децата, а в родителите, и по-специално в майките.* Майките успели да им създадат по-добра стимулираща среда. Затова и се научили да четат по-рано. За да бъдем по-точни, нека кажем, че всяка от тези 49 майки имала в дома си черна дъска, за да може детето ѝ да рисува и пише на нея, преди да тръгне на училище.

Във второ изследване, направено в Ню Йорк, д-р Дъркин разделила децата на две групи, едната експериментална, другата контролна. Експерименталната се състояла от трийсет деца, научили се да четат, преди да тръгнат на училище, а контролната - от други трийсет деца, които на същата възраст не знаели да четат.

Децата от двете групи имали еднакво ниво на интелигентност, установено с тестовете на Станфорд-Бинет. Така била отстранена възможността децата от първата група да са се научили да четат поради по-голямата си надареност.

И този път сравнили качеството на уменията на децата да четат, като експерименталната група била определено по-напреднала. Не само това. Тя запазила аванса си през целия период на опита - трите първи години от началното училище.

Значи имало две групи еднакво интелигентни деца. Д-р Дъркин си поставила въпроса: защо едната група се е научила да чете, преди да тръгне на училище, а другата не.

Дали пък това не се дължало на личностите на децата? Не. Д-р Дъркин получила от учителите точни сведения за особеностите на децата и установила, че между двете групи нямало чувствителни отлики. Всъщност тя не открила *никаква* истинска разлика между тях. Защо тогава едната знаела да чете преди другата? Точно тук д-р Дъркин формулирала решаващото си заключение: *разликата не била в децата, а в майките им.* Майките на децата от първата група успели да създадат в дома си по-стимулираща среда от майките на късно научилите се да четат.

Какво правили те в повече от другите?

Чели на децата си още в предучилищната им възраст. Осигурили им материали, които да пробудят интереса им към четенето. Дали на детето си хартия, моливи и флумастери) за да

драска, рисува и пише. Снабдили го с книги, които купували или взимали от библиотеката. До една поставили в дома си черна дъска.

Насърчавали желанието на детето си да опознае значението на думите, когато го водели на пазар, когато гледали заедно телевизия или при други случаи от всекидневието.

Обяснявали му смисъла на думите и го научили да ги пише.

Тези майки се проявявали различно от другите не само с действията си, но и с мненията и принципите си.

Смятали, че родителите трябва да обучават децата в предучилищна възраст в техниката на четенето.

Отказвали да повярват, че само учител може да научи детето им да чете.

С други думи: майките на децата, които не се научили да четат рано, мислели, че само учителите и учителките могат да преподават четене. А майките на ранните читатели намирали за желателно сами да научат детето си да чете още преди да тръгне на училище.

Всички констатации, които цитирах, се опират на цифри и разлики в процентите между двете групи майки. Според специалистите тези разлики са показателни в статистически план.

Но има и едно друго важно наблюдение, което не може лесно да се изрази в цифри, но което позволило на д-р Дъркин да определи основното различие между двете групи майки. Майките на децата, които не знаели да четат, до една се обявявали за „много заети“. Непрекъснато повтаряли тези думи, когато говорели за себе си и живота си. Твърдели, че не им достигало време, за да се посветят изцяло на децата си. Докато майките на ранните читатели не казвали нищо подобно. Когато обаче сравнила двете групи, д-р Дъркин установила, че „заетите“ майки всъщност не вършели нищо в повече и нямали повече отговорности от „незаетите“.

Последните впрочем извличали много радост от заниманията ей с децата. Една от тях се изразила така: „Живо удоволствие е това дете!“ Майката на дете от групата на „незнаещите“ усещала присъствието му като тегоба, когато го водела със себе си на пазар. Детето я притеснявало и й пречело да направи покупките си рационално и бързо. Докато майката на един от младите читатели, която имала същото задължение - да пазарува за семейството, - автоматично превръщала задачата си в истинско приключение за детето си. Казвала му: „Да видим сега какво пише върху кутиите с царевични зърна. Върху тази - „Капитан Крънч“, а върху тази - „Пуканки“.

Изследванията на д-р Дъркин показват, че родителите могат да научат децата си да четат много рано. И също, че ранните читатели са най-добрите в класа си и остават такива, що се отнася до четенето, до края на експерименталния период. Че ранните читатели не са специално надарени деца. Че не се различават от останалите нито като личности, нито по интелигентност. Чисто и *просто ранните читатели имат различна майка*.

Резултатите от работата на д-р Дъркин разкриват завладяващи перспективи пред майките на деца в предучилищна възраст. Те означават, че ако искате детето ви да бъде добър ученик, можете да го постигнете. Означават, че ако на тази възраст му осигурите стимулираща среда, твърде вероятно е да има добър успех в училище. Няма как да не сте

забелязали, че майките на онези ранни читатели са правели точно каквото ви посъветвах да правите за детето си през годините, предшестваци училищната му кариера.

Четенето и детето в предучилищна възраст

В наши дни има тенденция четене да се преподава единствено на шестгодишни деца и в първи клас. Многобройни опити показват обаче, че ако някои деца се научават да четат на шест, дори на седем или осем години, други са достатъчно узрели за тази дейност още на четири или пет.

Като се има предвид следователно, че е **възможно** да се научи детето да чете преди първи клас, се поставя въпросът: необходимо ли е това?

От 1967 г. насам сме въвели в детското ни училище в Ла Примера часове по четене през последната година, като използваме материала за програмирано обучение .на д-р Съливан от Пало Алто. философията на преподаването е проста: децата не бива да се притискат, нито насилват. Вярваме в това, което наричаме обучение „по листа“. Също като в ресторанта детето може да хапне нещо или да откаже да яде от образователното меню. Фонетичното обучение, упражненията за езиково развитие и четенето са само „ястия“ като всички други.

Тринайсет деца посещаваха доброволно часовете по четене през 1967 г. Всички с изключение на едно знаеха да четат още преди края на годината.

През 1968 г. групата се състоеше от петнайсет деца и тринайсет от тях се научиха да четат. Под „научиха се да четат“ разбирам, че се справяха с упражненията по четене от първи клас. Някои правеха и упражненията за трети клас.

През следващата година сформирахме експериментална група с четиригодишни деца. Обяснихме на родителите, че става дума именно за „експеримент“. В класа имаше четиринайсет ученика. Две от децата се научиха да четат, като едното достигна до упражненията за първи клас, а другото, което бе много надарено, до тези за пети клас. Минимумът, овладян от останалите дванайсет, се състоеше в умението да правят упражнения, въвеждащи ги в четенето и фонетиката.

Тази година най-малкият ми син Ръсти е записан в този експериментален клас. Искрено казано не сме сигурни, че ще се научи да чете до края на годината, но знаем, че обожава заниманията и мрази да отсъства, когато е болен. Знам също, че онзи ден в ресторанта ми каза: „Татко, салам започва с буквата с.“

Убеден съм, че да се учи детето да чете на четири или пет години му е от полза и в интелектуално, и в афективно отношение.

Преди всичко, когато дете на тази възраст се научи да чете, неговата самостоятелност, доверието му в себе си, самодисциплината му получават забележителен подтик. От този момент нататък то може да долавя всякакви сигнали, препоръки и послания на културата ни.

Един забавен пример за това ни бе Даден от сина ми Ранди, когато се научи да чете в края на детското училище преди шест години. Бяхме отишли заедно на пазар и по едно време му се припишка. Посочи надписа над вратата на тоалетната и гордо обяви: „Там пише „мъже“, значи мога да отида сам!“

Второ, четенето отваря за детето многобройни интелектуални „врати“, дава му свободен достъп до много знания и удоволствия, които преди това са му били забранени.

Трето, ако научите детето си да чете на четири или на пет години, когато влезе в първи клас на шест, ще сте му спестили една голяма принуда! Как ли? Ами никой не изисква от четири или петгодишното дете да знае да чете, докато в нашата културна система стигне ли то магическите шест години, обществото очаква и настоява да започне да го прави тъкмо тогава. Не успее ли, ще изпита чувство за поражение. И това ако не е принуда! След като е вредно да се насилва четири или петгодишно дете, как изведнъж натискът става благотворен година по-късно?

Четвърто, за четири или петгодишните деца фонетичните упражнения са забавни. Те обичат да повтарят, да си играят със звуците. Спомнете си какво казах в шеста глава за чародейното въздействие на езика, на думите и звуците върху четиригодишните деца. На тази възраст децата изпитват удоволствие от устните упражнения и повторението. Обаче същата тази фонетика, която приемат с въодушевление на четири години, може да им се стори досадна на шест.

Понятието „зрелост“ по отношение на четенето, което бе твърде полезно преди двайсет и пет години, е добило в наши дни абсолютно и преувеличено значение, като често ни пречи да видим ясно реалността, Думите на д-р Джеймс Хаймс, който иначе е специалист в областта на предучилищното обучение, добре илюстрират този факт. Д-р Хаймс е написал много отлични книги и статии за възпитанието през първите години и не оспорвам авторитета му. Но не мога да се съглася с него, когато казва:

Ние носим у себе си наше собствено разписание. Наш личен ритъм на растеж... Не можем да попречим на детето да пълзи... не -на един месец, а когато достигне възрастта на пълзенето. Не можем да му попречим да се катери по стълбите... не на шест месеца, а когато достигне възрастта на катеренето. Не можем да му попречим да проговори, не на десет месеца, а когато достигне възрастта на говоренето. Същото важи и за четенето.

Този цитат, който отразява мнението на много хора за обучението през първите години, предполага, че готовността за пълзене, ходене, говорене или четене произлиза от една и съща тайнствена способност, заложена в детето. Подобна гледна точка умишлено пренебрегва влиянието на средата върху развитието на уменията ни да усвояваме различни техники.

Научната истина е, че може да се забави пълзенето на детето. Припомнете си наблюденията на д-р Денис в сиропиталищата на Техеран, които цитирах в глава 2. Зловещите и затыпяващи условия в тези заведения са забавяли и пълзенето, и прохождането на децата. Ако не дадем на детето възможност да се научи на нова техника, като например да боядисва с пръст или да кара колело, или да чете, това най-малкото ще отложи усвояването ѝ.

Така че нека не твърдим, че детето не възприема новата техника, понеже още не е развило „естествената си способност“ за нея. Нека по-скоро приемем, че не я е възприело, защото не сме го учили на това!

Стане ли дума за ранно обучение, много хора казват: „Не е спешно! Защо да учим да чете дете на четири или пет години, след като още не е „готово“ за това? Защо да го лишаваме от детството му?“ Бих обърнал внимание на факта, че този аргумент е нож с две остриета. Да предположим, че някой попита (чудна работа, още никой не е попитал): „Защо да учим да чете дете на шест години? Закъде бързаеме? Може би то още не е „готово“. Затова нека прави нещо

друго в първи клас. Няма да го учим да чете." Бихте ли приели това? Не и аз. И мисля, че много хора също не биха го приели. Само че аргументът е две остриета, този за „готовото“ дете, е един и същ на пет, както и на шест или седем години: „Няма нищо спешно!“ От различните научни данни заключавам, че да се учи да чете дете на четири или пет години е полезно не само в интелектуален, но и в афективен план. Умението да чете силно насърчава себе-представата на детето и укрепва чувството му на задоволство и вяра в себе си. Новоусвоената техника му позволява да разбира какво пише в книгите, по афишите, да вниква в обясненията и начините на употреба, да схваща света както никога дотогава.

Затова казвам на привържениците на формулата „Не е спешно!“: преразгледайте мнението си. И вие, и аз разполагаме с едни и същи данни, а правим от тях различни изводи. Вие стигате до заключението, че е нецелесъобразно да се учи да чете дете, което още не ходи на училище, въпреки че науката доказва обратното.

Групата, към която принадлежа,, заключава, че като цяло е добре да се учи детето да чете още в предучилищна възраст, че е полезно и за интелектуалното, и за афективното му развитие. Двете групи стигат до различни изводи на базата на едни и същи факти, защото тръгват от различни предпоставки,

Аз лично съм сигурен в себе си, твърдейки, че е добре да "се даде на децата възможност да се научат да четат още в детското училище. Признавам обаче, че имам резерви, когато обучението се извършва *от родителите*.

Вредно е да се оказва натиск върху детето дори за да се научи да боядисва с пръст! А прекалено добре знам, че много днешни родители се стремят децата им да „изпреварят“ другите. И започват принудително да ги подтикват към това още в предучилищна възраст. Познавам явлението, защото съм лекувал деца, притискани и насилвани от родителите си. Резултатът: децата стават слаби ученици, сякаш несъзнателно искат да накажат мама и татко, че прекалено рано са ги карали да учат. Този вид принуда може наистина да окаже обратен ефект и да доведе до катастрофални резултати.

Преди няколко години, когато веднъж ровех из детските книжки в кварталната книжарница, влезе една млада майка и поиска от продавача „книгата, в която се обяснява как да научим бебето да чете“. Продавачът не бе чувал за нея, а майката обясни: „Изглежда, че може да се започне на десет месеца, а дъщеря ми е вече на годинка!“

Изтръпнах, като чух как тази майка нямаше търпение да „натъпче“ с четене едногодишното си бебе! Смешно е да се опитваме да учим да чете дете на тази възраст.

Знаех заглавието на книгата, но не й го казах.

Когато майката се опитва да принуди детето си да чете или да усвои каквато и да е друга форма на интелектуална дейност, тя му причинява повече зло, отколкото добро. Въпросният феномен е много забавно илюстриран в наскоро излязлата книга на Шейла Гринуолд „Историята на моя живот“:

Още щом се родих, родителите ми се погрижиха да направят от мен първенец по всичко. На две години ме заведоха в Ню Хейвън. Затвориха ме в една стаичка, за да се науча да пиша на машина. Не научиш ли това на две години, значи просто си губиш времето. Когато двегодишното дете, което не знае да пише на машина, срещне свое другарче, което знае, то се чувства объркано, унижено и от този миг нататък става последно по всичко. На две години и половина ме изпратиха на училище, за да си играя с образователен

материал. Показах блестящи резултати в беленето на моркови. Не си губех времето в лекомислени и безполезни дейности. Научих, се да разпознавам материите и цветовете.

На три години мама ме научи да чета. Не знаеш, ли да четеш на тази възраст, все едно си губиш времето. Нечетящите деца не напредват в училище и остават последни по всичко. Родителите ми никога не са пренебрегвали социалния аспект на развитието ми. Непрекъснато бях в контакт с други деца.

След училище ходех в група за отдих. Никога не е прекалено рано да установиш наложителните връзки с деца на своята възраст. Ако не стори това навреме, детето няма да може да се разбира с другарите си, когато тръгне на училище. Тогава то не напредва и става последно по всичко. Започнах да уча музика на три години и половина. Биех барабана и подскачах като маймуна, което не ми изглеждаше особено сериозно, обаче ме обогатяваше, така че ще бъда първенец по всичко по отношение на музиката.

Сега съм на четири години и вярвам в себе си. Когато през есента вляза в избраната от мен детска градина, ще бъда изпълнен с решителност и готов да посрещни всяка ситуация. Ще започна да се превръщам в първенец по всичко! Когато порасна, искам да стана боклукчия.

Този текст не е толкова хумористичен, колкото би могло да ви се стори, като се имат предвид всички деца от САЩ, чиито родители ги подлагат на принудително преждевременно обучение, за да ги превърнат във феномени. Надявам се да устоите на изкушението да насилвате детето си, когато му създавате стимулираща среда. Възможно е да го принудите да се научи да чете рано, но рискувате да предизвикате у него афективни проблеми, които по-късно ще го отведат при психолога. Ако имате съмнения, оставете детето намира.

Въвеждане в математиката

И математиката като езика е жизненоважна област, в която детето ви се нуждае от стимулиране, преди да тръгне на училище.

За беда тази тема причинява голямо безпокойство на много родители. Повечето охотно се съгласяват да учат децата си да пишат, да произнасят буквите от азбуката и т. н. - все неща, които са им близки.

Докато математиката ги смущава, освен ако не са инженери или хора на точните науки. Нещата се влошиха след въвеждането на модерната математика. Родителите чуват да се говори за „теория на множествата“, за „втора база“, „модулна аритметика“ и други съвсем нови за тях неща. Още в началното училище децата изучават аритметиката по коренно различни методи от познатите на родителите им. Непосредственият резултат е, че последните започват да се чувстват несигурни по отношение на математиката изобщо.

Успокойте се. Методът, който ще ви предложи, за да посветите децата си в математиката, е основан на пълното ви невежество по въпроса. Предлагам ви да си послужите за тази цел с вече споменатите линейки на Кюизнер.

Те могат да се използват от тригодишно дете. Ще видите какво чудесно пособие са и с положителност ще съжалите, че когато сте били деца, не сте учили математика и аритметика по този начин.

Как да научим детето да брои

Междувременно научете детето си да брои, макар това да не е толкова лесно, колкото си мислите.

Много родители само си въобразяват, че детето им знае да брои. Те казват „Ричард, покажи на чичо си Джими, че можеш да броиш до двайсет!“ Детето охотно изрежда числата от едно до двайсет и чичо Джими съвсем правилно е впечатлен. Но ако чичото постави пред Ричард двайсет копчета и му каже: „Ричард, я да видим можеш ли да преброиш тези копчета“, родителите веднага ще си дадат сметка за разликата между умението да броиш и наизустяването на двайсет цифри!

Броенето е толкова важна част от аритметиката и математиката, че си струва детето ви да го усвои. Както и с писането, започнете, когато то стане на около три години.

Необходими ви са няколко предмета като копчета или кубчета. Нека да са копчета.

Сложете три, не повече, копчета пред детето си, на разстояние едно от друго, за да ги вижда добре и да не се обърка. Обяснете му правилата на новата игра, която бихте могли да наречете „игра на броене“. (Не забравяйте, че е винаги добре да представяте обучението като игра.)

Кажете му: „Сега ще докосваме с пръст всяко от копчетата, но само по веднъж. Щом пръстчето ти докосне копчето, ще му дадеш номер. Значи започваме. Трябва да разберем колко са копчетата. Поставям пръста си на първото копче и казвам „едно“. След това минавам на другото копче и казвам „две“, после на следващото и казвам „три“. Значи копчетата са три. Виждаме три копчета и докосваме три копчета.“

Хайде сега пак. Но нека най-напред им сменим местата и ги разбъркаме. Местя ги, за да не си помислиш, че червеното копче е винаги „едно“, а зеленото винаги „три“. Първото копче, което пипнем, се нарича „едно“, каквито и да са цветът и големината му, а „две“ е името на второто копче, каквито и да са цветът и големината му.“

Една подробност: гледайте винаги да броите копчетата от ляво надясно, тоест в посоката на четенето и писането.

Изиграйте няколко пъти тази игра. После оставете детето да брои, като му помагате по малко. Хванете пръстчето му, поставете го върху копчето и отбройте „едно“. Накарайте го да каже високо „едно“.

След като поиграете заедно, нека да опита съвсем само. Ако не успява, пак му помогнете, докато усвои процеса на броенето. Похвалете го и не забравяйте, че не бива да го насилвате. Играйте на тази игра не повече от пет минути, дори ако възприема бързо.

Опитайте се да я играете всеки ден. Когато детето започне с лекота да се справя с трите копчета, прибавете още, като постепенно стигнете до десет.

Използвайте всяка възможност да играете на броене и с други предмети, като внимавате всички те - ключове, портокали или ябълки, да са едновременно в ползрението му. Иначе играта става прекалено трудна. Да брои например камионите, които минават по

пътя, когато сте в кола, е почти непосилно за детето, именно защото те не са едновременно в полезрението му. Насочете се по-скоро към предмети като портокали, ябълки, кутии или пакети, купени в магазина.

След три-четири месеца прибавете към играта ново правило. Накарайте детето да отделя предметите, които е преброило, и дати трупа на купчина. Така те ще сменят местоположението си. Първо направете това, вие, после го оставете да опита само.

Щом се справи, въведете ново изискване - поставете десет копчета на пода. Покажете му как да спре да брой до пет, като вдигнете от пода пет копчета и произнасяте на глас „едно, две, три, четири, пет“.

Тогава кажете: „Добре. Сега е твой ред. Брой до пет и спри.“ Ако успее, похвалете го, ако не, покажете му още веднъж и го накарайте и то да опита още веднъж. Възможно е детето ви да се обърка от тази нова игра. Дръжте се мило и търпеливо и то постепенно ще свикне.

Най-трудно ще му е да брой от шест до десет. Не се тревожете, и на това ще се научи, ако го упражнявате и проявявате търпение. Като борави с конкретни предмети, които могат да се броят, детето ви ще усвои основните принципи на смятането. Ако започнете да го учите на тригодишна възраст, на четири години вероятно ще е наясно с главните механизми.

Забележете, че и двете математически игри, които споменах - линейките на Кюизнер и играта на броене, - се основават на боравенето с конкретни предмети. Една от причините, поради които толкова възрастни и деца имат трудности с аритметиката и математиката, е, че още отначало са ги карали да нанасят числа и абстрактни символи върху хартия, вместо да си служат с конкретни неща.

Обърнете внимание на разликата между усвояването на речта и усвояването на математиката. Обикновено децата много по-лесно се учат да говорят. Поради две причини:

- първо, езикът предполага мислене с думи, докато математиката изисква да се мисли с цифри и форми. За децата първото е много по-лесно от второто. Ако им дадем малко повече време и възможност да възприемат цифри и форми, те ще бъдат далеч по-силни по математика. Нашата култура ги подлага на истинска „бомбардировка“ от думи по телевизията, радиото, във вестниците, списанията и книгите. Но не бих казал, че ги засипва с цифри и форми;

- второ, ние си въобразяваме, че децата ни ще научат аритметиката и математиката и без да преминат през школата на конкретните предмети. Само че именно чрез тях те усвояват абстрактните принципи на двете науки. Децата, които са си играли с линейките на Кюизнер и са броили копчета няколко години преди началното училище, са много по-добре подготвени за аритметиката и математиката в сравнение с останалите.

Усвояване на цифрите и числата

Сега вече можете да покажете на детето си как се пишат с цифри изброените от него числа. Предлагам ви да направите това, когато детето навърши четири години или малко порано.

Нанесете числата от 0 до 10 върху голям картон и го окачете в стаята му. Можете да ги напишете и върху черната му дъска или с пастели върху голям лист хартия. Помогнете му да разчита цифрите, после да ги изписва само. (Между другото не е необходимо да правите разлика между цифри и числа. Детето ви ще се запознае с нея, когато започне да изучава модерна математика в началното училище. Самият аз не правя тук тази разлика, защото не е нужно родителите да я обясняват на дете в предучилищна възраст. То трудно ще я схване. Така че дори ако знаете, че всъщност трябва да казвате „цифрата две“ или „цифрата 6“, а не числото 3 и числото 6, не го занимавайте с това. Изчакайте -малко по-късно то само ще открие абстрактните понятия.)

Назовете всеки символ: „Тази цифра се нарича едно.“

Полезно е да разполагате с конкретни материали като комплект цифри от пластмаса или дърво. Предложете на детето да очертае контурите им с молив или да почувства формата им, като ги опипва с пръсти. Можете също да направите като с буквите - да изрежете цифрите от гласпапир и да ги залепите върху картон.

Помогнете на детето да се научи да пише цифрите върху хартия с флумастер или пастел, или върху черната дъска с тебешир. Обърнете му внимание върху характерните черти на всяка цифра:

- 0 здравата се е надула;
- 1 е дълга чертичка с клюмнала главичка;
- 2 е кукичка, стъпила ей тукичка;
- 3 като „3“ напиши;
- 4 е дълга чертичка със свита ръчичка;
- 5 си има таке и шкембе отпред;
- 6 е малко „о“ с щръкнало ухо;
- 7 има таке на главата и коланче по средата;
- 8 е куличка от две нулички;
- 9 е малко „о“ с клепнало ухо;
- 10 се пише с 1 и едно голямо „О“.

Повечето от тези символи ще се сторят на детето ви по-трудни за заучаване от много букви от азбуката. Конфигурацията на цифрите е по-сложна. Бъдете търпеливи, докато детето ви прави усилия да овладее новите знаци и главно, когато допуска тъй често срещаната при децата грешка да смесва 6 с 9.

Докато го учите на цифрите, можете да играете с него на игри, в които то да ги повтаря и познава. Вземете картон, върху който сте ги изписали. Посочете му една от тях и попитайте: „Коя е тази цифра?“ Ако познае, похвалете го: „Много добре“. Ако сбърка, поправете то: „Това е седем“ -и минете на някоя друга.

Разнообразете играта, като го помолите да открива цифрите: „Намери ми едно четири. Добре! Сега едно осем.“

През последния етап от усвояването на цифрите детето се учи да отделя символа от обичайния му контекст. Вместо да му показвате подредени цифри, използвайте черната дъска и тебешира или белия лист и пастела. Кажете му: „Сега ще напиша едно число. Хайде да видим ще го познаеш ли.“ Ако успее, пак го похвалете: „Браво!“ В противен случай уточнете: „Не, това е четири. Хайде да опитаме с друга цифра!“ Крайно важно е детето ви да схване, че нулата също е число. Много родители не са достатъчно ясни по този въпрос и смятат, че нулата отговаря на „нищо“ или „никой“, което не е вярно. Нещата стават разбираеми, ако вземем например числата 43 и 403. В 43 няма *нищо* между 4 и 3. В 403 между 4 и 3 има *нула*. Ще рече, че имаме четири стотици и три единици, което, разбира се, е много различно от 43.

Някои малки песнички също могат да помогнат на детето ви да "разбере, че нулата е число. Например следната:

Сбили се пет котарака за чифт нови гетри. Единият избягал, останали четири.

Сбили се четири котарака за касичка с пари. Единият избягал, останали три.

Сбили се три котарака за парче халва. Единият избягал, останали два.

Сбили се два котарака за парче млин. Единият избягал, останал един.

Сам един котарак, паднал от кула и на покрива горе останала нула.

Или пък задавайте на детето си смешни въпроси, които ще му покажат, че нулата е число. Попитайте го например: „Пит, колко тигъра имаш в джоба си?“ Или: „Колко крокодили има в хола?“

Едно от най-добрите средства за усвояване на числата е играта със зарове - дама, „не се сърди човече“ и др., в които се местят пулове или фигурки. Ще се изненадате, като видите колко бързо детето ви ще започне да разпознава цифрата 6 и ще премества пула или фигурката си, без да брои междинните квадратчета.

И сами можете да направите такава игра. Купете две зарчета, вземете един голям картон около 100 на 60 см. Договорете се с детето каква да бъде играта. Да предположим, че то обича автомобилните състезания. Разчертайте с флумастер маршрута на състезателите, разделен на квадратчета, като предвидите „старт“ и „финал“. На неравни интервали отбележете „три квадратчета назад“, „четири напред“ или „направо на финала“. Купете няколко автомобилчета, които да ви заместят пуловете. Играта е готова. Детето ви ще се влюби в нея, защото ще сте я направили заедно, и в същото време ще се учи на аритметика.

Рулетката и лотото са други игри, чрез които детето ви лесно ще усвои основните математически понятия. Когато играете на лото, назовавайте цифрите по следния начин: „Двайсет и три - значи две и три.“

Всички тези игри ще позволят на детето ви да тръгне на училище с добър практически опит в аритметиката, което много ще му помогне и в математиката.

В тази глава се опитам да ви предложа известен брой дейности, които можете да вършите с детето си, за да насърчите максимално развитието на интелигентността му и да му

осигурите стимулираща интелектуална среда, без да чувства натиск или принуда. Да се спрем сега на проблема с техниките на обучение.

Педагогика за родителите

Как да разбере родителят дали насилва детето си? Доверете се на следното правило: когато детето покаже, че интересът му към дадена игра или дейност отслабва, прекратете я незабавно. Не го ли сторите, вие оказвате натиск върху него.

Деца в предучилищна възраст не могат дълго да се съсредоточават. Затова много от интелектуалните игри, които предложих в тази глава, не бива да траят повече от пет минути. Вашата представа за времето е напълно различна от детската. Ограничете времетраенето на играта, иначе детето ще престане да я харесва. Ако, разбира се, видите, че то особено са забавлява от дадена игра и иска да я продължи, поиграйте с него още няколко минути. Доверете се на здравия му разум - то знае кога да спре. Настоявам обаче върху следното: по-добре рискувайте да прекратите играта преждевременно, отколкото да я удължите, когато детето започне да се разсейва.

Учете ли го на нещо, наказанията са абсолютно забранени. Никога не му се карайте, никога не го порицавайте, ако греши или не разбира какво му обяснявате.

Ако предложите на детето си някаква дейност или му обяснявате понятие, а то не схваща за какво става дума, не се тревожете. Кажете си, че крушката си има опашка. Или детето е твърде малко, за да ви разбере, или вие му представяте нещата в неразбираема за него форма. Не се инатете, сменете темата,

И главно: не забравяйте, че ученето трябва да носи удоволствие. Не създавайте у детето си впечатлението, че всичко, което правите заедно, следва да е поучително и полезно от интелектуална гледна точка. Ако някоя от предложените от мен дейности ви се стори скучна, забравете я. Няма да е от полза нито за вас, нито за детето ви, ако упорствате, без да ви е приятно, като си казвате: „Изпитвам ужас от това, но се налага да го правя, за да му повиша коефициента за интелигентност.“ Всичко, което вършите заедно с детето си, трябва да се харесва и на двамата ви. Както е казал поетът Джон Мейсфийлд: „Щастливите дни ни носят мъдрост.“

КАК ДА ИЗБЕРЕТЕ ИГРАЧКИ, КНИГИ И ПЛОЧИ ЗА ДЕТЕТО СИ

Родителите много се интересуват от онова, което преподават на децата им. Затова ми е чудно, че същите хора, които с настървение обсъждат училищните програми, не проявяват интерес към „образованието“, осигурявано вкъщи. Тази липса на интерес си-личи от склонността им да купуват какви да е играчки, книги и плочи. А всъщност „домашната“ програма е не по-малко важна от училищната. Преди детето ви да тръгне на училище, тя е единствената, с която разполага.

В своите изследващи психолозите и възпитателите са достигнали до едно основно заключение, а именно, че детето непрекъснато учи нещо, и то не само докато е на училище.

Второто им заключение е, че най-ценното образователно средство в предучилищна възраст е играта. Затова е много важно да се избират внимателно играчките, книгите и плочите, с които обогатяваме игрите им. Играчките, книгите и плочите са учебниците на предучилищните години.

Така че всичко зависи от осигурения от вас материал, от способността ви да си играете с детето и да го учите да си играе само. Последното може да шокира много родители: излиза, че и родителите като децата трябва да се *учат* да играят! Обикновено се смята, че децата умеят да играят. Психолозите имат съмнения по този въпрос. Тригодишното дете не знае по инстинкт да прави сложни и интересни постройки от кубчета, нито да строи градове заедно с някое свое другарче. То се учи на това.

Несъмнено за него е по-лесно да се научи да играе само или с други деца, отколкото за родителите да се научат да играят с него. За тази цел бащата или майката трябва да напуснат своя свят на възрастни и да се поставят на нивото на детето, което за мнозина не е лесно. Ние трябва да умеем да играем с децата, да измисляме игри, да им разказваме истории, да им четем приказки. За всички тези дейности е необходима техника, необходимо е изкуство, което се придобива.

Но едва ли има нещо по-забавно от това да овладяваме изкуството на играта. Обучението впрочем е винаги двупосочно - когато играем с дете, ние научаваме не по-малко от него. За много родители подобни занимания са прекрасен случай да открият онова, което им е липсвало в детството.

Едно от първите неща, които бащата или майката трябва да усвоят, е как да купуват играчки. В САЩ родителите дават всяка година повече от два милиарда долара за играчки. За съжаление по-голямата част от тази сума е хвърлена на вятъра. Защо?

Преди всичко твърде често играчките са зле замислени от хора, които зле познават децата, психологията или преподаването.

Второ, хората, които правят истински образователни играчки, се сблъскват с търговската съпротива на големите предприятия. Един мой приятел, който създава такива играчки, твърди, че получава мигрена всяка година, когато фирмата излага проектираните от него модели в салона в Чикаго. Специалистът по продажбите не спирал да повтаря: „Тази играчка е прекалено скъпа. Цената трябва да се намали с два долара.“ А това обикновено означава да се премахне образователния ѝ характер (за което специалистът по продажбите не го е грижа).

На трето място, извънредно трудно е за дребните производители на играчки, които имат интересни идеи, да издържат на конкуренцията на гигантите на пазара, разполагащи с огромни средства за реклама.

Четвърто, дори при наличието на добри играчки, майката не познава достатъчно детското развитие, за да купи онази, която точно подхожда на нейното дете и на възрастта му. Така един мой познат баща купи на тригодишния си син голяма кутия с метален конструктор. Металният конструктор е отлична игра, но не би трябвало да се подарява на дете, ненавършило седем или осем години; Тригодишните не притежават достатъчно точност в движенията, за да си служат с метален конструктор.

След като опита без особен успех да сглоби частите, детето се обезсърчи и заряза играта. Когато на следващата Коледа таткото му подари дървен конструктор, напълно

подходящ за четирите му години, то не пожела да си играе с него. Бе запомнило провала си с металния конструктор и отказваше всяка подобна игра.

Какво наричаме добра играчка?

Преди всичко тя трябва да е безопасна, да няма режещи ръбове и да не е боядисана с отровна боя. Да е солидна и да не рискува да се счупи на остри парчета. Да не съдържа дребни елементи, с които детето да се задави.

Второ: добрата играчка трае дълго. Поначало животът на играчките зависи от възрастта и личността на детето. Но, общо взето, тенекиените и пластмасови играчки са най-малотрайни, а дървените и направените от здрав метал издържат най-много. Трябва обаче и да се внимава какъв вид е дървото. Има например някои вносни играчки от скъпо дърво, което се лющи и чупи още на втората или третата игра. Избирайте твърдото дърво. Посетете някое добре обзаведено детско училище - така ще се научите да разпознавате здравите играчки, защото именно там те са подложени на най-безмилостна употреба, а са предназначени за дългогодишно ползване.

Трето, ако 90% от играта идва от детето, а 10% от играчката, значи тя е добра играчка. Ако обратно, 90% се дължат на играчката, а само 10 на детето, играчката не струва.

Правете разлика между самоходна играчка и дървени кубчета/Давайте на момченцето кученце, което се движи с батерии. То върви по пода и върти опашка, когато натиснете едно копче - 90% от играта са в играчката. Момченцето трябва само да натиска копчето. (Или да се уедини с играчката и да я унищожи,"което обикновено и прави.)

С дървените кубчета ситуацията е съвсем различна. При тях 90% от играта идва от детето. Те не са играчка, с която може да се прави само едно нещо. Възможностите за игра с дървени кубчета са почти безгранични.

Третият критерий за добра играчка е от съвсем друг порядък и е важно родителите да го осъзнаят. Когато детето прави нещо с играчката, то укрепва доверието в себе си и творческия си дух и научава повече от играта. А когато играчката работи заради него, то не развива тези качества и не се учи на нищо.

Схванете ли този принцип, ще разберете защо един голям кашон, в който детето да може да влиза, е такава прекрасна играчка. Кашонът има по-скоро абстрактен, а не конкретен характер и символизира безкрайно много неща - кораб, иглу, подводница, самолет, робот; той насърчава и обогатява изобретателния дух на детето. То може да го използва по най-оригинални начини според въображението си - да пробие дупки на определени места, да рисува отгоре му с молив или да го боядиса. Малко играчки имат такава игрова стойност като кашона, а колко рядко родителите се сещат да се отбият в супермаркет или в магазина за мебели и да се снабдят с такъв, без при това да дадат и стотинка!

Четвърто, добрата играчка трябва да бъде забавна. Тя може да е образователна, но ако не е забавна, няма да ви свърши работа.

Необходимо е впрочем да правим разлика между краткото и дълготрайното забавление. Няма съмнение, че движещата се играчка, при която е достатъчно да натиснеш едно копче, за да тръгне, носи на малкото дете непосредствена радост. То ще натиска копчето и очаровано ще гледа как количката или животинчето обикалят стаята или изпълняват някакъв номер.

Но само след няколко часа играчката ще е загубила всякаква привлекателност. Докато дървените кубчета могат да забавляват детето дни наред - те имат дългосрочно действие.

Пето, играчката трябва да съответства на възрастта и развитието на детето. Затова родителите следва да знаят кое е подходящо за детето им според възрастта му и съответното на нея ниво на развитие. Тази информация можете да намерите в „Малкото дете в съвременната цивилизация“ на Гезел, както и в други книги. Но майката е длъжна и добре да познава детето си, да знае какво то обича и какво не. Всяка майка следва да се запита: "Става ли е това за възрастта и развитието му? За момче или за момиче е по-добро? Дали този вид игри го интересуват? Пасва ли на ръста му? Ще може ли само да го държи, или ще трябва да му се помага?"

Когато избирате играчките, спомнете си, че колкото по-малко е детето, толкова по-голяма трябва да е играчката, за да подхожда на нивото на развитието му, което се характеризира с мускулна нестабилност. За малките деца осигурявайте големи кубчета, моливи и четки, масивни пирони и гвоздеи. (*Етаж Приложение А.*)

Понякога родителите се отказват от някои хубави играчки, защото ги намират за прекалено скъпи. Нека ясно да определим какво разбираме под скъпа играчка. Ако купите пластмасово камионче за един долар, на пръв поглед то ще ви се стори евтино. Но ако след двайсет минути детето е успяло да го счупи и вече не може да си играе с него, с кариерата му на евтина играчка е свършено.

Ако майката събере цените на всички евтини пластмасови играчки, които е купувала от универсалния магазин, тя ще се изненада от общата сума. За същите пари би могла да се снабди с няколко „скъпи“, но солидни, добре изработени и подходящи за развитието на творческия дух играчки. Шест еднодоларови пластмасови играчки, които изтрайват до седмица, струват колкото играчка от метал или дърво, издържаща с години.

Да предположим, че разполагате с 50 долара за детето си, и то за следващите три години. В такъв случай бих ви посъветвал да купите две играчки: лост с халки и въжета и пирамида за катерене по 25 долара всяка. Играчка за 25 долара не е евтина играчка. Но ако пресметнете какво ще донесат на детето ви двете играчки, които ще изтраят години, те се оказват твърде евтини.

Около 40% от детските играчки се купуват по Коледа. Нека бъдем честни и признаем, че имаме склонност да купуваме твърде много играчки по този случай. И това важи не само за заможните семейства, а и за хората с всякакви заплати. Купувайте за Коледа толкова играчки, колкото сте свикнали. Не бих лишил нито вас, нито себе си, нито който и да е от това удоволствие. Но не ги давайте всичките на детето си само на Коледа. Скрийте половината и ги подарете на няколко пъти в следващите два-три месеца. (За празника то пак ще получи много играчки, като се имат предвид подаръците от бабите и дядовците и другите членове на семейството.) Детето ще придаде много по-голяма стойност на играчките, ако се появяват една след друга, отколкото ако се прибавят към купчината под елхата.

Не забравяйте, че най-важната „играчка“ в живота на детето ви, „играчката“, с която то ще се забавлява повече, отколкото с всяка друга, която ще му повлияе по-силно от всяка друга, сте вие, играчката от плът и кръв! Да играе с вае е за него хиляди пъти по-ценно, отколкото с каквото и да е друго!

Стотици прекрасни и лъскави играчки са нищо в сравнение с моментите, в които ще си играете с него и които толкова ще го задоволят в афективен план..

Както казах в глава 5, втората основна играчка в живота на детето ви се намира във вашата дневна. Тя се включва в мрежата, има екран и може да излъчва програми по много канали. Нарича се телевизор.

Споменах вече, че съзнавам колко бедни и посредствени са много от телевизионните предавания и че бих желал насилието по телевизията да намалее до възможния минимум. Но въпреки раздражението ни от недостатъците на телевизията, нека не пренебрегваме положителното, което тя носи на детето. Тя например е отлично средство за обогатяване на речника и за насърчаване развитието на езика. Не едно изследване е показало, че децата от детското училище говорят много по-добре, откато телевизията е навлязла в американските домове. Така че тя има положителни страни, които не бива да се подценяват. А след като дори посредствените предавания успяват да насърчат говора на детето и развитието на езика му, какви ли резултати биха се получили с добри програми!

Въпреки недъзите си телевизията си остава чудесна образователна играчка и е погрешно да възприемаме спрямо нея изцяло пасивна позиция, както правят повечето родители. Отделете време, за да погледате заедно с детето си и ще разберете кои програми са най-добри. Присъствието ви в такива моменти ще бъде за него награда или насърчение. А и това е един много фин начин да го научите да избира. Не създавайте у детето впечатлението, че е престъпление да гледа предаване, което смятате за лошо. Тактично го насърчете да се насочи и към нещо друго. Телевизията има прекалено големи образователни възможности, за да си позволите да я пренебрегвате. А когато се появи добро предаване, напишете поздравително писмо до автора му. Така ще спомогнете да се задържат хубавите телевизионни програми за деца.

Изборът на детски книги

Да поговорим сега за избора на книги за деца. Някой от вас може да си помислят: „Толкова ли е важно? Достатъчно е да се купят няколко детски книжки, които да му харесат, да му ги прочетем и толкова. Какво значение има дали ще изберем тази или онази?“

Едно изследване на д-р Джордж Галъп отлично показва какво значение има това. Д-р Галъп анкетирал възрастни американци относно навиците им да четат и да си купуват книги и стигнал до заключението, че те не обичат особено нито да четат, нито да купуват книги.

Провел анкетата си сред три групи, съответстващи на три категории хора: среднисти, недипломирани висшисти и висшисти. Установил, че 50% от среднистите не били прочели нито една книга предишната година; 46% от не дипломиралите се висшисти прочели по една книга и около една трета от висшистите не прочели нито една. Д-р Галъп заключава: „Тези цифри не са никак утешителни за защитниците на съвременната образователна система в Америка.“

Нещо повече, по навика да четат американците са последни в списъка, когато се сравняват с хората от страни като Англия, Холандия, Швейцария, Франция и страните от Скандинавския полуостров.

От друга представителна извадка д-р Галъп установил, че две трети от възрастните нищо не са чели през предишната година (с изключение на Библията и някои учебници), а само един на шест възрастни можел да цитира наскоро излязла книга, която особено би желал да прочете.

Навиците на американците да купуват книги също показват, че не са ги научили да обичат четенето. На пръв поглед човек би казал, че Америка е страна на страстни читатели, като се има предвид внушителният брой продадени и евтини, и скъпи книги. Ако обаче се вгледаме в цифрите, ще видим, че повече от 80% от книгите в Америка се купуват и четат от една пета от възрастното население. А това показва, че много малко американци обичат да четат. Ако искаме да променим това положение, трябва, както казва д-р Галъп, „грижливо да поддържаме у хората любовта към книгите“.

Основите на любовта към книгите и към четенето се изграждат през първите пет години и пак по това време се създава навикът да се чете и да се купуват книги.

От цифрите на д-р Галъп става ясно, че американската образователна система претърпява позорен провал с голям брой ученици. Така че явно не можете да се доверите на училището. Ако искате детето ви да чете и да продължи да чете, като порасне, трябва вие, родителите, да го приучите към четене и да бдите навикът да се запази. За придобиването на този навик първите пет години са решаващи.

Възпитанието в любов към книгата се опира на същите основни образователни елементи, за които говорихме в предишните глави. Детето ви ще обича да чете и да купува книги, ако го насърчавате и възнаграждавате, когато го прави.

Тук искам да ви обърна внимание на един основен принцип: ако детето ви чете, не се тревожете за съдържанието на четивата му. Няма значение какво желае и обича да чете - книга, списание, вестник, комикс, всичко е добро за него. Това особено важи за децата над шест години. Понякога родителите казват: „О, чете само глупости, текстове под картинки и всякакви безсмислици, ще ми се да чете хубава литература.“ Не се безпокойте. „Безсмислиците“, с които се тъпче, задоволяват някаква психологическа нужда на момента и това е добре. Щом чете, с течение на времето вкусът му ще стане по-изтънчен.

Разбира се, така нареченият „проблем“ с безстойността литература не възниква в предучилищните години, защото тогава детето ви „чете“ онова, което вие сте решили да му прочетете (или ако вече знае да чете, онова, което сте му избрали). И вашият избор през този период ще е капитален за по-сетнешната му любов към книгата.

Как да изберем? Нека да има равновесие между фантастичните истории и истинските. Детето ви се нуждае от уравновесен режим на четене, също като при храната. Ако чете само истински истории, въображението му няма да се развие достатъчно. Ако, обратно, се ограничава само с въображаеми, измислени истории, ще пренебрегне четенето като средство за опознаване на действителността, в която живее.

Научете го да избира и от едните, и от другите книги, когато ги взима от библиотеката или му ги купувате за собствената му все по-богата библиотека. .

Много родители правят грешката да свеждат книгите, които детето им чете, само до взетите от библиотеката, защото така пестят пари. Обаче същите родители му купуват много играчки за Коледа. Ако майката действа по този начин, тя съзнателно или не му казва:

„Играчките са по-важни от книгите, след като ти подаряваме играчки, но не и книги." А детето, особено в предучилищна възраст, има нужда да притежава собствени книги.

Трудно е за детето да израсне, уважавайки книгите, ако никога не е имало свои собствени, ако не е познало удоволствието една по една да ги подрежда в библиотеката си. Тъй както има предпочитани играчки, с които често си играе, то трябва да има и книги, които непрекъснато да препрочита. Когато се разболее и остане вкъщи, детето обича да играе със старите си любими играчки. В такъв момент е добре да умее и да препрочита любимите си стари книги. Няма значение какви са финансовите ви възможности, част от парите, които заделяте за детето си, трябва да отиват за книги.

Ако сте го научили да се радва на четенето, то непрекъснато ще разлиства книгите си. Дори ако му купувате само по пет книги годишно, когато завърши средното си образование, детето ви ще разполага с осемдесет и пет лично негови книги. И това ще е много повече, отколкото доста млади среднисти притежават.

Поради електронната революция, въведена в домовете ни от телевизията, у днешните деца е по-трудно да се възпита любов към книгата и четенето.

Когато бях дете, нямаше нищо подобно на телевизията и аз обожавах да чета. Но когато трябваше да избира между книгата и киното, нямаше място за колебание, филмът винаги побеждаваше. Сега киното е вкъщи и ни е винаги на разположение - това е телевизията. Затова родителите трябва да посветят още повече време и усилия от някога, когато „малкият екран" не съществуваше.

Едно от най-добрите средства, за да научите детето си да обича книгите и всичко, свързано с тях, е да направите така, че библиотеката и кварталната книжарница да се превърнат в места на удоволствие. Детето ви трябва да смята библиотекарката и книжаря за свои приятели. Личният контакт значи много за децата в предучилищна възраст. И толкова по-добре за вас, ако тези хора познават детето ви и се интересуват от него.

В днешно време много родители наистина се объркват пред многобройните детски книжки, измежду които трябва да избират. Преди да купите книга или преди да вземете някоя от библиотеката, разгледайте я. *Може би най-решаващият критерий при избора на книга е самата майка да я хареса.* „Ако книгата ви „говори", тя ще говори и на детето ви. Ако не ви харесва, рискувате детето също да не я хареса, когато му я четете. Ето защо не съществува идеален списък от препоръчителни детски книжки - не само детето, но и майката имат единствен по рода си вкус.

Понякога родителите се ужасяват от цените на книгите. Те смятат, че исканата от тях сума е прекалена за произведение, което детето ще прочете само веднъж. Но точно тук се лъжат.

Малкото дете може да вземе своята книжка с броилки в леглото си, да разглежда картинките и да ви моли да му я четете в продължение на месеци. Книгата, която то наистина харесва, е като дълго, дълго пътешествие.

Това ме навежда на една друга тема, свързана с книгите. Може би не само заради цената, но и заради особената почит; която изпитваме към напечатания текст, ние често имаме склонност да очакваме от децата си да се отнасят към подарените им от нас книги внимателно, като възрастни. Да не ги прегъват, да не ги цапат и да не ги късат. Защо? Нали когато купуваме играчка, сме напълно подготвени за грубо отношение към нея? Всъщност

колкото по-обичана е една играчка, толкова повече *злополуки* ще преживее тя. Защо да не реагираме по същия начин и за книгите? Именно това трябва да направим. Ако непрекъснато повтаряме на детето си да не ги цапа, ние го отвикваме да се чувства удобно с тях.

Добре е също да осигурите рафтове за библиотеката на детето ви. Най-лесно е да разположите на пода циментови блокчета или тухли и да поставите върху тях дъски, съобразени с големината на книгите. Подобна конструкция е особено подходяща за деца в предучилищна възраст, защото техните книги често са големи и не се вметват в обикновена библиотека. Освен това така можете и да преместите лавиците, ако се налага.

Книгите могат да окажат огромно влияние върху детето. Когато му четете, това, което влиза през едното ухо, не излиза през другото, а остава запечатано в паметта му. Според една анкета на д-р Галъп децата, на които са чели приказки, когато са били съвсем малки, имат по-добър успех в училище от другите.

Д-р Галъп провел изследването си с 1045 деца от първи клас и установил, че приказки били четени на 79% от добрите ученици и на 49% от посредствените.

Детството е кратко. Не можете да четете броилки на десетгодишно дете. То е задминало този стадий. Ако не сте му ги чели, когато е било малко, вече никога няма да ви се представи случай. Затова умният избор ще е решаващ за възпитанието и развитието му.

Изборът на плочи за деца

Сега стигаме до област, в която много от нас проявяват колебание. Родителите купуват далеч по-малко плочи, отколкото играчки и книги, защото се чувстват на по-несигурен терен.

Преди да стигнем до избора на плочите, да поговорим за грамофона. Спомнете си, че ви препоръчах да купите за детето си най-обикновен грамофон и евтини плочи. Хич да не ви е грижа за качеството на записа. Не можете да получите добро качество за няколко долара. Целта е детето ви само да си пуска грамофона, когато пожелае. Да не се нуждае от помощта ви. Не се тревожете, ако издраска плочите или се отнася небрежно с тях.

Необходимо е обаче да притежавате и доброкачествени плочи за семейния грамофон. Не му позволявайте да си служи с него. Тези плочи вие ще му ги пускате и затова ще трябва грижливо да ги подберете.

Тъжната реалност е, че повечето родители купуват плочи, които бих нарекъл „затъпяващи“. Това са ефектни на вид плочи, чиято цел е да привлекат родителите, защото производителите Отлично знаят, че именно мама и татко ще ги купят. Те нямат особен ефект върху децата. Обикновено записаната музика е твърде бърза, банална, с акомпанимент на оркестър или прекалено гръмогласен хор. Ако се поразровите из щанда за плочи в някой универсален магазин, ще забележите, че за съжаление е пълно с такива. От какъв критерий да се ръководите, когато купувате плочи? Преди всичко, музиката трябва да бъде проста, а не обработена и усложнена. Второ, не бива оркестърът или хорът да заглушават песента. На трето място, мелодията и ритъмът следва да се приятни и да се харесват на децата. Когато слушате плочи с детето си, преценете ги от тези три гледни точки.

Какви са различните категории плочи? Първо, народните песни. Хубавата песен от този вид отговаря на споменатите по-горе критерии.

Второ, музиката на другите страни. Не се ограничавайте с щанда за детски плочи. Първите години са идеалната възраст, за да запознаете детето си с музикалното творчество и на други цивилизации още преди ухото му да е свикнало с нашия фолклор и вече да не може да оцени чуждия. Нека слуша полинезийски л африкански там-там, гонгове от остров Бали, японско кото, гръцко бузуки, мексикански маракас, гватемалска маримба и т. н. Най-вероятно детето ви ще хареса всяка ритмична музика.

Трето, „шарени“ плочи. Така наричам плочите, които не могат лесно да се причислят към другите категории. Например „Светът е малък“ на Уолт Дисни е отлична плоча със завладяваща мелодия. С нея детето ви ще открие географията чрез музиката.

Четвърто, плочите „на действието“, които изискват специфична мускулна дейност или предизвикват детето да прави различни жестове. Хората и танците например.

Пето, интелектуално стимулиращите плочи, които са еквивалентът на документалните книги. В тази категория влизат плочите, свързани с науката и изучаването на природата, с историята, смятането и математиката и пр.

Шесто, комплектите от плоча и книга. В този случай съдържанието на книгата е преразказано на плочата. Можем да ги използваме, за да заинтересуваме детето от дадената книга, или да му пуснем плочата, след като сме му я прочели. Така то ще схване смисъла и посланието ѝ по два различни начина.

Ако имате късмет да живеете близо до магазин, добре зареден с детски играчки, вероятно ще намерите там всички тези плочи. Ако не, поръчайте ги по каталог.

И ето на. Купили сте няколко хубави плочи за деца. Какво да правите по-нататък? Тук много майки грешат. Те пускат плочата на детето си един вид „на студено“. Казват: „Мама ти е купила една хубава плоча. Хайде да я чуем.“ Детето слуша и не проявява никакъв интерес. Няколко подобни опита и майката ще заключи (погрешно), че малката Сузи не обича детски плочи и няма смисъл да ѝ купува други.

Такава майка не разбира, че детето трябва да се подготви да разбира плочите и да ги харесва.

Вместо да разсъждавам абстрактно, ще ви дам няколко конкретни примера, за да ви покажа как се подготвя детето да слуша, разбира и обича плочи. Преди всичко и през ум да не ви минава да го карате да изтърпи цяла една голяма плоча от 33 оборота. Изберете по-къса плоча или само една песен от нея.

Ако разполагаме например с комплекта от плоча и книга „Питър Пан“, ето в какво следва да се състои подготовката.

Първо ви е чуйте плочата. Никога не предлагайте нещо, което не сте изслушали. Едва тогава кажете: „Ще си пуснем една плоча за приключенията на Питър Пан. Питър Пан е малко момченце, което добре познава феите. С приятелката си фея Бамка-Камбанка той лети навсякъде. Често ходи в Небивала земя, където живеят всичките му приятели. Но Питър Пан има един стар враг, капитан Хук, един лош пират. Знаеш ли какво е това пират? Някога пиратите са били бандити, които са превземали корабите и са пленявали пътниците. Хук иска да отмъсти на Питър Пан, който веднъж е избягал от него.“

Направете така, че детето ви да поиска да узнае дали Хук ще залови Питър Пан в Небивала земя и кажете: „Да чуем плочата, за да разберем какво ще стане“.

Сега вече пуснете грамофона.

След това задайте някои въпроси: „Как се движи Питър Пан? Защо Хук е пленил индианската принцеса Тигрова Лилия? (За да разбере къде се крие Питър Пан.) Защо пиратът се нарича капитан Хук? (Има кука вместо ръка.) Кой побеждава накрая?“ И тъй нататък.

Детето може би ще поиска още веднъж да чуе плочата. Пуснете му я, за да си спомни някои подробности.

С песните (само с една наведнъж) действайте по същия начин, като се опитате предварително да му разкажете нещо за историята и действащите лица. Изслушайте заедно плочата, след това задайте някои въпроси, за да затвърдите интереса на детето. Можете да му пуснете и плоча като „Пьотр и вълкът“ от Сергей Прокофиев. Обяснете му, че често музиката също ни разказва някаква приказка. Че всеки инструмент в оркестъра съответства на един герой и говори на собствен език. Разкажете началото на приказката, ето така например: „Пьотр е малко момченце, което живее на село в далечна страна, до една голяма гора. Там има много животни. Паток, Котарак, Птици. В голямата гора живее и Вълкът. Пьотр не се бои. Той се разхожда из полето,, но дядо му го вижда и го прибира.“ Детето ви несъмнено ще попита дали не е опасно, дали отнякъде няма да изскочи вълкът. Тогава му пуснете плочата. И не забравяйте после да си поговорите за нея, стига детето ви да желае.

Освен очарователната приказка и отличната музикална имитация, които предлага, тази плоча добре показва какво можете да направите, за да задържите вниманието на детето си.

От горните примери би следвало да разберете как да накарате детето да слуша плочи. Това става на три етапа: 1. Подгответе детето да изслуша плочата. 2. Чуйте я заедно. 3. Поговорете си за чутото. Ако действате по този начин, вие превръщате пасивния опит в активен. Събудили сте любопитството на детето си още преди да пуснете плочата, така че то няма търпение да я чуе. Ето как слушането на плочи се превръща в приятно и поучително изживяване.

Но плочите не са само средство за обучение. Те могат и да ви помогнат да разрешите проблема с дисциплината, използвайки ги като активен елемент от организирането на подходяща за дисциплината среда, за която говорих в глава 9.

Ако например детето ви е гладно, а яденето още не е готово, на вас ви е ясно, че то няма да ви остави на мира, докато не му дадете да хапне нещо половин час преди обяд. Как да постъпите? Пуснете му някоя плоча!

Не забравяйте преди това да направите коментар, да го настроите: „Спомняш ли си плочата от миналата седмица, в която Питър Пан се биеше срещу капитан Хук? Ще я пуснем пак, а после можеш да порисуваш.“ Като го заинтересувате по този начин, печелите времето до обяда и предварително решавате проблема с дисциплината, който неминуемо би възникнал.

Плочата успокоява свръхвъзбуденото дете. Когато играе с други деца и видите, че играта става прекалено буйна, а участниците твърде разпалени, използвайте плоча приказка. Тя е по-подходяща от музиката за разведряване на атмосферата. И в този случай заинтересувайте детето с кратък коментар, който ще го подтикне да слуша, след това му

пуснете плочата. Тя впрочем е удобна и от друга гледна точка - може да разкаже приказка вместо вас, когато сте твърде заети, за да я четете сами.

Ако детето има и книжката със същата приказка, дайте му да разглежда картинките, докато слуша. Не е лошо да държите книжките, които съответстват на плочите, близо до грамофона, за да се взимат лесно.

С други думи, плочите са не само материал с голяма образователна стойност, те могат и много да помогнат на изобретателната майка да разреши проблема с „трудните моменти“ - точно преди ядене например или преди лягане, или когато трябва да задържите детето вкъщи, защото е болно или времето е лошо, все обстоятелства, при които плочите са добре дошли.

Ако разполагате с магнетофон, запишете на лента или касета любимите приказки на децата ви. Просто ги прочетете на глас. А ако детето ви е по-голямо, то би могло само да пожелае да направи това.

Когато беше на десет години, едно от момчетата ни записа по този начин някои лесни текстове. Харесваше му да чете на глас, както и да се слуша след това. А и четенето му много се подобри. Четиригодишният му брат особено обичаше да слуша записаните от баткото приказки.

В резюме бих казал, че онова, което детето ви научава в училище, му оказва огромно влияние. Но преди училището то е още по-силно белязано от „образованието“, което получава вкъщи. Играчките, книгите и плочите са инструментите на това домашно образование; дайте си време и труд да ги изберете грижливо.

ДВАНАЙСЕТ СЪВЕТА ПЛЮС ОЩЕ ЕДИН

В тази книга за малките деца се спряхме на внушителен брой въпроси. Говорихме за всичко - от гнева до обучението в четене, дори дадохме рецепта за правене на пластелин.

Ако си пиехме заедно кафето, докато обсъждаме всички тези теми, между нас можеше да се получи истински разговор. Щяхме да споделим опита си на родители. Вие щяхте да ми разкажете за детето си, аз да ви задавам въпроси. Аз щях да ви посвещавам в изкуството да бъдеш родител, вие да ме прекъсвате от време на време с думите: „Не ви разбирам“ или: „Не съм съгласен“. Или още: „Това, което казвате, ме притеснява“. Или пък: „Когато говорехме за възрастта на първите стъпки, не споменахте нищо по този и този въпрос. Какво бихте направили в подобен случай?“

За съжаление книгата предлага еднопосочно общуване. Опитвах се да се поставя на ваше място и да си представя какви въпроси бихте ми задали по различните теми, за да ви отговоря. Но може би не съм засегнал някои проблеми, които поставя детето ви. Ако случаят е такъв, пишете до издателя ми. Ще публикувам допълнителните отговори в следващата ми книга „Въпроси, задавани от родителите“.

В тринайсетте глави на тази книга надълго и нашироко обсъждахме най-различни въпроси за първите пет години от живота на детето ви. И може би сега, както казва поговорката, дърветата ви пречат да видите гората. За да направя нещата по-ясни, ще резюмирам

основните идеи, най-важното, което трябва да помните, когато отглеждате децата си. Вто един кратък пътеводител от дванайсет точки, към които за по-сигурно съм прибавил още една.

1. Отглеждането на дете е начинание, свързано с човешките отношения, а човешките отношения не могат да се сведат до няколко правила. Така че не прилагайте прекалено твърдо правилата, дори посочените тук от мен. Нека те ви *служат* само за ориентири. Вие и детето ви сте единствени по рода си индивиди. Обединени сте от особена връзка, различна от всичко, което би могло да съществува между двама души на земята. Не допускайте грешката да се опитвате да вместите тази връзка в някаква обща схема.

2. Първите шест години са най-важните за поведението и навиците, които ще се запазят през целия живот. Отношенията с детето ви, установени преди то да тръгне на училище, ще определят и бъдещите ви отношения с него. Така че за да попречите на юношата да се превърне в гамен от дух на противоречие, отделете време, за да създадете между вас могъщи афективни връзки и взаимно уважение още в предучилищната му възраст.

3. Можете да научите всичко за децата, но ако не усещате детството, няма да сте добър водач на детето си. Ще знаете *думите* на песента, но не и *мелодията*. За да придобиете усет за това какво представлява детството, възстановете връзката с детето у вас. То ще ви води най-добре.

4. Всяко от децата ви представлява неповторима комбинация от гени, която никога не е съществувала на земята и никога повече няма да се възпроизведе. Освен това всяко дете расте в собствено психологическо обкръжение поради мястото му спрямо другите ви деца. Така генетичната оригиналност, прибавена към уникалната психологическа среда, означава в абсолютния смисъл на думата, че детето ви е единствено по рода си, каквито са пръстовите му отпечатаци. Не се опитвайте да го вкарате в предварително определена матрица. Спазвайте известна дистанция и го оставете да прояви уникалната личност, която се изгражда у него.

5. За да се осъществи напълно, детето ви трябва да израсне в стабилно семейство, управлявано от възрастни хора. Необходим му е енергичен наставник, силни и любещи родители, за да го направляват, но не и за да го насилват и тиранизират.

6. Когато насочвате поведението на детето си, важно е да правите разлика между интимните му *чувства* и извършваните пред всички *действия*. Нормално е да очаквате от него да се научи да контролира външните си действия според възрастта и стадия си на развитие.

Не е нормално да искате да владее чувствата си, защото мислите, както и чувствата се появяват спонтанно.

7. Очертайте границите и определете разумни правила, чрез които детето ви да контролира действията си. След това му ги наложете по логичен и последователен начин. Не съществува магическа система от правила, подходяща за всички семейства и за всички деца. Просто се запитайте: за кои правила смятате, че са важни и че е необходимо да се спазват?

8. Като родители вие поемате отговорността да научите детето си да контролира действията си, но е много важно да му осигурите свободата да изразява чувствата си. Като правите това, вие с нищо не намалявате уважението му към вас. Напротив, увеличавате го. Защото то ще знае, че сте достатъчно сигурни в себе си, за да му дадете демократичното право да се изразява като млад член на семейството. В семейството съществуват същите демократични права като тези, които притежавате вие, свободният гражданин.

9. Най-добрият начин да поддържате здрави и плодотворни отношения с детето си е да му покажете, че наистина го разбирате. Това става не като му кажете разсеяно: „Разбирам какво ти е“, а като ясно формулирате и отказите чувствата му. По този начин вие активно се поставяте на мястото му и виждате света през неговите очи.

10. Приучвайки детето си към самодисциплина, насърчавайте положителните му стремежи към стойностни цели. Насърчаваното поведение се възпроизвежда. Одобрявайте поведението на детето си, когато проявява независимост, съзидателност и нежност. Но не и когато се държи стеснително, хленчи, дърпа се, прибягва до насилие и разрушителни действия. Така можете много да му помогнете да стане разумен и самодисциплиниран индивид.

11. Училището започва вкъщи. „Програмата“ на домашните дейности е не по-малко важна от училищната. Детето ви се нуждае от много играчки, книги, плочи, но внимателно подбрани, защото те са учебниците в домашното образование.

12. Подпомагайте развитието на ума му. Интелектуалното стимулиране, което му осигурявате, особено през първите пет години, ще му позволи да достигне своето оптимално ниво на интелигентност. Насърчавайте езиковите му възможности, учете го да се интересува от думите, да обича книгите, учете го да пише, да си играе с играчки, които благоприятстват развитието на логична мисъл и математически способности. Ето това е доброто интелектуално наследство, което ще е получило, когато стане на шест години.

13. И родителите имат права! Отглеждането на дете не е лесна задача. То изисква зрелост, която понякога липсва на мнозина от нас. Ние всички от време на време отстъпваме от идеала си. След като даваме на децата си правото да не са свършени, да го дадем и на себе си. Майка, която непрекъснато има чувството, че се жертва за детето си, не му прави добро. Така че за да сме добри родители, нека най-напред опитаме да сме естествени и искрени.

Най-добрият начин да бъдем естествени е да разберем детето у нас. Детската ни душа не умира, когато навършим двайсет и една години. Детските ни чувства остават скрити зад фасадата ни на възрастни хора. Ние всички носим в себе си някогашното дете. Ако не беше така, щяхме да сме напълно неспособни да разберем децата и да общуваме с тях. Затворени във възрастния си свят, нямаше да можем да видим света както го виждат те.

Някои родители окончателно са загубили контакта с детето в себе си. Спомените от детството и юношеството им са напълно изтласкани. Сякаш никога не са били нито деца, нито юноши, сякаш са се родили на двайсет и една години. Това е трагично за тях. Защото единственият начин да схванем наистина психологията на детството е да запазим или да възстановим контакта с останалото в нас дете.

Рей Бредбъри прекрасно описва усета за детство в книгата си „Вино от глухарчета“. Дванайсетгодишният Дъглас Сполдинг се опитва да убеди г-н Сандерсън, собственик на магазин за обувки, да му продаде кецови с един долар по-евтино от означената цена. В замяна Дъглас обещава да работи за г-н Сандерсън, когато получи кецовете си. За да е убедителен, той помолва търговеца сам да изпробва този вид обувки, за да „усети какво е“. Не особено охотно г-н Сандерсън приема и обува кецовете, които изглеждат „странно към тъмния панталон на костюма му“. И сега Дъглас казва следното:

„Моля ви, господин Сандерсън/ Полюлейте са малко напред-назад, повдигнете се на пръсти, сякаш ще скачате, докато ви говоря! Ето. Давам ви парите, вие ми давате обувките, остава да ви дължа един долар. Но, господин Сандерсън, знаете ли какво ще стане, като ги обуя?

Хайде хоп! Предавам колетите ви, донасям ви пощата, нося ви кафе, изгарям старите ви кутии, тичам до пощата да ви изпратя телеграмите, отскачам до библиотеката. Всеки миг ще извършвам работа за дванайсет души. Вижте обувките на краката си, г-н Сандерсън! Усещате ли как ще се понеса с тях? Ами еластичните подметки! Чувствате ли как ви се ще да заподскачате? И как безупречно прилепват към земята и ви подтикват да затичате? Просто не е възможно да стоите мирно! Нали разбирате как бързо ще свърши всичко, за да ви услужа? Вие ще си почивате на хлад в магазина, докато аз ще тичам из целия град! Всъщност не аз, а обувките! Те ще тичат като луди по улиците, ще взимат завоите, ще се връщат! Готово, ето че тръгнаха!"

Господин Сандерсън стоеше, замаян от този поток от думи! И потокът скоро го завлече: той намести крака в обувките, размърда палците си, изду прасците си, прегъна глезените си. Залюля се едва-едва напред-назад, само за себе си, на лекия вятър, който подухваше през вратата. Кецовете безшумно притискаха килима, връзваха се в него като в гъста дива трева... Г-н Сандерсън достолепно опря токове в... меката и приветлива пръст. Хиляди чувства озариха лицето му като примигващи цветни светлини. Устата му бе полуотворена. После бавно се успокои, още веднъж се залюля и спря. Гласът на детето бе "замрял и двамата се гледаха в тържествено и проникновено мълчание.

Господин Сандерсън бил загубил усета си за детство. Виждал кецовете само през погледа на възрастен. Не си спомнял какво представляват едни кецове за дванайсетгодишно дете.

И Дъглас му помага да преоткрие чувствата от собственото си детство.. Ето какво може да направи детето ви за вас. Научните знания, които придобиваме за него, няма да ни свършат работа, ако сме лишени от усет за детство. Но ако успеем чрез въображението си да влезем в кожата на детето си и да видим как му изглежда светът, да усетим света както то го усеща, тогава всичко, което не знаем за децата и възпитанието им, ще ни се разкрие лесно и естествено.

За тази цел не е зле да поработим с материала, използван от детето ни. Да се престорим, че сме на три или четири години. Направете това сами, но и с детето си. Опитайте да порисувате, без да изобразявате нещо определено, само колкото да изпробвате цветовете, както бихте направили на три години. Подраскайте с цветен молив или пастел. Отново без „да рисувате" каквото и да било. Задоволете се с драскането, с играта на цветовете и линиите. Вземете глина или пластелин, обработете ги и вижте какво изпитвате. Пуснете си плоча с екзотична музика, която ви пренася другаде, и потанцувайте, за да изразите чувствата си под звуците на полинезийския там-там или на гватемалската маримба. Идете на пясъка, загребете го с шепя и го оставете да потече между пръстите ви - ще видите колко е приятно. Проверете дали можете отново да го почувствате с ръцете си така, както когато сте били малки. Постройте нещо от пясък - замък, къща, път или тунел.

Веднъж прекарахме лятната ваканция на Канън Бийч в Орегон. Един от най-хубавите ни спомени от онова лято е конкурсът по строене на пясъчни замъци, организиран всяка година на Канън Бийч, в който участвахме семейно. Изживяхме прекрасни мигове, докато строяхме заедно и всеки допринасяше за общото дело.

В нашето детско училище организираме от време на време дни на свободен достъп за родителите. Тогава оставяме на тяхно разположение всички материали, с които си играят децата - хартия, боя, пастели, дърво, лепило, глина, барабанчета и други музикални инструменти. После дискретно се оттегляме. За един цял следобед тези родители отново стават деца в предучилищна възраст. И това страхотно им харесва! Чувстват се привлечени, погълнати от материалите, дори ако никога преди не са вършили нищо подобно. Както се изрази един баща: „Мисля, че разбрах какво е това детско училище едва сега, когато имах възможност да правя същото, което прави момченцето ми.“ Сигурно ще споделите мнението му, ако опитате силите си в някоя от дейностите, с които се занимава детето ви, преди да тръгне на училище.

Усетът за детство

Да, той е афективната основа, необходима за всяко научно познание относно растежа и развитието на детето. Без него родителите зле тълкуват научните факти и не съумяват да ги приложат. Ние наблюдаваме тези факти с очи на възрастни и едва когато си припомним, че сме били деца, всичко става ясно и разбираемо. Защото в най-буквалния смисъл на думата афективното разбиране, което проявяваме към детето ни, е истинският ключ към приключението. Приключението на родителския занаят. На добър път!

ПОСЛЕДНИ ДУМИ

В тази книга се опитам да изложа „науката“ на родителския занаят. Надявам се също да намерите в нея и здравия разум, който върви ръка за ръка с науката. Да говорим само за просветеността на родителя, означава да подценим неговата *интелигентност*. А да говорим само за здравия разум, необходим на родителите, означава да надценим *информацията*, с която разполагат.

Бих искал да завърша с едни думи, които ни водят далеч отвъд науката и здравия разум— думи за чувствата, за любовта.

Любовта на майката към детето ѝ е по-важна от всяка научна аргументация. Любовта на майката към детето ѝ е по-важна от всички здрав разум, който би могла да прояви, докато го отглежда.

Както казва Сантаяна в един от любимите ми сонети:

„Мъдростта не означава само да си мъдър и да затваряш очи пред скритото у теб.
Мъдро е да вярваш в гласа на сърцето.“

Вслушвайте се в гласа на сърцето! Някой ден може да се поколебаете пред поставен от детето ви проблем. Тогава науката и здравият разум ще ви подскажат едно, а сърцето ви друго. Вярвайте на сърцето си!

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Играчки и игрови материал, подходящи за различните стадии на развитие

1. РАННО ДЕТСТВО

(От раждането до прохождането, тоест до края на първата година)

Това е възрастта на играчките за сензорно стимулиране. Първата година от живота е период на интензивно усвояване на нови неща. Тогава бебето изследва чрез сетивата си свойствата на своята вселена. През цялото време, когато не спи, то гледа, слуша, вкусва, усеща и пипа всичко, до което може да достигне. Преди да придобие способността да назовава предметите, то създава в ума си техния вътрешен модел. Открива чрез допир твърдостта, мекотата и формата на нещата. Умствено ги сравнява, измерва, съчетава с други неща, слага ги в устата си или ги мирише. Непрекъснато борави със средата си. Какви играчки са му необходими за по-доброто сензорно изследване на тази среда?

1. Висулки, окачени над люлката, закупени или направени от майката
2. Обръч над люлката, на който да се окачат висулките
3. Дрънкалки
4. Гумени играчки
5. Всякакви безопасни цветни и привличащи вниманието предмети, окачени над люлката или кошарката
6. Плюшени животни за галене
7. Пластмасов аквариум с живи рибки, закрепен встрани от люлката
8. Играчки за хапане
9. Малка топка от мека тъкан
10. Съшити парчета плат от различни материи
11. Подбор от предмети от всекидневието
12. Вода
13. Играчки, които да плуват във ваната - пластмасови или гумени
14. Гъба за ваната
15. Музикална кутия
16. Кошче ненужни хартии и пликове

11 ВЪЗРАСТТА НА ПЪРВИТЕ СТЪПКИ

(Приблизително от момента на прохождането до края на втората година)

През този стадий се развива активното и двигателно изследване на средата му. Детето вече може да се придвижва и „пипа всичко“. Тези проучвания ще утвърдят доверието му в себе си или ще породят в него съмнения, ще го научат да се бои от собствената си ненаситна любознателност. Какви играчки ви трябва, за да му помогнете да затвърди доверието в себе си?

А Играчки за развитието на големите мускули (главно в игри навън)

1. Пирамида за катерене (катерушка)
2. Пързалка
3. Количка за дърпане
4. Конче за яздене
5. Кухи картонени кубове
6. Кухи дървени кубове
7. Малки, но здрави дървени плоскости
8. Пясъчник и играчки за пясъка
9. Колички и камиончета за игра в пясъка
10. Твърди пластмасови човечета или животни за игра в пясъка
11. Пясък и пръст
12. Играчки за вода: пластмасови корабчета, големи лъжици и др.
13. Стар кафеник
14. Здрава лопатка за игра в пясъка и пръстта
15. Големи камиончета и коли от дърво или метал
16. Играчки за дърпане
17. Колиба, направена от родителите
18. Голям картонен кашон, в който детето да може да влиза
19. Домашни любимци - *по-скоро куче*, отколкото котка (освен в апартамента)

Б. Играчки за въщи

1. Открити лавици (а не сандъче за играчки), върху които да се подреждат книгите и играчките,
2. Кубически кутии със страна 25 см за строене и прибиране на играчките
3. Конче-люлка
4. Домашни уреди за катерене
5. Картонени кутии с всякакви размери
6. Играчки за трупане
7. Играчки за удряне
8. Големи мъниста за нанизване
9. Плюшени животни за галене
10. Топки
11. Прости пъзели
12. Гумени животни
13. Надуваема топка
14. Малка гумена топка
15. Колички и камиончета
16. Големи коли и камиончета
17. Кукли
18. Кукленски сервиз
19. Кукленски гардероб
20. Вода и играчки за вода: настърган сапун, всякакви плаващи предмети
21. Големи кухи кубове от дърво

В. Книги

1. Книги с картонени или платнени страници (детето несъмнено ще започне да ги проучва, като си ги пъхне в устата!)
2. Каталози за продажба на стоки по пощата.
3. Каталози за марки
4. Каталози за играчки

5. Всякакви книжки с големи картинки и с името на предмета или образа, за да може детето да назовава заобикалящия го свят и да развива езика си

6. Книжки с илюстрирани съвсем прости приказки

III. ПЪРВО ЮНОШЕСТВО

През този етап се утвърждава *индивидуалността* в противоречие със социалния конформизъм. Изкачвайки стълбицата на своята игрова зрелост, сега детето ви е на стъпалото *на успоредните игри*. Играчките и игровият материал, който сте му осигурили през етапа на първите стъпки, продължават да му служат и да имат успех, но вече можете да му дадете и нов вид играчки. Например досега не сте му позволявали да си играе с пастели, тебешери или боя, защото е щяло да ги налага. Но вече е достигнало нов стадий и му е напълно по силите да ги използва. Готово е и за конструктори, с които дотогава не е можело за борави.

А. Игри за развитието на големите мускули (играчките и игрите от възрастта на първите стъпки все така ще привличат детето ви.)

Б. Игри вкъщи

1. Черна дъска (80 на 60 см), цветни тебешери и бял тебешир (това е най-простият и най-полезен материал, който можете да дадете на детето си на този стадий от развитието му. То ще си служи с него през целия предучилищен период и дори в началното училище)
2. Малко бюро или масичка, на които да може да рисува (и то ще му служи години наред)
3. Малко здраво столче
4. Табло (може и от корк), на което да забожда произведенията си
5. Статив за рисуване

В. Материал за творчески игри

1. Хартия с различни форми и размери, включително вестникарска
2. Моливи
3. флумастери
4. Боя в туби или бурканчета
5. Боя в гърненце, за да рисува с пръсти
6. Глина
7. Пластелин
8. Статив, за рисуване навън (можете сами да го направите и за го закрепите на оградата; за боята използвайте малки бурканчета от детски храни)

9. Дървени или меки пластмасови кубчета (не купувайте голяма игра на кубчета - на тази възраст детето самб ще ги трупа на купчина и ще свиква с тях Едва на следващия стадий ще се нуждае от по-големи кубчета, защото тогава ще е готово да строи по-сложни неща.)
10. Различни видове играчки за сглобяване
11. Най-простото Лего

Г. Игри за въвеждане в света на звуците и музиката

1. Ударни инструменти: барабанче, тимпан, тенджери, метални кутии, триъгълник и други, които можете да купите или да направите сами
2. Инструменти със специфичен звук - ксилофон, акордеон и пр.
3. Евтин грамофон или магнетофон.
4. Евтини плочи, които детето само да пуска
5. Семеен грамофон
6. Качествени плочи, които вие да му пускате

Д. Разнообразни игри и съоръжения, подходящи за тази възраст

1. Нечупливо огледало с дървена рамка (насърчава детето да осъзнае самоличността си)
2. Играчка-самосвал
3. Камионче
4. Играчки на колелца
5. Каручка
6. Големи вагончета

Това са все скъпи, но отлични за тази възраст играчки. Детето може да седне в тях и да ги движи. То ще ги ползва често, чак до училищната възраст.

7. Лото с картинки
8. Пъзели
9. Животни от твърда пластмаса - домашни и диви
10. Хора от твърда пластмаса - космонавти, каубои и индианци, войници

IV. ПРЕДУЧИЛИЩНА ВЪЗРАСТ (от 3 до 5 години)

През тези две години детето ви прави огромна крачка напред в интелектуалното и емоционалното си развитие. Вече е достигнало до стадия на съвместната игра с другите деца. Силно реагира на интелектуалното стимулиране. Ако домът ви му осигурява игри вътре и навън като тези в добре оборудвано детско заведение, това ще го обогати в интелектуално и емоционално отношение. Посетете някое детско училище и обърнете специално внимание на игрите и съоръженията, за да видите как да се снабдите с подобни и вкъщи. С малко изобретателност можете и сами да си направите много от тях.

A. ИГРИ ЗА РАЗВИВАНЕ НА ГОЛЕМИТЕ МУСКУЛИ

1. Пързалка със стълбичка
2. Велосипед с три колелета
3. Количка
4. Въжена стълба
5. Големи кухи кубове
6. Дъски
7. Люлка

Б. ИГРИ ЗА РАЗВИВАНЕ НА МАЛКИТЕ МУСКУЛИ

1. Пастели, моливи, флумастери и хартия
2. Ножици
3. Лепило
4. Различни конструктори
5. Чукче, пирони, трионче - истински сечива, с които детето ви може да борави под ваше наблюдение
6. Тезгях

В. СТРОИТЕЛНИ ИГРИ

1. Щайгички и кухи кубове, с които детето да строи само или с други деца улици и пътища
2. Село
3. Колички и камиончета, с които да играе в градовете от кубчета
4. Пластмасови животни и хора за игра с кубовете или на пясъка
5. Метални коли и камиони, булдозери, кулокранове
6. Малки метални колички и камиончета

7. Влакче на релси
8. Каручки
9. Дървени животни
10. Комплекти от гумени животни
11. Кранове, макари и др.
12. Гумени животни
13. Конструктори

Г. ИГРИ, НАСЪРЧАВАЩИ ЖЕСТОВЕТЕ И ВЪОБРАЖЕНИЕТО (от 4 до 5 години)

1. Марионетки (използвайте за сцена някое кътче от колибата, която сте му направили)
2. Семейство от гъвкави кукли
3. Кукленски гардероб
4. Лекарска чанта
5. Детски магазин (скъп е, но и вие можете да направите някой по-прост)

Д. КЪТ ЗА ИГРА НА МАМА И НА КУКЛИ ЗА МОМИЧЕТАТА

1. Готварска печка, мивка, хладилник, купени или направени от вас
2. Тенджерки, сервизи и прибори, съобразени с ръста на детето
3. Кукли и кукленски къщички (Избягвайте електронните-кук-ли. Сами направете куклите. Те сигурно ще са по-хубави от тези, които бихте купили.)

Е. РИСУВАНЕ И РЪЧЕН ТРУД

1. Пластелин
2. Големи пастели
3. Боя
4. Големи четки (избягвайте тънките четки на тази възраст)
5. Цветна хартия за лепене
6. Лепило и предмети за лепене (не изхвърляйте нищо - запазете го за колажите)
7. Изрезки от гумирана хартия за абстрактни колажи
8. Марки
9. Различни материали за гравирание - лимони, портокали, картофи, ключ, конец, листа

10. Евтини репродукции за украса на стаята на детето и за създаване у него на усет към красивото
11. Висулки за окачване
12. Инструменти за гравирание
13. Боя за рисуване с пръсти

Ж. ИГРИ И ИГРАЧКИ, НАСЪРЧАВАЩИ ЗНАНИЕТО

1. Обучение по четене и развитие на езика

- а) дървени букви и цифри
- б) магнитни букви и цифри
- в) букви и цифри от гласпапир
- г) малка печатница
- д) гумени печати с букви и цифри
- е) картончета, върху които да пицете познати думи
- ж) материали, с които детето да си направи книжка с картинки, изрязани от списания
- з) всякакви пъзели и) домино
- й) игри за сглобяване (на цветовете, форми и др.)

2. Математика и числа

- а) линейки на Кюизнер
- б) мозайки с геометрични елементи
- в) дървен часовник, за да се научи да познава колко е часът

3. Науки

- а) магнити
- б) научни игри
- в) научни плочи
- г) научни книги за най-малките

4. Чужди езици

- а) плочи или касети за обучение по чужди езици на най-малките
- б) книжки за обучение по чужди езици на най-малките

3. МУЗИКАЛНИ ИГРАЧКИ

1. Ритмични инструменти
2. Плочи

И. ПОСЕЩЕНИЯ НА ИНТЕРЕСНИ МЕСТА

1. Пожарна команда
2. Полицейски участък
3. Вестник
4. Мандра
5. Банка
6. Хлебопекарница
7. Леярна

Й. НЕВИДИМИ „ИГРАЧКИ“, КОИТО ИМАТЕ В ГЛАВАТА СИ

1. Измислени от вас приказки
2. Измислени от детето ви приказки
3. Историята на семейство птички
4. Няма ли да е забавно, ако...?
5. Какво би станало, ако...?
6. Какво е това - твърдо, течно или газообразно?
7. Какво е това - човек, място или предмет?
8. Двайсет въпроса: животно, растение или минерал

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Евтини или безплатни детски играчки от А до Я. Телевизията непрекъснато залива децата ни с реклами за играчки, играчки и пак играчки, като по Коледа, както добре знаят препатилите родители, рекламната кампания достига апогея си. Родителите често пренебрегват факта, че играчките, от които децата биха извлекли най-голяма полза, могат да бъдат направени от безплатни или поне съвсем евтини материали. Точно те развиват изобретателността и въображението на детето, при това много повече, отколкото скъпите самоходни играчки. Нека разгледаме азбучника на евтиния материал за игра.

А. Артистична дейност. Ние често имаме твърде ограничен поглед върху материалите, които децата ни могат да използват, за да творят „произведения на изкуството“. Доставяме им само бои, моливи и хартия. Не се сещаме за неща като картони за яйца, хартиени торбички, стари копчета, скъсани ластици, използвани кибритени клечки, клечки за зъби и още хиляда и един подобни предмети. Децата могат да ги използват за колажи и различни конструкции.

Б. Боклуци. Мъдрата майка ще заведе детето си на битпазара и на всяка разпродажба на вехтории. Предмети, на които ние, възрастните, не придаваме никаква стойност, могат да завладеят въображението на малкото дете. Старата кореспонденция например. Ние я изхвърляме, но детето ни ще е щастливо да си играе с нея, да отваря и затваря пликите. Доставете стара пощенска кутия в двора си и пускайте вътре ненужната си кореспонденция - ще създадете чудесно място за игри.

В. Въображение. Този материал е абсолютно безплатен и може да бъде намерен в ума на родителя, който си даде труд да го използва. С безценния дар на въображението си родителят ще открие „игрови материал“ за малкото си дете в кажи-речи всичко у дома си. Вратата на хладилника може да се превърне в метално табло, върху което детето да учи азбуката с помощта на магнитни букви. Старият кафеник става за варене на вълшебни питиета. Метлата с дълга дръжка е прекрасна за яздене. И тъй нататък. Размесете съдържанието на дома ви с вашето въображение, разклатете добре и ето че разполагате с много най-неочаквани играчки за детето ви.

Г. Гатанки. Децата обичат телевизионните гатанки. Защо да не си измислите и ваши, домашни? Можете да ги задавате навсякъде - в колата, на лодка, на пикник. Измисляйте по-лесни за малкото ви дете. „Обзалагам се, че няма да познаеш за какво си мисля. Червено е и ти много обичаш да го ядеш.“ На по-голямо дете задавайте по-трудни гатанки.

Д. Дървен материал. Дървеният материал е скъп, ако трябва да го купувате, но дървените отпадъци са безплатни. Списъкът на играчките, които можете да направите от дървени отпадъци, е безкраен. Не е необходимо дървените играчки да са добре изработени и елегантни. Постройте лодки, къщи, коли и камиони. Оцветете ги с цветни моливи или с боя, или не ги оцветявайте, ако предпочитате. От дърво стават и животни, хора, дори работи. Играчките, които бихте направили от дървени отпадъци, ще бъдат по-здрави и дълготрайни от много купени от магазина играчки.

Е. Екскурзии. На екскурзия може да се отиде не само в планината. Заведете детето си в някоя банка, в хлебопекарница, пожарна команда, полицейски участък... - списъкът е безкраен. Хлапето ви не познава тези места и екскурзията ще разшири интелектуалните му хоризонти.

Ж. Животни. Децата обичат играчките-животни и особено ще ги харесат, ако им ги направите вие. Изрежете ги от мукава. Ако имате трионче, използвайте дърво. Но какъвто и материал да изберете, залепете ги или ги заковете за плоско парче дърво, за да стоят изправени. Оцветете ги. За тази цел не е нужно да сте художник. Дори и ако формата на животното е съвсем приблизителна, детето ви няма да възрази. Ще го обикне, колкото и недо-дялано да е, защото ще е негова собственост, създадена за него от родителя му.

Вземете му и живо животно, котенце или кученце например. Винаги се намира някой да раздава котенца или кученца. Те, разбира се, не са съвсем безплатни, защото ще трябва да ги храните. Но възпитават у малкото дете нежност и спонтанност.

3. Клечки за зъби. Те могат да се лепят върху хартия, картон или дърво - стават интересни колажи. Използвайте ги и за да учите детето на печатните букви, като ги подреждате върху пясък. Или му помогнете да прави от тях къщи или крепости. От клечки за зъби може да се прави какво ли не!

И. Игри. От парче здрав картон можете да направите каквато искате състезателна игра. Начертайте маршрута на състезанието с квадратчета, като тук-там напишете: „Три квадратчета назад“ или „Напред до стария замък с призраците“. Трябват ви още предмети за местене за всеки играч и чифт зарчета, и играта е готова. За да придадете на играта личен елемент, използвайте специфични за семейството ви интереси или дейности.

За игра на топчета са ви необходими топчета и шперплатов плот. Пробийте дупки в шперплата и определете различен брой точки за всяка дупка. Можете да си направите и игра на бинго или рулетка и какво ли не. Домашно направените игри са изключително привлекателни за малките деца, особено, ако са участвали в планирането и направата им.

К. Кубчета. Има ги, разбира се, в магазина за играчки. Но защо не изпробвате сръчността си и не ги измайсторите сами? На близкия до дома ви строеж или в боклукчийската кофа на дърводелеца или в склада на съседния магазин ще намерите материал за кубчета с всякакви размери. Така детето ви ще е снабдено с най-добрия възможен комплект за игра.

Л. Лепене. Лепенето на различни материали върху хартия, картон или плат се нарича колаж. Почти всичко може да се използва в колажа - цветни парчета плат, листа от растения, клонки, копчета, цветна хартия с необичайна форма, стари коледни картички. Постелете работното място с вестници или найлон. След това сипете лепило в стара форма за торта, дайте на детето евтина четка и само гледайте какво става!

М. Марионетки, Правят се от много материали - от плат с избродирани черти на лицето, от картон, от дърво или дори от дървени лъжички за сладолед. Нарисувайте върху лъжичката лице с молив или боя и марионетката е готова! Сковете за сцена няколко парчета дърво. Страхотно! Отворили сте врата към нов театрален свят за детето ви.

Н. Ненужни вещи. Трябва вече да сте разбрали - няма такова нещо като ненужна вещь за дете в предучилищна възраст. Ако имате въображение, вие или детето можете чудесно да я използвате за нещо. В краен случай употребете я в колаж!

О. Обич. Вашата майчина обич е най-големият дар за детето ви, когато си играете с него. Не се колебайте да му я показвате - без нея то не може да си изгради стабилна себепредстава. Направете всичко възможно и таткото да показва своята, като отделя от времето си за игри и разходки с детето.

П. Празни кутии. Близкият до дома ви магазин е неизчерпаема мина за кутии. Поискайте да ви дадат по-малки за строеж на къщи или градове. Или пък направете от тях животни или хора. А може и просто да дадете кутиите на детето без всякакви предложения. То ще им измисли предназначение, каквото не сте и сънували!

Р. Разни работи. Откривате ги, когато не ги търсите,, Ако успеете да излезете от обичайната си умствена нагласа, ще се справите. Представете си, че забележите на битпазара нещо интересно, но не знаете за какво служи. Предметът е любопитен и не е скъп. Купете го! А ето как не да откривате, а да правите разни работи. Запишете на листчета каквато дейност ви дойде наум и ги приберете в някоя кутия. В почивния ден, когато се чудите с какво да занимавате детето си, извадете едно и направете точно каквото сте записали.

С. Стари дрехи. Не изхвърляйте старите си дрехи. Дайте ги на детето си - ще му послужат, когато реши да се маскира.

Т. Тебешири. Бели или цветни, те са необходими на детето ви, за да драска, рисува и пише. Не забравяйте черната дъска. Тя може да не е съвсем евтина, но ще му е полезна през целия предучилищен период и дори когато стане ученик.

У. Училище. Не сте забравили, че училището започва вкъщи, нали? Научете детето си да брои, като си послужите с копчета -те не струват нищо. Изрежете от картон или гласпапир буквите от азбуката и му помогнете да ги разпознава. Така ще развиете интелекта му и ще го подготвите за истинското училище.

Ф. флумастери. Те са едно от най-великите изобретения на двайсетия век, насърчаващи децата да рисуват или пишат. Малките деца ги харесват, защото лесно се плъзгат по хартията и с тях се борави удобно.

Х. Хартиени отпадъци. Вземете ги от близката печатница или пък дайте на детето си просто стари вестници. Кой казва, че то иска да рисува само върху бяла хартия? Хартиените отпадъци стават и за колажи.

Ц. Цветни моливи. С цветните моливи се борави по-трудно, отколкото с флумастерите, но те имат предимството, че по-добре развиват малките мускули. Не ги пренебрегвайте.

Ч. Четене. Четете на детето си приказки и стихчета и го научете и то да чете. Изработването на собствени книги е особено стимулиращо. Нека детето да ви ги диктува или да ги пише само, без вашата намеса. Така ще са само негови. И непременно изпишете името му, нали то е авторът!

Ш. Шега. Децата обичат хумора. Използвайте това, за да играете с тях на игри като „Няма ли да е забавно, ако...?“, включвайки в тях смешни предположения. Или им задайте например въпроса: „Колко слона има в стаята?“, за да им покажете, че и нулата е число.

Щ. Щипка за пране. Щипки за пране и халки, парчета чист плат, пластмасови шишета и чинии, целофан, празни картонени кутии и кухненски съдове - всички тези неща не струват нищо или почти нищо, но са безценни за интелектуалното стимулиране на детето ви в най-ранната възраст,

Ъ. Ъгъл. Освободете от опасни предмети един ъгъл в дневната, където бебето ви да се забавлява на воля. Дайте му играчки, както и обикновени предмети от всекидневието. Така ще обогатите опита му и ще си осигурите половин час спокойствие.

Ю. Юрта. Юрта, индианска колиба, иглу или обикновена къща - всичко това може да се направи от голяма картонена кутия като тия, в които продават хладилниците. Осигурете такава на детето си, то ще прекара вътре само или с другарчетата си часове в игри, чрез които ще развива въображението и изобретателността си.

Я. Яхта. Не, не ви съветвам да купувате на детето си яхта. Яхтите, лодките, корабчетата от пластмаса, канчетата и тасчетата са незаменими и евтини аксесоари за игрите на най-малките във ваната или в голям леген на открито. Децата обожават да си играят с вода. Насърчавайте ги - тогава са и по-чисти, и по-мирни.