



Дитя не плачет — мать не понимает

*О чем может
рассказать
плач ребенка*

«Примите
экстренное
сообщение!»



Для каждой матери ребенок — это бесценный дар, сокровище; и вовсе не удивительно, что она всячески стремится обеспечить ему максимальный жизненный комфорт, удовлетворить все его потребности. Зачастую молодым матерям кажется, что, стоит лишь неукоснительно придерживаться рекомендованного (графаретного) распорядка дня (тогда-то спать, тогда-то есть и т. д.), — и... многие проблемы воспитания ребенка будут разрешены. Но каждый ребенок индивидуален, порой он совершенно не хочет «вписываться» в навязываемый график.

Как же мы можем распознать, когда и что нужно младенцу; в чем он испытывает настоятельную потребность в данный момент; что ему нравится, а что нет?

Оказывается, природа мудро продумала, как новорожденный может сообщить о своем состоянии. Этот способ — плач — главное средство выражения ребенком своих нужд и потребностей, информирующее окружающих о текущем состоянии малыша; поведенческая реакция, которая может реализовываться уже с момента рождения, однако ее дальнейшее усложнение и совершенствование зависят от влияния социальных факторов среды.

Первый плач (скорее, первый крик), сопровождающий появление ребенка на свет, — результат рефлекторного действия, вызванного выходом воздуха из легких. Не секрет, что новорожденный много плачет. Эта реакция характерна для детенышей приматов, плачем они выражают собственное состояние. Даже взрослому уху трудно отличить плач младенца от плача маленького шимпанзенка.

Пускай нас не осудит взыскательный читатель за частые отступления в сферу эволюции и сравнение человеческого дитяти, например, с детенышами обезьян. Мы отнюдь не хотим впасть в грех «биологизаторства», забывая об уникальности пути человека в этом мире. Все дело в том, что *Великая дама — Наследственность* — диктует наше сходство с человекообразными обезьянами не только в строении организма, но и в проявлении многих черт поведения.

Достаточно вспомнить знаменитые опыты отечественной исследовательницы Н. Н. Ладыгиной-Котс или американских ученых — супругов А. и Б. Гарднер, которые проводили интересные наблюдения за развитием младенца и детеныша обезьяны, с рождения воспитывавшихся вместе.

Оказалось, что из 50 поведенческих реакций, описанных для младенца, только четыре не были обнаружены у маленького шимпанзе. И среди этих специфически человеческих реакций — слезы, сопровождающие плач. Для нас это естественно, но у шимпанзе (как маленьких, так и взрослых) можно обнаружить массу атрибутов плача: и хныканье, и пронзительный вопль, и надувание губ; однако все это происходит без слез! Правда, у человеческого детеныша слезы появляются не с рождения, а только в полтора-два месяца.

Плач является не просто звуковым сигналом — это сложная поведенческая реакция, сопровождаемая определенной мимикой; своего рода сигнал о каком-то дискомфорте, который испытывает ваш малыш. Но как ни странно звучит, плач способствует... становлению речи. По мере развития ребенка совершенствуется и его артикуляционный аппарат, что делает возможным различную модуляцию звука. Случайные движения гортани и языка во время прерывистого крика могут привести к воспроизводству новых звуков, их закреплению, что в целом обогатит звуковой репертуар младенца. Уже к 10-дневному возрасту, когда общая продолжительность плача уменьшается, мать может заметить, что характер его изменяется, в нем появляются оттенки. Вокализации приобретают разнообразный характер и форму в зависимости от физиологических реакций младенца на внутренние состояния и условия внешней среды. Плач становится активным средством сообщения окружающим о своем состоянии.



Стороннему наблюдателю может показаться, что все новорожденные

плачут «на один голос». Однако это вовсе не так. Ученые¹ обнаружили, что мамы уже в течение первых двух-трех дней после рождения ребенка узнавали свое дитя по плачу, просыпаясь от родного крика. Было показано также, что плач новорожденного вызывает усиленный приток крови к молочным железам матери, стимулируя выработку молока.

Плач плачу – рознь!

Взрослым, особенно в первые дни жизни ребенка, бывает трудно понять причины плача малыша. Ведь младенец плачет и когда он голоден, и когда мокрые пеленки раздражают его нежное тельце, и когда ему холодно или у него болит животик. Но внимательные и чуткие мамы довольно быстро начинают отличать плач в разных ситуациях и немедленно реагировать на так называемый «болевой».

Здесь мы хотим несколько успокоить молодых и неопытных мам, зачастую теряющихся при виде заходящегося в крике младенца. Помните, что природа снабдила вас удивительным «механизмом» — интуитивным материнским чутьем, которое поможет вам уже на первых порах сориентироваться в нуждах ребенка. А дальше в силу вступает Великий

господин Опыт, он наградит вас бесценным даром — doskonaльным знанием своего ребенка.

К двум месяцам вы уже сможете различать плач «голодный» и плач «от скуки»; «раздраженный» или вызванный каким-либо физиологическим

расстройством. К этому времени появится еще один важный ориентир — установленный режим дня: к нему постепенно привыкает ребенок. Он даст матери надежную подсказку о том, что в данный момент нужно малышу; позволит ей использовать правильные средства успокоения ребенка.

Ребенок может просто страдать от боли, и в этом случае плач будет громким и визгливым.

Ученые полагают, что резкий, высокий голос при плаче является для человека как бы запрограммированным биологическим «сигналом выживания», требующим от окружающих незамедлительного реагирования. Выдвинув такое предположение, они решили проверить это в экспериментах на новорожденных.

¹ М. Кайтц с соавторами (1992).

Была проведена серия исследований¹: младенцам в возрасте 70 часов давали прослушать записанный на пленку плач другого ребенка. Оказалось, что в данном случае они начинали плакать больше, чем дети, слушавшие просто шум или запись «компьютерного» плача. Другие эксперименты подтвердили эту особенность и для детей, возраст которых составлял всего 34 часа. Тогда ученые задали следующий вопрос: могут ли младенцы различать свой и «чужой» плач? Исследования проводились на группе детей 18-часового возраста. Результаты были достаточно неожиданными. Если плач другого ребенка заставлял плакать большинство новорожденных, то на собственный плач они реагировали иначе: плакали гораздо меньше, а то и вовсе прекращали. Причина этого не ясна, но совершенно очевидно, что собственный плач воспринимается младенцем иначе, чем чужой.

В возрасте трех-шести месяцев у малыша появляется совсем иной тип плача — плач «по людям».

Когда ребенок сухой и не испытывает чувства голода, его плач может означать, что спать еще рано, а делать нечего; и он готов что-либо узнать — увидеть, услышать, потрогать. Если на него не обращают внимания, то и начинается соответствующая реакция на это отношение. Плач, сначала тоненький, жалобный (похожий на плаксивое скуление), постепенно становится громким, «басовитым». Личико младенца сморщивается, краснеет, в глазах «вскипают» крупные слезы, малыш просто заходится в плаче. Ну, словом, «горе-горькое»! А причина одна: ребенок требует общения.

Обычно такая ситуация возникает в период активного спокойного бодрствования малыша, когда еще не подошло время исполнения очередного пункта усвоенного младенцем распорядка дня (например, время приема пищи или отхода ко сну и т. п.). *Этот период — наиболее благоприятное время для вашей «исследовательской» деятельности.* Не хватайте сразу же ребенка на руки, не трясите его «как грушу», не старайтесь обрушить на него шквал всевозможных воздействий ради одного — поскорее прекратить этот раздражающий материнское сердце плач. Давайте вместе с вами попытаемся выбрать адекватное, подходящее в данной ситуации поведение. Как успокоить ребенка? Что для этого нужно?

¹ Г. Б. Мартин и Р. Д. Кларк (1982).

Как успокоить малыша?

Сначала постарайтесь *осторожно* взять *малыша на руки*. Как считают некоторые специалисты, этот нехитрый прием оказывает на него успокаивающее воздействие. Прижимая ребенка к груди, мать тем самым дает ему возможность слышать биение ее сердца — звук, хорошо знакомый малышу еще с внутриутробного периода жизни и как бы «напоминающий» о том комфортном состоянии, в котором он пребывал до появления на свет. В подтверждение правомерности подобного предположения могут выступать данные о том, что младенцы успокаиваются

при прослушивании даже магнитофонной записи биения человеческого сердца. Присмотритесь к собственным действиям: какой рукой вы берете ребенка? Какая из рук является ведущей в этом действии?

Оказывается, что в подавляющем большинстве случаев матери используют именно левую руку для того,

чтобы поднять ребенка и прижать к левой стороне груди. Интересно, что ту же закономерность подтвердил и анализ целого ряда живописных полотен, на которых изображена Мадонна с младенцем на руках. Если же мы обратимся к жизни наших «собратьев», то и там найдем подтверждение этому факту. самки обезьян (и не только человекообразных!) при виде опасности хватают своих детенышей именно левой рукой.

Теперь мы хотим поговорить с теми родителями, которые боятся избаловать малыша, опасаются, что ребенок может быстро «привыкнуть к рукам», и потому стараются по возможности не брать плачущего на руки, «выдерживая характер».

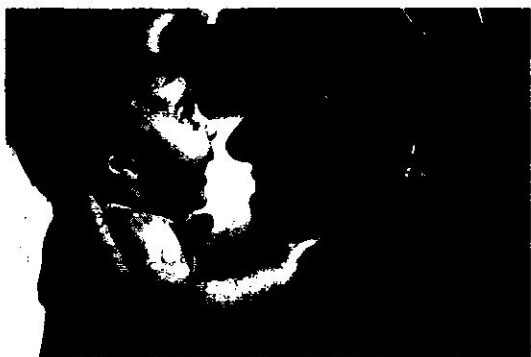
Плач младенца свидетельствует о каком-то реально существующем дискомфорте; малыш искренен, он еще, к счастью, не умеет притворяться, чтобы с помощью слез заполучить от вас что-либо желанное.

Для успокоения малыша можно посоветовать следующий прием. Возьмите его на руки и *постарайтесь заинтересовать* каким-либо *значимым* (или новым для него) *стимулом*, который должен вызвать ориентировочную реакцию, а стало быть, переключить внимание ребенка на иную деятельность. В качестве отвлечения могут выступать

В первые месяцы жизни малыша его плач — не требование (это придет позже) и не сигнал о какой-то мажорной информации о своем состоянии. Он просто выражает свое недовольство тем, что происходит в данный момент.

Взгляд, голос, запах, вкус, осязание — все это может служить стимулом. Например, можно предложить ребенку посмотреть на яркую игрушку, погладить его по голове, дать сосать палец или соску. Главное — не игнорировать плач, а попытаться понять, что именно вызывает дискомфорт.

не только интересные для него предметы, но и сам человеческий голос: заговорите с малышом, используя интонацию, отличную от той, какую вы используете в обычных («мирных») ситуациях. Например, тон вашего разговора с ним может стать более жестким, отчетливым, ритмичным. Попробуйте применить и другие интонации, опыт общения с ребенком лучше всех рекомендаций подскажет вам выбор правильного решения. Но ясно одно: услышав какое-то изменение в привычном для него звучании речи, малыш, как правило, замолкает и начинает прислушиваться.



Вот здесь-то и надо окончательно и прочно завладеть его вниманием. Только не стремитесь, воспользовавшись минутным молчанием малыша, судорожно хватать погремушку и трясти ею — в этот момент подобное действие может привести лишь к усугублению ситуации. Резкие, неритмичные звуки погремушки в сочетании с вашей нервозностью, беспокойством, суетливостью (которые непременно отразятся в ваших движениях, голосе, мимике), будучи воспринятыми младенцем, способны вернуть его в прежнее состояние — и плач возобновится с новой силой. Значит, ваши действия были неадекватными!

Беря ребенка на руки (т. е. переводя его в вертикальное положение), вы тем самым дополнительно активизируете два сенсорных канала — вестибулярный и зрительный. «Подключение» к работе вестибулярной системы запускает многие рефлексy, направленные на повышение тонуса мышц шеи, туловища и конечностей; подобная тренировка мышц в будущем обеспечит поддержание позы и сохранение равновесия тела. Кроме того, перевод малыша в вертикальное положение изменяет и увеличивает возможности обзора окружающего пространства. Если к этим воздействиям добавить и измененную звуковую «картину», о которой мы говорили раньше, то можно надеяться, что этой «пищи» младенцу будет достаточно для удовлетворения чувства «сенсорного голода».

Все это можно попытаться соединить в одном действии — *игре с малышом*. О нем уже знали наши прабабушки, естественно, ничего не ведавшие об особенностях функционирования мозга, использовали интуитивно найденные многими поколениями родителей методы воспитания и ухода за младенцем. Эти несложные приемы получили в народном фольклоре название пестушек (от слова «пестовать», т. е. нянчить, носить, вынашивать на руках ребенка, холить его).

Пестушки — особые стихотворные приговорки, припевы, которыми сопровождают движения ребенка или побуждают его к действию. В пестушках (в отличие от колыбельных) использовалось несколько иное звучание голоса, иной ритмический «рисунок», в стихотворный ряд активно включались звонкие звуки. Когда ребенок начинал плакать, мать подходила к нему и ласково спрашивала: «Что такое? Что случилось, маленький?» Вопросительный тон речи, да и само приближение к нему взрослого человека зачастую вызывали у младенца ориентировочную реакцию: плач на минуту затихал. Тогда мать брала его на руки и начинала «чучукать», т. е. легонько (а главное — осторожно!) подбрасывала малыша или, посадив к себе на колени лицом вперед, качала его ногами, приговаривая в такт:

Чук, чук, чучки,
На горе — стручки,
Под горой — лопатки:
Вырвали ребятки.

Или:

Чук, чук, чук, чук,
Наловил дед шук,
Баба рыбку пекла,
Сковородка утекла.



Вы сами можете проявить творческие способности в создании собственных пестушек. Простор для материнской фантазии здесь не ограничен. Важно одно: *слова должны произноситься достаточно громко, ритмично*. Их надо скандировать, т. е. отчетливо выделять составные части стиха (например, слоги) с помощью ударения, интонации. Результат не заставит себя ждать: ребенок успокоится и с радостью включится в эту незамысловатую игру.

Таким образом, плач младенца — это первое «сообщение» миру о себе и своих потребностях и, как правило, о том дискомфорте, который он испытывает в данный момент. Однако плач недолго остается единственным сигналом; вскоре к нему присоединится и улыбка — сигнал-«подсказка» для родителей, что у малыша «все хорошо».

