

# 12+

Елена Первухина

*Первый год жизни. Самый важный?*

Маме на заметку



**Елена Первухина**  
**Первый год жизни. Самый  
важный? Маме на заметку**

*<https://litres.ru/74544244>*

*ISBN 9785007136099*

**Аннотация**

Первый год жизни ребёнка — уникальный и самый ответственный период. Именно сейчас закладываются основы здоровья, интеллекта, эмоциональной сферы и доверия к миру. Книга «Первый год — самый важный» станет для родителей надёжным помощником и добрым советчиком.

# Содержание

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| 1 год жизни ребенка                      | 5  |
| Начало или что чувствует младенец        | 8  |
| Игра «ку-ку»                             | 12 |
| Плюшевый мишка или мамозаменитель        | 15 |
| Стадии развития. 1 год — оральная стадия | 18 |
| Как еще ребенок изучает мир              | 23 |
| Конец ознакомительного фрагмента.        | 25 |

**Первый год жизни.  
Самый важный?  
Маме на заметку**

**Елена Первухина**

© Елена Первухина, 2026

ISBN 978-5-0071-3609-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# 1 год жизни ребенка

Какое же это счастье, когда все «муки» позади, Вы дома со своим малышом, он мирно сопит рядом, иногда кряхтит, ищет губами Вашу грудь...

И в то же время, сколько на Вас вдруг «свалилось» ответственности, ведь Вы теперь 24 часа в сутки отвечаете за свою кроху!

И Вы готовы отдать все богатства мира для своего малыша, пусть у него будут только лучшие игрушки, лучшие костюмчики, натуральная мебель, натуральные продукты — ведь он такой маленький, о нем нужно заботиться.

И Вы знаете, как это делать (даже если Вам сначала кажется, что у Вас не получится — Вы берете и просто делаете, ведь Вы теперь — МАМА). Теперь Вы самый важный человек в жизни еще одного человечка.

И во многом от того, как Вы будете заботиться в первый год жизни о своем малыше, зависит его дальнейшее будущее.

Каким он будет? Уверенным в себе? Тихим, застенчивым или «артистом»?

Кажется, что заботиться в первый год совсем не сложно — нужно накормить, переодеть, искупать, спать уложить. Через несколько месяцев Вы уже профи в этом деле.

Но что же происходит с самим малышом, кроме удовлетворения его физических потребностей?

Как он растет, как развивается? На что стоит обратить внимание? Что происходит в его маленькой чудесной головке, и вообще происходит ли что-то?

Иногда я слышу от «бабушек» — да он же еще маленький, ничего он не понимает, глупый.

Дети понимают ВСЕ.

Есть такой известный психоаналитик \_Каролин Элья-чефф, она написала книгу «Затаенная боль», в которой описывает опыт работы с 2-хмесячными (!) детьми, и эта работа оказывается успешной.

Поэтому не верьте никаким бабушкам, дети все очень хорошо понимают, чувствуют и говорят нам, взрослым, о своих переживаниях, пока только криком или «вспученным животиком», или другими симптомами, на которые порой не обращаешь внимания, залечивая ребенка с рождения лекарствами, так и не разобравшись, что же хотел сказать малыш

на самом деле.

# Начало или что чувствует младенец

Когда малыш появляется на свет, его ждет много испытаний, во-первых, вся его жизнь меняется кардинально (смена температуры, питание, воздух), и к этому нужно научиться приспосабливаться (представляете какую работу делает маленький человечик!), не каждый взрослый адаптируется в новых условиях, а наш малыш только появившись на свет вынужден проделать колоссальные усилия, чтобы приспособиться к новым условиям существования.

После адаптации у малыша появляется возможность начать изучать окружающий мир.

Сначала ребенок представляет себя «всемогущим малышом», он не понимает, где он начинается и где он заканчивается, ему кажется, что он ВСЕ, весь мир.

И первая задача, которая стоит перед малышом — очертить свои контуры, границы: ребенок должен выяснить, что находится в нем, что принадлежит ему (хочу кушать — заурчал животик — это мой животик; мокрая попка — неприятно — это моя кожа) и что вне его (заурчал животик — ма-

ма дала грудь — эта чья грудь — моя или мамина?)

Задача малыша понять, что мама это не он сам, поначалу мама кажется таким продолжением себя, волшебной палочкой, которой можно управлять, как захочется. Захныкал — а мама уже здесь, переворачивает на другой бок, засопел, а мама уже дает еду.

Все, что необходимо малышу, мама выполняет в мгновение ока.

И лишь постепенно (месяцев в 7—9) ребенок научается понимать, что управлять НЕ СОБОЙ намного сложнее, чем, например, собственными пальчиками.

Собственными пальчиками можно трясти погремушку, а вот трясти погремушку чужими руками сложно, если мама этого не хочет, она делать этого не будет, как бы ты не кричал (конечно, если малыш начинает кричать, мама начинает делать все что угодно, лишь бы успокоить ребенка), но постепенно малыш понимает, что мама — это не он сам.

И начинает понимать он это, узнает свои «пределы», только когда мама не делает все, что ему захочется.

Так хочется взять новую игрушку, а мама сидит рядом и

ждет, когда малыш поползет; или на улице так хочется посмотреть по сторонам, а мама усаживает в коляску, кричи, не кричи, если мама торопится, на ручки она не возьмет.

И если бы мама была совершенной мамой и всегда исполняла все желания ребенка, он бы никогда не понял, что мама и он разные.

Ребенок бы пребывал бы в полной растерянности, он бы «запутался» в матери. И ему трудно далось бы взросление и свобода.

Как бы ни хотелось каждой маме сделать все-все-все для своего малыша, иногда приходится огорчать ребенка, и это огорчение от невыполнения тех или иных «просьб» малыша только ему на пользу.

Он растет и делает важные для себя открытия.

Есть я — с ручками, ножками, с животиком и есть не я — взрослые люди, которые могут меня накормить, взять на руки, убаюкать.

И узнает ребенок себя через маму, мама для малыша является зеркалом.

Если мама думает «Ты мой хороший, самый лучший, самый любимый малыш» — ребенок видит и понимает — все

в порядке, я есть, я нужен, я любим, можно спокойно расти и делать новые открытия, в этом мире безопасно.

А если мама уставшая, без сил, ей никто не помогает, дома неурядицы, она думает «Да за что мне такое наказание, да прекрати ты орать, да когда же ты уже вырастишь, да когда же закончатся эти бессонные ночи» — ребенок читает — я плохой, я не нужен, и начинается первый сбой в программе роста.

# Игра «ку-ку»

Месяцев в 7—9 малыш окончательно понимает, что он и мама совсем разные, они не одно целое, и это понимание для ребенка всегда является потрясением.

Представьте, Вы любите путешествовать по миру, изучать новые страны и города, бывать в неизведанных местах.

И всегда рядом с Вами в этих путешествиях присутствует близкий человек, который знает все иностранные языки, обычаи и нравы каждого народа, в любую минуту он может Вас защитить от бед, может дать Вам поддержку, заботу.

И вдруг он начал неожиданно для Вас куда-то исчезать, оставлять одного в новом городе.

Не самое приятное ощущение остаться наедине в незнакомом месте.

Так и наш малыш, вроде бы, оказаться в новом месте это здорово — все изучить, осмотреть, ведь вокруг столько интересного.

Но как же тяжело без мамы, ведь до этого она всегда-все-

гда была рядом, и вдруг «отделилась».

Часто мамы 7- 9- 10 месячных детей искренне удивлены и не понимают, что вдруг случилось с ребенком — раньше он спокойно мог оставаться и с бабушкой и с другими взрослыми, а теперь он не отпускает маму ни на шаг, кричит, всегда требует мамино присутствие.

Это лишь говорит о том, что ребенок развивается хорошо, он становится взрослее, он способен думать и анализировать!

Теперь наш малыш не «всемогущий младенец», который может управлять миром и лишь только подумав о том, что ему хочется кушать, он получает грудь, а маленький человечик, который действительно понимает, что он маленький и рядом есть мама, которая может его защитить от всех бед.

Теперь он способен отличить чужого человека от родного.

Играя бесконечно долго в игру «ку-ку» ребенок справляется со своими тревогами — вот мама спряталась, я остался совсем один — страшно — а вот мама появилась снова — она рядом, никуда не исчезла.

Поощряйте эту игру, играйте в «ку-ку», эта забава при-

носит малышу настоящее удовольствие, а также имеет терапевтический смысл, с ее помощью малыш проигрывает ситуации расставания и долгожданной встречи с любимыми взрослыми.

# **Плюшевый мишка или мамозаменитель**

Мама не может все время находиться рядом с малышом, да и ему тоже важно научиться находиться самому, ему важно учиться быть самостоятельным, важно учиться заботиться самому о себе.

Сначала о ребенке заботится мама — потом ребенок начинает заботиться о себе сам.

Возможно, Вы встречали таких взрослых, которые способны есть, что придется, а потом мучиться с проблемами желудка, или они неряшливы, им все равно, как они выглядят, у них все валится из рук.

Они ломают себе руки, ноги, попадают постоянно в какие-то передраги.

Скорее всего, в детстве, в первые годы жизни, такие люди не получили маму, не напалились маминой заботой сполна, и, вырастая, конечно же, они не могут заботиться о себе и скорее всего, дети таких родителей, также эту заботу не получают.

Как же дать малышу заботу сполна и помочь справиться

с тем фактом, что мама не может быть все время рядом, а взросление — это интересно и увлекательно, и можно взрослеть и исследовать мир иногда даже и без мамы.

К счастью, у ребенка присутствует врожденное стремление исследовать окружающий мир, оторвавшись от мамы.

Поэтому месяцам к девяти ребенок начинает ползать в этот большой мир с большим удовольствием.

Очень важно, чтобы мама поощряла эти «вылазки», внушая: «Отправляйся, когда хочешь, возвращайся, когда я понадоблюсь».

Если же маме нужно уйти в магазин, в аптеку или в парикмахерскую, помочь малышу справиться с разлукой поможет плюшевая игрушка, или переходный объект.

Переходный объект — обычно мягкая игрушка, способна заменить маму, когда ее нет рядом.

С ее помощью ребенок получает эмоциональную поддержку, тепло, комфорт, уверенность в себе.

Часто малыши сосут кончики одеял, не расстаются с любимыми носками, игрушками.

Ко мне приходила девочка 4 лет с плюшевой собакой, ко-

торая была у нее любимой игрушкой с самого рождения. На собаку она была мало похожа уже, но сколько сил и уверенности она придавала девочке!

Если ребенок устанет, этот предмет поможет ему заснуть. Если вас не будет рядом, переходный объект придаст ребенку уверенности в себе.

Если малыш испугается или расстроится, переходный объект успокоит его.

Если ребенок окажется в незнакомом ему месте, любимая вещь даст ему ощущение дома.

Благодаря этой вещи малыш чувствует, что все будет хорошо. Поэтому очень важно относиться с трепетом к этим «замусоленным» игрушкам, носочкам, одеялкам и т. д.

Не забирайте их у малыша, они жизненно необходимы ему именно в эту минуту, именно сейчас он нуждается в поддержке.

# Стадии развития. 1 год

## — оральная стадия

Каждый ребенок на своем жизненном пути проходит определенные стадии развития.

Ступеньки роста, которые приведут его впоследствии к взрослой гармоничной жизни.

Если одна из стадий не пройдена, дальше ребенок не сможет развиваться.

Это как в школе, пропустил тему по болезни, например по физике или геометрии — дальше учить бесполезно, ничего не понятно, какие-то новые формулы, примеры.

Нельзя перейти из третьего класса сразу в седьмой.

Если на какой-то из стадий ребенок не получил того, что ему необходимо в данный момент, он будет постоянно «спотыкаться об одни и те же грабли», он застрянет в этом месте, зафиксирован.

Чтобы этого не произошло, и малыш благополучно развивался и радовался новым открытиям, давайте разберемся, что должен освоить и получить ребенок на первом году жизни.

ни.

С рождения до года (1,5 лет) начинается *оральная стадия*, название ее говорит само за себя.

Малыш оральный, все, что ему необходимо, он получает с помощью рта.

В этом возрасте у ребенка чувствительно все тело, но особенно чувствителен рот — вспоминайте малышей, как они во рту «мурзюкают» сосок, когда их кормишь, или например малыш ест, а еще и умудряется палец в рот засунуть — ребенок получает переживание удовольствия — это так называемый первичный аутоэротизм.

И что обычно делают родители с этим удовольствием? — они постоянно убирают пальчики ребенка изо рта. Родитель против того, чтобы ребенку было хорошо?

Почему взрослых так раздражают пальчики во рту? Чем это плохо?

Неужели малышам нельзя получать удовольствие, и они в первые месяцы своей жизни должны соответствовать нормам общества, в котором не приветствуется открытое проявление сексуальности?

Да-да, существует детская сексуальность, но о ней не принято говорить, эта тема «табу» для многих взрослых.

В первый год жизни зона рта становится инструментом и источником физического и психологического чувства удовольствия.

Малышу важно обнаружить эту зону удовольствия — зону рта — и насладиться ею сполна.

На каждом этапе развития важна активность ребенка, его исследовательность, чем любознательнее ребенок, тем быстрее и интереснее он развивается.

Малыши не только получают видимое удовольствие от процесса сосания, но используют рот в качестве инструмента исследований, помещая в него предметы (любые предметы), чтобы понять, что они из себя представляют.

Убирая пальчики изо рта, взрослый как бы говорит ребенку — нельзя исследовать, нельзя познавать себя, нельзя получать удовольствие.

Природа устроена так, если ей не дают взять свое, она найдет другие способы получить это.

И если ребенок в первый год по каким-то причинам не получил опыт познания мира «ртом», недополучил удовольствие от сосательных движений, сосательные движения закрепляются во взрослой жизни, как способ получения удовольствия.

Проявляется это в жевании сосательной резинки, сосании леденцов, сосании и погрызывании колпачков ручек, курении, употреблении алкоголя, обкусывании ногтей, переедании, облизывании и жевании губ и других подобных манипуляциях, связанных со ртом.

Ребенок тянет в рот все подряд «напихивает себя» всем чем можно.

Если ребенок в 1 год в 1,5 продолжает все тянуть в рот, «напихивать себя», он как будто бы наполняет себя взрослым, ему мало эмоций, эмоционального общения с родителем, близости с родителем.

Малыш таким образом хочет «скушать» маму, чтобы она всегда была с ним, в нем, так как реальная мама по каким-то причинам не очень близка с ним.

В этой ситуации важно обратить внимание — какие отно-

шения у мамы с ребенком.

Подумать, посмотреть, насколько ребенок доволен этими отношениями, как себя с ним ведут, насколько с ним уже считаются?

# Как еще ребенок изучает мир

Малыш все тянет в рот, все нужно «обсмактать», потрогать, погладить, полизать.

Дети вбирают в себя информацию о мире так же с помощью тактильных ощущений.

Очень важен в этом возрасте телесный контакт с мамой. Важно носить малышей на руках. После полугода дети обожают потешки с последующим проваливанием сквозь мамы колени.

«Ехали, ехали в ямку — бух!»

«Прокачусь-ка я на льду, ни за что не упаду, бух — эх — не везет!» Дети изучают мир с помощью глаз и ушей.

Можно развесить в доме разные картинки, малыш с удовольствием будет смотреть на них.

Слушайте вместе классическую музыку, она успокаивает, умиротворяет.

Самое главное в развитии малыша, в создании для него развивающей среды — не перестараться.

Слишком много информации — тоже плохо, происходит перестимуляция.

Ребенку тяжело, он перенасыщен, он не может дальше развиваться.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.