

РАЗВИТИЕ РЕБЁНКА РАННЕГО ВОЗРАСТА

Наверняка каждый человек, который уже стал родителем или только готовится к этой роли, слышал фразы из разряда «после трёх уже поздно», «чем раньше, тем лучше», «не упустите самое плодотворное для развития время» и так далее. Но что действительно важно не упустить в этот период? Что происходит с психикой и мозгом ребёнка в самом раннем возрасте (от нуля до трёх-четырёх лет)? Как действовать родителям, которые хотят увидеть и раскрыть потенциал своего ребёнка, но при этом не растерять дух его детства?

Особенности развития мозга ребёнка раннего возраста.

Ребёнок раннего возраста (с нуля до трёх-четырёх лет) живёт и развивается по своим законам. Это не маленький взрослый – его мозг устроен по-другому. В мозге ребенка самые активные зоны – ствол головного мозга и средний мозг. Ствол контролирует сердцебиение, артериальное давление и температуру тела. Средний мозг отвечает за пробуждение, чувство насыщения и сон. В мозге взрослого активнее всего функционирует лимбическая система и кора. Кора головного мозга ответственна за конкретное мышление, а лимбическая система контролирует сексуальное поведение, двигательную активность и эмоциональные реакции. Детям же миндалевидное тело мозга помогает проявлять эмоции, а не управлять ими. Поэтому малыши отвечают недовольством (плачем, нытьём) на любой возникающий дискомфорт.

Особенности развития познавательных (когнитивных) процессов в раннем возрасте.

Ребёнок начинает свою когнитивную деятельность с исследования предметного мира и подражания. Младенцы могут подражать действиям других уже через 42 минуты после старта их жизни. В одиннадцать месяцев дети способны запомнить последовательность из двух незнакомых действий, а в два с половиной года они уже могут воспроизвести цепочку из восьми действий.

В год-полтора умственные действия ребёнка возможны при манипулировании с предметами. В возрасте от полутора до двух лет появляется символическое мышление, в основе которого лежат воображаемые действия или действия «понарошку». Малыш начинает оперировать не самим предметом, а его образом. Если раньше ребёнок шёл к корзине потому что видел там мяч, то теперь идёт потому, что представляет – мяч лежит именно там. Двухлетний ребенок начинает ориентироваться на форму и величину предмета. В комплексную характеристику объекта вписывается цвет. Малыш сначала опытным путем, а потом и зрительно, устанавливает величину предметов в сравнении с другими.

Ежедневно ребёнок манипулирует большим количеством предметов – комбинирует, сопоставляет, прикладывает, вкладывает предметы друг в друга. Так формируется наглядно-действенное мышление – основа всей интеллектуальной жизни. Ребёнок учится перемещать предметы в пространстве, оперируя несколькими предметами по отношению друг к другу. Благодаря этому он знакомится со скрытыми свойствами вещей и учится действовать с предметами опосредованно. К трём годам происходит постепенный переход от наглядно-действенного к наглядно-образному (образному, символическому) мышлению.

Память

В период раннего детства память развивается в процессе повторения действий с предметами, общения с людьми. Сохранение в памяти впечатлений в значительной степени зависит от заинтересованности малыша и эмоциональной окрашенности события.

Чем больше интерес к событию или предмету, тем запоминание полнее и продолжительнее. Малышу легче запоминать свои движения, ощущения от предмета, чем его зрительный образ. В раннем детстве в арсенале ребёнка преимущественно двигательная и эмоциональная память.

Внимание

У детей раннего возраста внимание преимущественно непроизвольное и обеспечивается ориентировочной реакцией «что это?». Трёхлетний ребёнок уже умеет сосредотачиваться и удерживать внимание, пока ему интересно. Главными условиями развития внимания в раннем детстве является многообразная деятельность с разными предметами, большое речевое пространство и физическая подвижность (особенно ходьба). Играя с разными предметами, осваивая их функции, малыш тренирует внимание: сосредотачивается на одних из них и переключается на другие. Так приобретает способность к самостоятельному выбору объекта внимания.

Особенности развития личности ребенка раннего возраста

Личность человека развивается в течение всей жизни. Психологическая основа для будущего личностного развития закладывается в течение двух периодов.

Первый период – младенчество. В это время ребёнку необходимы: атмосфера безусловной любви, комфорта и безопасности. В первом полугодии жизни детям очень важна интенсивность внимания взрослого. Тяжелее всего дети в данный период переживают безразличие близкого взрослого.

Во втором полугодии жизни дети особенно остро реагируют на эмоциональную реакцию взрослого и воспринимают её как оценку собственных действий. С началом ходьбы взрослый больше не является абсолютным инициатором действий малыша. В это время ребёнок активно изучает мир и может быть поглощён изучением какого-либо предмета (открывать-закрывать дверку шкафа, заглядывать в коробки, пересыпать песок из одной ёмкости в другую и так далее). Запрещать и ругать за это – бесполезно. Если вам в какой-то период необходимо прекратить какое-то действие ребёнка, более действенно – переключить его внимание на другое яркое впечатление («Смотри, какая яркая маленькая машинка»).

Следует помнить, что ребёнку часто трудно прервать уже начатое действие (долистывает до конца книгу, вытаскивает из коробки все кубики до единого), поэтому лучше дождаться, когда оно завершится, после чего попробовать переключить внимание. Чтобы легче наладить коммуникацию с ребёнком, учитывайте также, что для него полезно будет описание ближайших действий – это поможет настроиться. Например, «сейчас позавтракаем, а потом оденемся и пойдём гулять».

В этот период мир будет понятнее, а тревожность ребёнка ниже, если что-то запрещённое будет запрещаться всеми, а разрешённое – также разрешаться всеми близкими. Если родители требуют от ребёнка выполнения правил, которым сами не следуют, у ребёнка формируется недоверие к взрослым. Запреты и разрешения должны быть системными. Ребёнок должен чётко освоить, в каких случаях «нельзя никогда», в каких «нельзя, если...», а в каких – «можно». Понятие «можно» должно звучать чаще, чем «нельзя».

Обладая арсеналом знаний о психических особенностях детей раннего возраста, каждый родитель может принять для себя решение, какую стратегию выбрать для того, чтобы

развивать природный потенциал ребенка и не перегружать его теми действиями, которые не принесут в этот период никакой пользы. Предлагаю вам познакомиться с теми рекомендациями, которые, как минимум, дадут вам пищу для размышления и помогут выработать ваш стиль родительства.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

- **Обеспечьте тыл:**

Ничего настолько не способствует развитию ребёнка, как опыт теплых, близких и непрерывных отношений с родителями или людьми, на постоянной основе их заменяющими. Где каждый из участников отношений находит в них удовольствие и радость. Но не только любовь к ребёнку, а ещё внимание к себе и к своему партнёру, тёплые взаимоотношения в семье создают благоприятные условия для развития вашего малыша. Джон Медина, автор книги «Правила развития мозга вашего ребенка» настаивает на том, что лучшее, что могут сделать родители для того, чтобы, например, воспитать будущего выпускника Гарварда, это сохранить теплые взаимоотношения между собой. Потребность ребёнка в стабильности тех, кто о нём заботится, настолько велика, что он может «перемонтировать» свою развивающуюся нервную систему в зависимости от воспринимаемых им волнений.

- **Сопереживайте друг другу и ребёнку.**

Враждебность между родителями, которая может нанести вред развивающемуся мозгу ребёнка, чаще всего вызвана недостатком сна, социальной изоляцией новоиспечённых родителей, неравным распределением нагрузки между супругами и послеродовой депрессией. Эффективнее всего, по мнению Д. Медины, эта возможная враждебность снижается сопереживанием. Одна из причин того, что эмпатия (сопереживание) настолько эффективна, состоит в том, что она не требует решения, а требует только понимания. Если пространство для переговоров существует только в 30% случаев, сопереживание становится основным упражнением в парной тренировке по урегулированию конфликтов. Возможно, именно поэтому его отсутствие является значимым прогнозируемым фактором развода. Согласно исследованиям Готтмана, если жена чувствует, что муж её слышит – до такой степени, что принимает её влияние на его поведение, — то брак в основе своей защищён от развода. (Интересно, что вопрос, чувствует ли муж себя услышанным, не является фактором влияния в уровне разводов).

При столкновении с сильными чувствами другого человека, попробуйте сопереживать ему, выполняя два шага:

1. Опишите эмоциональные изменения, которые, по вашему мнению, вы видите.
2. Попробуйте догадаться, что привело к подобным эмоциональным изменениям.

Джон Готтман придерживается точки зрения, что **сопереживание является не только залогом счастливого брака, но и основой эффективной родительской деятельности.**

Создайте увлекательную среду для своего ребёнка. Фото Sigmund, Unsplash

- **Создайте увлекательную среду вокруг своего ребёнка,**

Это не означает, что вам необходимо заставить детскую «умными игрушками». В период от года до трёх лет ребёнок не нуждается в каких-либо особенных, специализированных развивающих игрушках. Гораздо важнее в этом возрасте возможность творчески подойти к освоению пространства и двигаться столько, сколько необходимо. Всё, что нужно для развития ребёнка, легко можно найти в вашей квартире и, тем более, на улице. Шнурки на папином ботинке, кошачий хвост, пластиковые контейнеры, шуршащая бумага, тянущаяся ткань, размазываемая по столу каша – вот лишь некоторые сокровища, в процессе изучения которых образуются тысячи нейронных связей, помогающих нашим детям развиваться и справляться с всё более усложняющимися задачами.

- **Будьте в контакте со своим ребёнком.**

Чем больше взрослые играют, разговаривают, находятся в эмоциональном и тактильном контакте, тем быстрее, увереннее и активнее развивается ребёнок. Забавный массаж,

совместное купание в бассейне или в природном водоёме, игра в снежки, шуточные бои подушками сделают для умственного развития вашего ребёнка раннего возраста больше, чем любые раскрашивания или игры с наклейками.

- **Обеспечивайте и поощряйте физическую активность ребёнка.**

Существует тесная взаимосвязь между физическим и психическим развитием. Развитие крупной моторики способствует формированию речевых способностей, абстрактного мышления, умения решать математические задачи. В раннем детстве ползание – лучший путь, чтобы синхронизировать полушария мозга. По мере взросления этому способствует игра на музыкальных инструментах, а также плавание.

Сделайте выбор в пользу свободной прогулки, ходьбы. Такое времяпровождение гораздо более способствует развитию мозга ребёнка, чем, например, заучивание названий насекомых или географических объектов в специально отведённых классах.

- **Позвольте ребёнку играть.**

Поначалу ребёнок просто манипулирует предметами, позже он уже начинает наделять их игровым смыслом. Кубик для малыша может быть столиком, а может быть машинкой, стоит только провезти его по полу и изобразить характерное рычание мотора. У ребёнка нет чёткого различия между игрой и действительностью. Игра для ребёнка – это действительность, в которую он склонен верить, когда он остаётся наедине с собой, а действительность – это для него игра, в которую ему хочется поиграть со взрослыми и вообще с любым, кто в неё верит. Именно в игре дети растут и превращаются в будущих строителей, программистов, учёных. В игре они узнают свою истинную форму, свободную от каких-либо последствий, которые ограничили бы их жесткими рамками.

- **Учите понимать свои эмоции и управлять ими.**

Эмоции очень важны для мозга. Они действуют как пояснительные записки, помогая мозгу идентифицировать, фильтровать информацию и определять её приоритет. Ребёнку, который понимает, что с ним происходит, а главное, который видит, что мама понимает, что с ним происходит, легче успокоиться. Часто ребёнку нужно просто, чтобы его поняли и проговорили «Ты чувствуешь «такую-то» эмоцию и я тебя понимаю». Дети, которые учатся управлять своими эмоциями, имеют более глубокие дружеские отношения, чем те, кто не владеет собой.

- **Не торопитесь и не форсируйте процессы развития вашего ребёнка.**

Детям нужно время и пространство для роста. Излишнее подталкивание и контролирование способны помешать развитию. Когда маленьких детей слишком рано толкают к независимости, это заставляет их цепляться за нас из-за чувства небезопасности. Мы можем научить ребёнка делать множество вещей в раннем возрасте, но мы не должны принимать их за зрелость.

Педиатр Т. Берри Бразелтон писал: «У человеческого ребёнка удивительная способность приспосабливаться. Его можно научить ходить в девять месяцев, считать в два года, читать в три и даже научить справляться с давлением, которое кроется за этими ожиданиями. Но должен быть кто-то в нашем обществе, кто воскликнет: «Но какой ценой?»».

Настоящее развитие приходит не заученно, а естественно и своевременно. Есть своеобразное разрушение истинного духа детства, с его непринуждённостью, беззаботностью, неторопливостью. Это как раз и происходит из-за предположения, что чем раньше, тем лучше. Этим идеалом пронизаны ожидания от детей в их ранние годы. Дэвид Элкин, психолог развития, обращает внимание психологического сообщества и общественности, что в 1970-е родители торопили детей, в 1980-е делали из них вундеркиндов, а в 1990-е старались дать им конкурентные преимущества перед остальными. Ранний детский возраст по-прежнему остаётся под угрозой: его пытаются оптимизировать, чтобы ускорить развитие.

- **Говорите с ребёнком с самого рождения и читайте ему книги.**

Речь играет важную роль в становлении образного мышления ребёнка, поскольку ребёнок обозначает различные образы именно с помощью слов. С самого рождения он наблюдает за работой вашего артикуляционного аппарата и начинает подражать вам. Малыш откликается на вашу интонацию. Чуть позже ребёнок начинает сопоставлять сюжет и героев события или книги с тем, что происходит с ним («как у меня»). На следующем этапе пытается подражать героям и наглядно воспроизводить ситуацию. Например, медвежьим голосом говорить: «Кто ел из моей чашки?!». Учится взаимодействовать с воображаемыми предметами, отправляя куклу в гости к бабушке из сказки. Двухлетний малыш может копировать поведение реальных людей или героев сказок, не задумываясь. Трёхлетний ребёнок уже способен выразить свое отношение к персонажам. Совместное проигрывание сказок, придумывание разного завершения сюжета развивают речь, память и воображение ребёнка.

- **Осознавайте степень своего влияния на ребёнка.**

По мнению Анны Фрейд, настроение матери, её пристрастия и антипатии оказывают на ребёнка решающее влияние. Быстрее всего развивается то, что больше всего нравится матери и что ею оживлённее всего приветствуется. Процесс развития замедляется там, где она остаётся равнодушной или скрывает своё неодобрение.

- **Сосредоточьтесь на процессе, а не на результате.**

Трёхлетний ребёнок уже может сосредоточиться, но удерживает внимание преимущественно до момента удовлетворения любопытства – процесс работы с предметом завершается при получении конкретного результата. Как только результат достигнут, интерес к предмету, а значит, и внимание к нему, исчезают. Так, разобранный на составные части игрушка малышу уже неинтересна. Наверное, вы замечали, что для ребёнка раннего возраста строительство башни из кубиков важнее, чем получившееся в итоге строение. Поэтому дети в раннем возрасте так легко разрушают построенное и начинают заново.

- **Предъявляйте к ребёнку адекватные его возрасту требования.**

Ребёнок двух лет не в силах одновременно слушать взрослого и продолжать интересное занятие. Он может работать только по одному каналу (зрительному или слуховому), но не по двум одновременно. Только примерно с трёх лет ребёнок может переключиться на другое занятие и потом возвратиться к прежнему. Ещё одна особенность детского мышления, эгоцентричность, примерно до двух-трёх лет не позволяет ребёнку становиться на место другого человека. Также известно, что ребёнок раннего возраста не может мысленно возвратиться к исходному пункту своих рассуждений. А области коры головного мозга, отвечающие за умение оценивать риски, планировать, расставлять приоритеты начинают активно развиваться только к четырнадцати годам.

- **Делайте упор на интонацию.**

Для детей, пока они не достигнут возраста двух-трёх лет, большее значение имеет не смысл произносимых взрослым слов, а его интонация. Именно она поможет заинтересовать ребёнка, удержать его внимание, успокоить.

- **Не предлагайте ребёнку награду перед началом какого-либо занятия.**

Марк Р.Леппер и его коллеги провели эксперимент в детском саду при Стэнфордском университете. Они разделили детей, любящих рисовать, на три группы. Каждому ребёнку из первой группы сообщили, что он получит награду за рисунок. Каждому ребёнку во второй группе тоже выдавали награду, но не сообщали об этом заранее. В третьей группе за рисунок не давали никаких наград. В ходе эксперимента дети рисовали разноцветными флуоресцентными ручками, которые обычно были им недоступны. В первой группе награду демонстрировали перед началом рисования, во второй и третьей группах детям просто предлагали начать рисовать. Через шесть минут рисования творческий процесс прерывали, чтобы вручить награды. В данном эксперименте это были грамоты, которые вручали с комментарием: «Чтобы все знали, какой ты прекрасный художник». Через неделю в той же комнате, где было множество других развлечений, ставили столик с

бумагой и ручками. Дети, заходя в комнату, могли делать всё, что захотят. Происходящее за столиком отслеживалось с помощью зеркала одностороннего видения. Дети, которым заранее говорили о награде, провели за рисованием в два раза меньше времени, чем все остальные. Кроме того, их рисунки были значительно более низкого качества. Дети из второй и третьей группы проявляли чуть больше интереса к рисованию, чем до начала эксперимента. То есть, дети, которые любили рисовать и без внешнего стимула, стали делать это с ещё большим энтузиазмом. Детей отталкивают «взятки».

- **Хвалите за старание, а не за интеллект.**

От того, за что вы хвалите ребёнка, зависит его восприятие успеха. Когда мы связываем достижения ребёнка с тем, какой он умный, а не с тем, какие усилия он приложил, ему кажется, что успех не требует усилий, а предопределён его природным умом. Поэтому ребёнку полезнее будет услышать похвалу: «Ты действительно хорошо поработал», «Ты постарался и у тебя получилось». Дети, которых хвалят за старание, успешно доводят до конца на 50% более трудные математические задачи, чем дети, которых хвалят за интеллект.

- **Развивайтесь сами.**

Дети копируют поведение своих родителей. Если поместить родителей и их ребёнка в комнату, полную различных игрушек, приборов, инструментов, можно проследить связь любознательности малыша с поведением взрослых. По условиям эксперимента исследователь выходит из помещения на некоторое время. Одни родители в его отсутствие запрещают детям трогать какие-либо предметы. Другие родители демонстрируют, как функционируют предметы. Третьи родители предоставляют ребёнку полную свободу и занимаются своими делами. Четвертые сами рассматривают, что интересного и необычного в этой комнате есть. Как вы понимаете, самые любознательные дети вырастают у тех, кто и сам проявляет любознательность. А также у тех, кто не раскладывает всю информацию по полочкам, не в силах дождаться, что ребёнок закрутит эту гайку, разберёт паровозик, смешает цвета сам.

- **Не кричите на ребёнка.**

Важно помнить, что крик не приносит никакого результата, он неэффективен. Крик пугает ребёнка, делает его более тревожным и наносит вред развитию мозга, заставляя ребёнка сосредоточиться на возвращении чувства безопасности и не позволяя заняться познанием среды.

- **Не давайте информацию в готовом виде.**

Старайтесь не перегружать ребёнка массой сведений и не давайте информацию в готовом виде. Нужно, чтобы ребёнок пытался сам догадаться, «как это работает». Исследовательская активность малыша – основное условие его развития. «Ничто не может заменить того, что дети получают от собственного, свободного и независимого мышления, когда они исследуют физический мир и сталкиваются с чем-то новым», — утверждает британский профессор психологии Тania Бирон.

- **Ограничьте время, проведённое за телевизором, телефоном и планшетом**

Самое главное, что отнимают у ребёнка эти вещи – его время на свободную игру. Просмотр видео в интернете, мультфильмов, телевизионных программ даёт ребёнку информацию в готовом виде. Не требуется никаких усилий, не требуется думать, чем занять себя и как решить какую-либо задачу. Это легче, поэтому это так привлекательно для ребёнка. То время, которое проводит ребёнок за планшетом, постарайтесь сделать полезным — например, займите ребёнка развивающими играми для мозга.

- **Учите детей общаться.**

Чтобы научиться заводить друзей, необходимы годы практики. Дети постоянно находятся в достаточно агрессивной среде других детей. Помогите им накапливать различные модели поведения и способы выхода из различных ситуаций. Предоставьте своим детям возможность общаться с различными возрастными группами и разнообразными людьми. Размышляйте над точкой зрения других людей. Успешная дружба, надёжные мосты,

связывающие человека с друзьями и семьей, определяют счастье человека. А дружба – фактор наиболее точного прогноза в сравнении с любой другой переменной. Таким образом, научить ребёнка дружить — значит внести большой вклад в его будущее счастье. Общаясь каждый день со своим ребёнком, выбирая, как он будет проводить время, с какими игрушками играть, какие впечатления получать, каждому из нас поможет один вопрос: для чего мы это делаем? Хотим ли мы научить ребёнка в определённых ситуациях говорить «спасибо» и «пожалуйста», либо испытывать благодарность и уважение к другим людям? Нужно ли нам признание окружающими нашего выдающегося родительства или спокойное развитие наших детей без оглядки на других? Хотим ли мы продолжать конкурентную гонку или пойти своим счастливым и подходящим именно нашему ребёнку путем?

Дети – не средство демонстрации родительского успеха. Соревнование может быть вдохновляющим, но его требования рискуют перестроить мозг вашего ребёнка, создав проблемы. Сравнение ваших детей с детьми ваших друзей или родных не принесёт им, ни вам того, чего вы хотите. Существуют замечательные способы повышения мыслительных способностей вашего ребёнка, о которых было сказано в этой статье. Главное, держите фокус на не ограниченной жёсткими правилами импровизационной игре, на частом живом вербальном общении с ребёнком, похвале за старания – это те удобрения, которые, согласно статистике, гарантируют развитие интеллекта ребёнка практически с любой стартовой точки.

Источники:

1. Адам Харт-Дэвис Вся психология в пятидесяти экспериментах. – СПб: Питер, 2019
2. Джон Медина Правила развития мозга вашего ребенка. – Москва: Эксмо, 2018
3. Л. Мюррей. «Психология ребенка от 0 до 2. Как общение стимулирует развитие»: Альпина нон-фикшн, 2016
4. Мони́на Г.Б., Аверин В.А., Лютова-Робертс Е.К., Смирнова Е.О. Развитие личности ребенка. М.: Генезис, 2014
5. Эльконин Д.Б. Детская психология. М.: Издательский центр «Академия», 2007
6. Смирнова Е.О. во что играют наши дети? Игры и игрушки в зеркале психологии. М.: Ломоносовъ, 2009.
7. Сергиенко Е.А. Раннее когнитивное развитие. М.: Когито, 2006
8. Сергиенко Е.А. Когнитивная природа речевого «взрыва». Журнал «Психологические исследования», Москва, 2008, №1 (1)
9. Т.И. Пухова Центр консультативной и практической психологии, Москва. Альманах института коррекционной педагогики. Альманах №28 «Игра. К 120-летию Льва Семеновича Выготского».
10. Early Childhood Education Progress/ Чем мозг ребенка отличается от взрослого. <https://newtonew.com/science/post-s-kartinkami-chem-mozg-rebenka-otlichaetsja-ot-vzroslogo>