

Соколова
Людмила
Владимировна



Доктор биологических наук, профессор кафедры высшей нервной деятельности и психофизиологии Санкт-Петербургского государственного университета. Родилась в 1950 году в Санкт-Петербурге, закончила исторический факультет СПбГУ. В 2005 году защитила диссертацию на соискание ученой степени доктора биологических наук. Автор более чем 120 научных и учебно-методических работ, в том числе 6 монографий и 3 учебников и учебных пособий. Область научных интересов — закономерности формирования интегративной деятельности мозга в норме и при нарушении развития; возрастная психофизиология; биологическое и социальное в природе человека; психофизиологические основы социальной адаптации ребенка.

Участвовала в организации академиком Российской академии образования А. С. Батуевым Научного центра «Психофизиология матери и ребенка» при Санкт-Петербургском государственном университете, работающего в тесном содружестве с Санкт-Петербургской медицинской педиатрической академией, Институтом эволюционной физиологии им. И. М. Сеченова РАН, Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена, Хельсинским университетом Турку (Финляндия).



Андреева
Надежда
Геннадиевна

Кандидат биологических наук, доцент кафедры высшей нервной деятельности и психофизиологии Санкт-Петербургского государственного университета.

Родилась в 1949 году в Санкт-Петербурге, закончила биологический факультет СПбГУ. Сфера научных интересов лежала в области изучения проблем возрастной и сравнительной психофизиологии, активно разрабатывала вопросы становления речевой функции на ранних этапах онтогенеза.

Автор более чем 80 научных публикаций, в том числе двух учебников для вузов.

Мамина главная книга

Л. В. Соколова, Н. Г. Андреева



365 секретов правильного развития

Этот удивительный младенец

ПРАЙМ


Издательство

АСТ

Москва

УДК 613.952
ББК 51.28
С59

*Все права защищены. Никакая часть данной книги
не может быть воспроизведена в какой бы то ни было
форме без письменного разрешения владельцев
авторских прав.*

**Рекомендация Научного центра «Психофизиология матери и ребенка»
Санкт-Петербургского государственного университета**

Соколова, Людмила Владимировна.

С59 Первый год жизни решает все! 365 секретов правильного развития. Этот удивительный младенец / Людмила Соколова, Надежда Андреева. — Москва : Издательство АСТ, 2016. — 476,[2] с. — (Мамина главная книга).
ISBN 978-5-17-094205-3

За свой первый год ребенок проходит путь развития, сравнимый со всей его дальнейшей жизнью. И каждый день этого года важен. Биологи, исследующие область физиологии поведения, Людмила Соколова и Надежда Андреева, рассказывают в своей книге обо всем, что нужно знать молодым родителям о своем ребенке.

С каким багажом знаний о мире и уникальными возможностями появляется младенец на свет? Как видит новорожденный? Как устроен его мозг? Что малыш хочет сказать вам своим плачем? Почему он начал пугаться незнакомых? Когда он начнет ходить и говорить? Как пробудить в нем интерес к обучению с первых дней жизни? Ответы на эти и другие вопросы вы прочтете в этой книге, созданной авторами с учетом последних исследований в области нейрофизиологии человека и бесценного народного опыта.

Макет подготовлен редакцией



ISBN 978-5-17-094205-3

© Соколова Л., 2015
© Андреева Н., 2015
© ООО «Издательство АСТ», 2016



Содержание

Предисловие	11
Введение	15

Путешествие в мир младенца

От яйца до птенца. О внутриутробном периоде развития ребенка	20
Когда начинается жизнь организма?	20
Начало начал	22
Эмбриональный период развития организма	24
Плодный период развития организма	35
Его Величество порядок!	41
Уникальный путь развития человека	43
Движение — это жизнь!	47
Не нанеси вреда!	57
«Я в этот мир пришел!» (период новорожденности)	78
Критический рубеж	79
Первое испытание	84
Внимание — запуск!	87
Что ты можешь, малыш?	95



Каналы познания мира

(способности ребенка к восприятию) 106

Мир на ощупь, вкус и запах
(о развитии вкусовой, обонятельной
и тактильной чувствительности
новорожденных) 110

О пользе грудного вскармливания 114

Успокоительное средство. 118

Первый творческий процесс 124

Вижу, слышу и смотрю 127

«Зри в оба!» (о развитии
зрительной чувствительности) 128

Лицо человеческое! (о врожденной
предрасположенности ребенка
к восприятию человеческих лиц) 136

Мир полный звуков (о развитии
слуховой чувствительности) 140

«Колобок» и «Ванька-встанька»

(о развитии системы движений) 150

Развиваемся по графику 150

«А в ножки — ходюнюшки» 153

Учимся сидеть 157

Учимся ползать 159

Учимся вставать 161

Всему свое время 165

«И до звезд дотянуться рукой!»

(о формировании системы «глаз — рука») 168

Из глубины веков (народная традиция

воспитания детей раннего возраста) 177



Мамина помощница — пестушка	178
Потешки — школа игры	182
Что наша жизнь — игра!	
(игра как форма поведения)	184
Игра — дело серьезное	184
Важное свойство игры	186
Учиться, учиться и учиться!	
(о механизмах обучения)	190
Запоминаем на будущее!	193
О чем может рассказать простая игра в прятки?	195
«Развивающие» игры и игрушки	198
«Умелые ручки»	203
Маленький исследователь	206
У истоков интеллекта	208
День да ночь — сутки прочь	
(о суточной активности младенца)	214
Сон как циклический процесс	214
Особенности сна младенца	216
Универсальное «снотворное»	218
Спи, усни, закрывши глазки (о сне и пользе колыбельных)	220
Горе-горькое!	
(о чем может рассказать плач ребенка)	228
Плач плачу — рознь!	231
Дитя не плачет — мать не разумеет	233
«Примите экстренное сообщение!»	235



Как успокоить малыша?	238
От плача — к речи (роль плача в налаживании социальных взаимодействий ребенка)	242

Когда рождается личность

Человек — существо социальное	252
Вселенная с материнским лицом (ребенок в мире людей)	254
Биохимия любви	262
Родительский «инстинкт»	263
Язык общения	266
Я и другие (о формировании межличностной привязанности)	270
Проверка на прочность! (о типах материнско-детской привязанности)	275
Универсальное оружие (эмоциональное развитие младенца)	282
От общения — к познанию окружающего мира ...	282
Палитра чувств (эмоции как средство общения)	284
«Счастье — такая трудная штука!»	289
Мне интересно!	297
От гнева до печали	300
«Фу, какая гадость!»	305
«У страха глаза велики»	307
От первого крика до первого слова (доречевое развитие ребенка)	310
Лингвистические задатки	313



Вырабатываем голос	317
«Требую внимания!»	319
Начинаем гулить!	323
От гуления к лепету	328
Хочу слово молвить!	335
Эти загадочные «зеркальные» нейроны	338

Каждый молодец на свой образец

(об индивидуальности ребенка)

Я — уникален!	341
Руками не трогать!	342
Человек с характером	345
Какие мы разные	346
Мальчики — девочки	348
Пишем историю	350

Год как жизнь

Маленькая хроника больших достижений

(об основных периодах в развитии ребенка

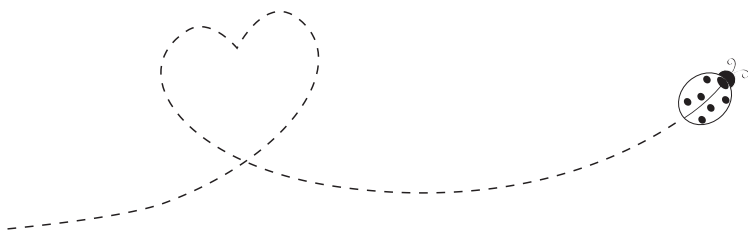
первого года жизни)

От шести недель до трех месяцев	355
Организация «досуга» малыша	363
От трех до пяти с половиной месяцев	365
От пяти с половиной до восьми месяцев	371
От восьми до двенадцати месяцев	376
«Ох, уж эти кризисы!» (о кризисе первого года жизни)	385



Домашний институт детства

Двигательные способности	398
Сенсорные способности	405
Когнитивные способности	410
А в роток — говорок (развитие речевых способностей ребенка)	415
Духовное наследие (колыбельные песни, потешки, пестушки)	423
Колыбельные песни	423
Пестушки и потешки	434
На заметку матери (дневник наблюдений)	444
Рекомендуемая литература	478





Детство — один из важнейших этапов в жизни человека не только в плане реализации его генетических задатков, но и в плане становления основных психофизиологических компонентов личностного статуса человека, формирования его как члена общества. В последнее время взгляд на детство изменился. Если раньше при изучении ребенка первых лет жизни внимание в основном уделялось вопросам его физического развития, то сегодня очевидно, что ранний период жизни человека является важнейшим и в процессе его социализации, т. е. в освоении им определенной системы знаний, норм и ценностей человеческого общества.

Логикой развития науки о человеке на повестку дня была поставлена задача изучения первого года жизни ребенка как базового возраста для формирования основных нервно-психических функций и адекватной системы межличностных взаимоотношений. В современных отечественных исследованиях по возрастной физиологии и психологии период раннего детства остается наименее изученной проблемой. Тем не менее именно в этот период особенно интенсивно развиваются предпосылки психофизиологических процессов, обуславливающих способность ребенка к речевой и мыслительной деятельности и обеспечивающих возможность его полноценного включения в окружающую социальную среду.

Сегодня очевидно, что новейшие достижения науки о человеке должны прочно войти в практику семейного воспитания. Родителям следует знать: нельзя воспитывать ребенка «по своему усмотрению» — существуют объективные законы формирования поведения и психики ребенка, без знания которых невозможно правильно спланировать процесс воспитания и обучения человека. Понимание родителями потребностей и возможностей своего ребенка на каждом этапе его развития уберет их от определенных



ошибок в воспитании; в свою очередь, это оградит и самого ребенка от серьезных проблем в его будущей взрослой жизни. Нельзя забывать, что ранний опыт, приобретенный человеком в первые годы жизни, со временем не пропадает; находясь в самых глубинах подсознания, он накладывает свой отпечаток на все дальнейшее развитие человека.

В историю ушло время, когда мозг новорожденного ребенка «нужно было» рассматривать как чистую доску, на которой обществу предстояло изображать необходимые ему «сюжеты». **Ребенок не рождается «чистой страницей»** — в самой природе человека заложены определенные программы физического и нервно-психического развития. Безусловно, специфика реализации заложенных природой задатков зависит от того, какими будут условия окружающей среды, в которой воспитывается ребенок.

⋮ Недостаточно внимательное отношение к возрасту первого детства отражается губительно на всей жизни человека, и многие из лиц, родившиеся при самой благополучной наследственности и имевшие наилучшие условия для своего здоровья и нравственных влияний в позднейшем возрасте, остаются искалеченными в физическом и нравственном смысле навсегда только потому, что младенческий возраст им пришлось провести в неблагоприятным или даже совсем ненормальных физических и нравственных условиях.

⋮..... В. М. Бехтерев

Долгие годы в нашем обществе насаждалась теория «коллективного воспитания», отвечающая запросам тоталитарного режима. Ставя во главу угла воспитательной доктрины не столько личностный, сколько социально-коллективистский фактор, теоретики и педагоги нивелировали роль матери до уровня прочих внешних воздействий, абстрагируясь от ее роли как ведущего, определяющего звена в полноценном развитии ребенка. Такой подход к воспитанию негативно сказался на состоянии самого основного



элемента общества — *семьи*. Насаждавшаяся десятилетиями политическая доктрина побуждала мать полностью полагаться на опыт воспитателей дошкольных учреждений, куда ребенок попадал уже в первые месяцы после рождения. Тем самым родители (прежде всего мать) были отторгнуты от постоянного контакта с ребенком, а малыш также испытывал жестокий дефицит в удовлетворении жизненно важной потребности — непрерывно ощущать заботу, ласку, доброту, любовь самых близких для него людей.

Данные современной науки свидетельствуют о том, что еще до рождения между матерью и ребенком устанавливается мощнейшая информационная связь, формируется единая система «мать — дитя», имеющая свои законы, которые необходимо знать родителям для того, чтобы правильно воспитывать своего ребенка; значимость ее в плане физического и психического развития человека трудно переоценить. Любые нарушения этой важнейшей биосоциальной системы самым пагубным образом сказываются на развитии малыша, приводят к искажению его психической и личностной сфер.

Сегодня наконец наше общество возвращается к пониманию определяющей роли семьи в обеспечении физического и психического здоровья ребенка. Однако осознание пагубности пути «коллективного воспитания» еще не означает решения проблемы воспитания детей. В настоящее время перед многими учеными стоит важнейшая задача образования родителей, ознакомления их с новейшими достижениями современной науки о человеке. Несмотря на то, что книжный рынок пестрит литературой (разного толка и направленности), предназначенной для молодых родителей, в основном (к сожалению!) — это переводы книг зарубежных авторов, которые далеко не во всем приложимы к нашему обществу, к нашей культуре. Было бы ошибочно думать (как того требовала марксистская идеология), что освоение ребенком мира человеческой культуры начинается лишь с момента овладения им речью, что на первых порах законы историко-культурного развития общества не играют существенной роли в воспитании малыша.



Мир младенца... Каков он? Можно ли заглянуть в него? Каждый из нас когда-то прошел сквозь этот неповторимый Космос, но законы памяти таковы, что мы не в силах вспомнить свой первый путь. Кто же возвратит нам это знание о навсегда потерянном мире? И нужно ли нам сегодня — в этот вечно спешащий век — пускаться в путешествие по миру детства? Не только нужно, но и архинеобходимо!

В современной науке замечен повышенный интерес к проблемам раннего детства. И это не случайно. **Первый год жизни ребенка — один из важнейших этапов в становлении его личности.** Задайтесь вопросом: всегда ли вы, обремененные грузом повседневных забот, сиюминутных волнений и тревог, осознаете, что, воспитывая своего ребенка, вы работаете на будущее и в конечном счете — на Вечность? Ведь материнство — это не только чувство долга, но и огромная ответственность за судьбы мира.

Конечно же, личный опыт каждого из нас незаменим, но всегда ли мы правильно подходим к воспитанию ребенка? Ответить на это поможет наука. Каждый день приносит ученым новые, все более интересные факты, свидетельствующие об удивительных и подчас неожиданных способностях малышей. И поэтому, снабженные хотя бы элементарными знаниями об основных закономерностях формирования психики и поведения человека, вы сможете выбрать наиболее правильный путь воспитания своего ребенка и найти ответы на вопросы, которые ставит перед вами жизнь.