

ПОЧЕМУ ДЕТИ БЫВАЮТ НЕРВНЫМИ

«Он — не малыш: «нервотрепало» в доме».
(Из рассказа мамы Тимура С., 3,5 года)

Обвиняя своего ребенка в излишней нервности, задумайтесь на минутку: нет ли Вашей вины в этом? А если есть, так в чем она состоит и действительно ли Вы виновны?

Очень трудно ответить: действительно или нет, в полном смысле этого слова, но заранее, заблаговременно до рождения малыша, Вы могли бы уже предвидеть его будущий «нервный» характер и пытаться любыми возможностями эту «нервность» предотвратить. Так что очень большая ответственность возлагается на беременную.

Любой будущей матери необходимо создать плоду особый «комфорт», обеспечить его безопасность, защитить своего малыша, пусть еще не родившегося, но стремящегося жить. А для этого надо пожертвовать многим, поступиться своими желаниями, отказаться от давних привычек и взглядов, изменить образ жизни. Любой будущей матери надо сделать все-все от нее зависящее, чтоб различные вредности, внутриутробно не воздействовали бы на нервную систему плода. Ну, а вредности — это курение, алкоголизм, даже малый глоточек шампанского — яд. Все инфекции, перенесенные во время беременности, начиная от ОРВИ и до самых опасных, — это тоже угроза и риск повреждения нервной системы плода. Остановленный выкидыш, резус-несовместимость, прием разных лекарственных средств... Словом, будущего ребенка на каждом шагу подстерегают опасности. Есть такие, которые можно предотвратить, потому что они управляемые. Среди них наиболее травмируют женщину — конфликты в семье. Все конфликты, как мины замедленного действия для беременной. Они — главный источник ее психического дискомфорта. А психический дискомфорт отражается даже на показателях крови, и не только беременной, но и плода, что потом отзовется в дальнейшем, когда плод уже станет ребенком.

Когда будущей матери не нужен малыш, когда он, нерожденный, уже не желанный и все мысли беременной о малыше, как о страшной обузе в ее личной жизни, то ребенок, родившись, своим диким нравом словно мстит всем за это и волей-неволей заставляет, чтоб Вы уделяли ему, если даже не хочется, много внимания.

Причиной «нервности» ребенка могут быть и эмоциональный стресс, испытываемый беременной во время сдачи экзаменов, зачетов, и конфликты на работе, издержки быта... Короче говоря, любая ситуация, сопровождающаяся волнением.

Стресс может быть не только у беременной, но и у роженицы. Он ослабляет родовую деятельность, затягивает роды и вызывает кислородное голодание плода.

Поэтому любая родовая травма, стремительные роды, симптомы недоношенности и переношенности в дальнейшем могут отразиться на поведении ребенка.

Когда беременность и роды прошли благополучно, «невротизировать» ребенка могут все воспалительные и механические повреждения головного мозга. Любое острое заболевание способно на какой-то срок оставить след на психике ребенка, тем более хроническое. Когда малыш как будто без причины капризен, обследуйте его: Причины могут быть различны: от аденоидов и до глистов.

Однако больше всего ранят психику детей условия их жизни, тот микроклимат, что Вы создаете. Ребенку трудно вынести, когда он то «тропический», то «резко континентальный», а Вы, как будто бы волшебной палочкой, жонглируете воспитанием, и Ваш конечный результат нередко попадает «пальцем в небо».

Всех воспитательных ошибок не перечесать. И чаще всего виновата мама. Малыш все время подражает ей, стараясь быть похожим на нее. Поэтому, когда она капризна — он капризен, она раздражена — он раздражен, она эгоистична — он эгоистичен. Короче, в доме появляется ее двойник и копия с оригинала — малыш с таким же нравом и характером. Недаром говорят: «У нервной мамы — ребенок нервный». Невротизирует ребенка ряд причин: он очень часто беспокоен, когда недосыпает, когда весь день его проходит в просмотре телевизионных передач, когда он слушает ужасные истории и сказки, когда он ходит в гости, где очень шумно или многолюдно...

Неуправляемый ребенок часто бывает и в такой семье, где «скрещивают шпаги» два поколения: отцы и дети, его родители и их родители. Обычно в этих семьях все «ломают копыта», чтоб доказать, как правильно воспитывать ребенка. И если мама утверждает «можно», то бабушка твердит в ответ «нельзя». Малыш в растерянности, кому верить, предпочитая тех, кто управляет «можно». А Вы, потворствуя желаниям ребенка, навряд ли знаете, что это сильно ослабляет процессы его торможения, сопровождаясь рядом невротических реакций.

Таким реакциям подвержен также и ребенок, которого Вы «укрощаете» ремнем. Любой «физический» вид наказания сопровождается реакцией протеста.

Все избалованные дети капризны тоже, особенно когда их хвалят без предела, внушая, что они — неповторимы. Высокая самооценка их приводит часто к конфликтным ситуациям. Такой малыш не может адаптироваться к саду. В кругу своих ровесников его неповторимость не видна. Зато он часто отстает от них во многих навыках развития: не может сам одеться, застелить постель, не знает, как зашнуровать ботинки. Все это вызывает нарекания, насмешки. Ведь в детском коллективе жесткие законы. Малыш не хочет примириться с этим и... протестует.

Его реакция протеста достигает апогея, когда в семье вдруг появляется новорожденный, и мама с папой отдают все предпочтения ему. Нежданный, непредвиденный удар судьбы. Его предали... Предали ради неумейки — несмышленища, который ничего не понимает, а только день и ночь кричит и плачет.

И чтоб напомнить о себе, ревнуя, ребенок Ваш устраивает сцены, причем такие, на которые нельзя не обратить внимание. И Вам теперь уже невольно надо помнить, что в доме есть еще один малыш, довольно умный, малыш-помощник, на которого возможно положиться. Так что, пожалуй, нечего и думать, кто из двоих достоин предпочтения.

Еще сильнее, чем рождение младенца, травмирует ребенка, делая неуправляемым, распад семьи. Ему необходимы как и мама, так и папа. Он любит их обоих сразу. Уход кого-нибудь из них из дома — невыносимая трагедия. Немного раньше он невольно был свидетелем конфликтов, участником их и судьей. Все это глубоко запало в душу. Он стал как будто бы наэлектризованным и по малейшим пустякам способен разрядиться.

Невротизирует ребенка часто и факт рождения в семье, где нет отца, особенно когда он подрастает и начинает это сознавать.

Пожалуй, как подсолнух тянется за солнцем, так Ваш ребенок — за любовью к Вам. И вдруг однажды он невольно открывает, что мама с папой больше уделяют ему внимания тогда, когда он что-то сделает не так, как принято вокруг. Когда же он ведет себя «как надо», они все время заняты собой, своими неотложными делами, и он, наверно, им тогда не нужен. Но с этим он не хочет примириться. И действует... любой ценой отстаивая свое «Я». А мы гадаем, почему ребенок нервный.

КАК НАДО вести себя родителям, чтобы ребенок не был нервным

- Еще задолго до рождения побеспокоиться о его здоровье.
- Отказаться от вредных привычек и наладить здоровый образ жизни.
- Оберегаться от инфекций и соблюдать все противоинфекционные мероприятия.
- Постоянно находиться под наблюдением в женской консультации.
- Избегать эмоциональных перегрузок и психологических травм.
- Разрядить конфликтную ситуацию в семье.
- С первых дней беременности думать о ребенке в солнечных тонах, ждать его, как самую большую радость в жизни.
- Пройти курс психопрофилактики перед родами, предупредить родовой стресс.
- С самых первых дней жизни ребенка создать ему психический комфорт.
- Не раздражаться, запастись терпением.
- Все время помнить, что Вы — пример для подражания.
- Найти всем взрослым единый воспитательный подход.
- Не завывать возможности ребенка и не внушать ему неповторимость.
- Ни в коем случае не унижать достоинство ребенка своими методами наказания.
- Всегда быть с ним доброжелательными и тактичными.
- При появлении новорожденного в семье все делать так, чтобы малыш не ощущал себя

ненужным.

- Стараться избежать развода и сохранить семью.
- Ребенок Ваш не должен быть «орудием» в борьбе друг с другом.
- Он — не судья в конфликтах.
- Оберегайте малыша от травм и от заболеваний, воздействующих в основном на нервную систему.

нервную систему.

- Уделяйте максимум внимания ребенку, который чем-то только что переболел.
- Закаливайте малыша и тренируйте его нервную систему.
- Не злоупотребляйте неправильными типами воспитания детей.

КАК НЕ НАДО вести себя родителям с нервным ребенком

- Не заботиться о здоровье будущего ребенка.
- Употреблять спиртные напитки и курить во время беременности.
- Не соблюдать противоинфекционные мероприятия.
- На протяжении беременности думать о неродившемся ребенке, как о будущей обузе.

- Создавать и быть активным участником конфликтных ситуаций.
- Не заботиться о психопрофилактике родов.
- Воспитывать ребенка методами, приводящими к психическому дискомфорту.
- Конфликтовать в присутствии ребенка.
- Использовать его как средство борьбы между супругами.
- «Делить» между родителями, желающими разойтись.
- При появлении новорожденного в семье лишать ребенка прежней любви и ласки.
- Не обращать внимания на травмы и болезни малыша.
- Не закалять и не тренировать специально его нервную систему.
- Довольно часто злоупотреблять неправильными типами воспитания детей.

По книге А.Баркан «Его величество ребенок»