

Пока ты растёшь

Тёплая книга о первом годе
материнства и близости
с ребёнком



ВЕРА ЛАДОЖСКАЯ

Вера Ладожская

Пока ты растёшь

<https://litres.ru/74619262>

SelfPub; 2026

Аннотация

Первый год жизни ребёнка меняет не только малыша — вместе с ним рождается и мама.

Эта книга — о той стороне материнства, о которой редко говорят вслух: о нежности и тревоге, бессонных ночах и чувстве вины, первых улыбках, страхе ошибиться, усталости и невероятной близости между мамой и ребёнком.

Почему любовь не всегда приходит мгновенно? Как формируется привязанность? Почему можно безмерно любить малыша и одновременно скучать по своей прежней жизни? Как научиться понимать ребёнка, доверять себе и не раствориться полностью в роли матери?

Это не строгая инструкция по воспитанию и не сборник правил «идеальной мамы». Это тёплый и честный разговор о первом годе вместе — времени, когда ребёнок учится жить в мире, а женщина постепенно учится быть для него домом.

Содержание

Содержание	6
Содержание · продолжение	7
Ты родилась вместе с ним	8
Первая встреча	11
Почему я ничего не понимаю?	15
Я смотрю на тебя, ты смотришь на меня	19
Ночи, о которых никто не рассказывает	23
У него уже есть характер	27
Первая улыбка	31
Конец ознакомительного фрагмента.	32

Вера Ладожская

Пока ты растёшь

ВЕРА ЛАДОЖСКАЯ

Пока ты

растёшь

Тёплая книга о первом годе материнства

и близости с ребёнком

2026

Вера Ладожская

Пока ты растёшь

Тёплая книга о первом годе материнства и близости с ребёнком

Книга о знакомстве с малышом, повседневной близости и жизни женщины в первый год материнства.

Вера Ладожская — литературный псевдоним. Бытовые сцены в книге являются собирательными и не описывают конкретных людей.

Это поддерживающий психологический нон-фикшн, а не руководство по лечению, кормлению или оценке развития. При вопросах о здоровье матери или ребёнка обращайтесь к профильному специалисту. При непосредственной угрозе жизни или безопасности нужна экстренная помощь.

Номера в квадратных скобках отсылают к источникам в конце книги. Научные сведения отделены от авторских размышлений и бытовых примеров.

Первое издание · 2026

Содержание

Ты родилась вместе с ним 5

Часть I. Когда вас стало двое

1. Первая встреча 8
2. Почему я ничего не понимаю? 11
3. Я смотрю на тебя, ты смотришь на меня 14
4. Ночи, о которых никто не рассказывает 17

Часть II. Учимся друг друга понимать

5. У него уже есть характер 20
6. Первая улыбка 23
7. Почему он плачет именно со мной? 26
8. Материнская тревога 29

Часть III. Мама, которую никто не видит

9. Все спрашивают о ребёнке 32
10. Я люблю его, но скучаю по своей прежней жизни 35
11. Тело после рождения 38
12. Хорошая мама 41
13. Вина входит без стука 44

Содержание · продолжение

Часть IV. Ты отделяешься от меня

- 14. Мир становится больше 47
- 15. Уйти на два метра 50
- 16. Отпустить, не исчезая 53
- 17. Его первый маленький мир 56

Часть V. Мы снова учимся быть семьёй

- 18. А что стало с нами? 59
- 19. Бабушки, советы и чужое мнение 62
- 20. Мне тоже нужен кто-то взрослый 65

Часть VI. Перед первым днём рождения

- 21. Ты уже совсем другой 68
- 22. И я уже другая 71
- 23. Последний раз 74
- 24. Первый день рождения 77
- Ты не должна запомнить всё 80
- Письмо маме через год 83
- Источники и примечания 85

ВСТУПЛЕНИЕ

Ты родилась вместе с ним

В прихожей всё стоит на прежних местах. Куртка висит на крючке, на полке лежат ключи, у зеркала остался чек, который давно пора выбросить. Ты вернулась домой, где умеешь находить выключатель в темноте. И всё-таки теперь это немного незнакомая квартира. В ней появился человек, ради которого приходится заново узнавать даже тишину.

Раньше тишина означала, что можно отдохнуть. Теперь ты прислушиваешься: не слишком ли тихо? Раньше один час был небольшим отрезком дня. Теперь за час можно успеть испугаться, покормить ребёнка, остыть над недопитым чаем и вдруг увидеть на крошечном лице выражение, из-за которого захочется немедленно позвонить кому-нибудь. Сказать: «Представляешь, он сейчас...» И остановиться, потому что объяснить это почти невозможно.

Я хочу поговорить с тобой о том годе, который редко помещается в семейный альбом. На фотографиях остаются выписка, первая улыбка, маленькая ладонь рядом с большой. Между снимками живёт женщина. Она ждёт вечера и боится ночи, радуется ребёнку и скучает по обычной прогулке без сумки с запасными вещами. Она учится отвечать на потребности того, кто пока не умеет их называть, и временами перестаёт слышать собственные.

Эта книга — о ваших отношениях. О том, как незнакомый

младенец становится именно твоим ребёнком: человеком со своим смешным вздохом, недовольным звуком, привычкой замирать перед чем-то интересным. И о том, как ты становишься его мамой, сохраняя возможность быть собой.

Название вступления не означает, что прежняя ты исчезла в день родов. У тебя уже была жизнь: работа, привязанности, слабости, умения, любимая музыка. Ничто из этого не отменилось. Просто к твоей истории добавилась роль, для которой недостаточно заранее выученных ответов. Иногда кажется, будто вместе с ребёнком ты действительно родилась заново. Иногда — будто тебя резко переселили в незнакомую страну, не дав времени собрать вещи.

Я буду обращаться к тебе на «ты». Не потому, что знаю твою жизнь, а потому, что хочется оставить между нами меньше расстояния. При этом я не стану угадывать, что именно ты чувствуешь. Возможно, ты плакала от счастья сразу после родов. Возможно, хотела только спать. Может быть, вы оказались дома быстро, а может быть, между первой встречей и домашней тишиной были больничные коридоры. Любая из этих историй заслуживает бережного разговора.

Главы идут вслед за первым годом, но здесь нет расписания чувств и достижений. Малыш не обязан начать смеяться к нужной странице, а ты — обрести уверенность к следующей части. Возрастные рамки приблизительны. Развитие ребёнка обсуждают с педиатром; переживания матери, если они мешают жить, тоже заслуживают профессионального

внимания. Книга может помочь найти слова, но не заменяет медицинскую или психологическую помощь.

Ты встретишь небольшие бытовые сцены. Это собирательные, придуманные ситуации, а не истории пациенток и не обещание, что каждая семья проживает одно и то же. В них можно узнать себя или пройти мимо. Тебе не требуется соглашаться с каждой страницей, чтобы получить от чтения что-то своё.

В начале года ты, возможно, будешь спрашивать: «Как понять, что ему нужно?» Ближе к концу появится другой вопрос: «Как быть рядом с человеком, который всё чаще хочет по-своему?» Между этими вопросами пройдёт много обычных дней. В них и будет расти ваша близость.

Давай начнём с первой встречи. Не с той, которую следовало бы пережить красиво. С той, которая случилась у вас.

ЧАСТЬ I

Когда вас стало двое

ГЛАВА 1

Первая встреча

Ты могла много раз представлять эту минуту. Даже если говорила, что ничего не загадываешь, где-то внутри существовал короткий фильм: вот ребёнка кладут тебе на грудь, вот ты видишь его лицо, вот всё становится ясным. В этом фильме обычно нет неудобной подушки, чужих разговоров над головой и невозможности сразу понять, где у маленького человечка рука, а где край пелёнки.

Настоящая встреча бывает не похожа на воображаемую. Женщина смотрит на ребёнка и думает: «Какой он тёплый». Или: «Почему он такой красный?» Или совсем ни о чём не думает. Ей нужно прийти в себя после боли, напряжения, операции, долгих часов ожидания. Большое событие уже произошло, а чувства ещё не успели найти для него место.

Иногда первым приходит узнавание. Иногда — настороженное любопытство. Бывает, что малыша берут на руки уверенно, а бывает, просят показать ещё раз, как поддерживать голову. В этом жесте нет недостатка любви. Есть встреча человека, который умеет многое, с совершенно новым для него делом.

Особенно трудно, если окружающие заранее назначили тебе эмоцию. «Ну что, самое большое счастье?» — спрашивают они. Ты киваешь, потому что не знаешь, как объяснить

смесь облегчения и растерянности. Кажется, будто честный ответ испортит праздник. И тогда к усталости прибавляется небольшая одинокая тайна: все уверены, что ты счастлива определённым образом, а с тобой происходит что-то другое.

Чувство близости может возникать постепенно. Для некоторых родителей это яркая первая минута; для других — цепочка небольших встреч в последующие дни и недели. Если связь долго ощущается недоступной или это тревожит тебя, об этом можно рассказать специалисту. Не нужно сначала доказывать, что ты достаточно старалась. ^[1]

Представь вечер после возвращения домой. Кто-то фотографирует кроватку, кто-то открывает пакеты с подарками. Ты остаёшься с ребёнком одна на несколько минут и впервые замечаешь не «новорождённого», а конкретную деталь: у него смешная складочка над носом. Он морщится, словно недоволен вашей встречей. Ты неожиданно улыбаешься. Это ещё не обязательно большое чувство. Но уже маленькое событие между вами, которого не было в воображаемом фильме.

Любовь часто описывают так, будто её надо сразу опознать. Между тем она может прятаться в будничном внимании. Ты поправляешь рукав, чтобы пальцы не зацепились. Запоминаешь, на какой звук ребёнок повернулся. Зовёшь другого взрослого посмотреть на его ресницы. Так рядом с ответственностью возникает интерес. А за интересом иногда приходит нежность, которую невозможно было вызвать при-

казом.

Если после рождения вы были разлучены, первая домашняя встреча может нести в себе ещё и печаль о том, чего не произошло. Ты не держала его столько, сколько хотела. Не была рядом в определённую ночь. Слышала сведения о нём через чужие слова. Эту потерю не обязательно обесценивать фразой «зато теперь всё хорошо». Можно радоваться возвращению и одновременно сожалеть о начале.

Но у отношений нет единственной открытой двери, которая захлопывается через несколько часов после родов. Контакт строится и дальше. Ваша сегодняшняя встреча имеет собственное значение; ей не нужно соревноваться с той, какой ты представляла первую. Медицинская помощь, кесарево сечение или необходимость восстановления сами по себе не определяют, насколько близкими вы станете.

Иногда мешает не отсутствие чувства, а огромное требование к себе. Женщина смотрит на спящего младенца и проверяет: достаточно ли сильно я люблю? Эта проверка похожа на попытку заснуть, каждую минуту спрашивая, наступил ли сон. Внимание всё время обращено внутрь экзамена, а рядом лежит человек, с которым можно просто знакомиться.

Сегодня ты можешь заметить одну его особенность. Завтра — другую. Можно сказать вслух: «Я пока не очень понимаю, как с тобой быть». Ребёнку не нужен красивый рассказ о вашем начале. Тебе самой, возможно, нужна возможность перестать его украшать.

Позже память выберет какие-то подробности и потеряет другие. Ты будешь помнить свет над кроватью или то, как кто-то принёс воду. Может быть, главной окажется вовсе не первая минута, а третья ночь, когда ребёнок обхватил твой палец и ты впервые подумала: «Вот ты какой».

Знакомство уже началось. Оно не обязано завершиться в день рождения.

ГЛАВА 2

Почему я ничего не понимаю?

На столе лежит телефон с открытой заметкой. В ней время кормления, время сна, ещё какие-то цифры, смысл которых был совершенно ясен ночью и почему-то потерялся утром. Ты смотришь на запись и на ребёнка. По записи он должен быть доволен. Ребёнок с этим не согласен.

В первые недели легко решить, что другим выдали объяснение, а твоё забыли положить в сумку при выписке. Кто-то уверенно различает виды плача. Кто-то говорит: «Он просто перегулял». Ты слышишь в этом не предположение, а знание особого языка, которым пока не владеешь. Становится неловко за собственный вопрос: «А как вы поняли?»

Но младенец не выдаёт потребности по одной и в одинаковом виде. Усталость может встретиться с голодом, дискомфорт — с потребностью в контакте. Один и тот же звук в разное время не обязательно означает одно и то же. Понимание ребёнка складывается из наблюдений, проверки догадок и обычного опыта, а не из мгновенно включившегося материнского дара.

Допустим, вчера его успокоило движение по комнате. Сегодня ты проходишь тот же путь от двери к окну, но он продолжает плакать. Внутренний голос торопится вынести оценку: «Даже это разучилась». Между тем изменился не обязательно твой навык. Изменился день. Ты пробуешь от-

ветить человеку, а не повторить комбинацию, которая всегда открывает замок.

Полезно оставлять между наблюдением и выводом небольшое расстояние. «Он отвернулся» — наблюдение. «Я ему неприятна» — уже история, которую твоя тревога рассказала об этом движении. «Он проснулся через короткое время» — событие. «Я всё испортила» — приговор. Иногда весь труд первых недель состоит в том, чтобы не соединять их автоматически.

Это расстояние не требует хладнокровия исследователя. Можно растеряться, заплакать, позвать на помощь. И всё же спросить себя: что я вижу прямо сейчас? Ребёнок плачет. Я проверила основные потребности, но не понимаю причину. Значит, сейчас у меня есть неизвестность, а не доказательство моей несостоятельности.

Плач — один из способов, которыми младенец сообщает о себе. Он может продолжаться и после того, как взрослый попытался устранить очевидные причины. Если тебе кажется, что ребёнок нездоров, плач непривычный или появились другие тревожащие изменения, лучше связаться с врачом, а не подбирать психологическое объяснение. ^[2]

Уход очень быстро становится наполнен чужими глаголами: измерить, записать, проверить, успеть. Иногда записи действительно нужны, особенно по рекомендации специалиста. Иногда они помогают двум взрослым передавать друг другу сведения. Но бывает, что женщина уже не смотрит на

ребёнка без мысленного заполнения таблицы. Любое движение приходится превращать в данные, и от этого знакомство становится ещё тревожнее.

Можно оставить только то, что помогает принимать решения. Если врач просит наблюдать определённый показатель, у него есть цель. Если ты записываешь каждую минуту, чтобы получить гарантию хорошего дня, стоит заметить: даёт ли это ясность или лишь создаёт ещё одну обязанность? Не существует дневника, который заранее отменит все вопросы первого года.

Другой взрослый тоже может учиться. Не обязательно передавать ребёнка вместе с длинной лекцией, в которой предусмотрено каждое движение. Достаточно необходимо-го: что уже было, что сейчас может понадобиться, на что обратить внимание. Остальное знание приходит через участие. Ты сама когда-то впервые застёгивала эти маленькие кнопки и путала верх с низом.

Уверенность обычно выглядит скромнее, чем нам обещают. Это не состояние «я всегда знаю». Скорее, однажды ты обнаруживаешь: «Я могу не знать и всё равно действовать». Перепроверить, спросить, сменить предположение. Вызвать врача, когда нужна оценка здоровья. Признать, что сегодня ребёнок устроен для тебя загадочно, и не сделать из этого вывод о завтрашнем дне.

К вечеру заметка в телефоне, возможно, снова останется незаполненной. Зато ты запомнишь, что перед плачем ма-

льш некоторое время отворачивался от яркого окна. В другой день это наблюдение пригодится, а может быть, нет. Так и накапливается ваш общий словарь: не сразу целыми предложениями, сначала отдельными словами, произнесёнными неуверенно.

ГЛАВА 3

Я смотрю на тебя, ты смотришь на меня

Бывает короткое спокойное время, когда ничего не требуется срочно. Ребёнок лежит у тебя на руках, глаза открыты. Ты что-то говоришь — о погоде, о пропавшем носке, о том, что чай опять остыл. Слова простые, почти бессодержательные для взрослого разговора. Но между вами происходит настоящее общение.

Малыш ещё не понимает рассказ так, как понял бы его старший ребёнок. Он слышит голос, замечает выражение лица, чувствует прикосновение. Когда взрослый откликается на его звуки и движения, возникает обмен: один подаёт сигнал, другой отвечает. Такие повторяющиеся взаимодействия поддерживают раннее развитие общения. ^[3]

У этого обмена нет обязательной торжественности. Не нужно каждый раз превращаться в особенно нежную, поющую версию себя. Можно сказать обычным голосом: «Сейчас поправлю рукав». Можно подождать, пока ребёнок ответит звуком или движением. Иногда пауза оказывается содержательнее ещё одной фразы. В ней есть место для его участия.

Мы привыкли считать разговором слова и потому легко не замечаем начало диалога. Младенец замер, когда услы-

шал знакомый звук. Приоткрыл рот. Отвёл взгляд. Ты меняешь громкость, останавливаешь игру, снова предлагаешь контакт. Ни один из вас не составляет план беседы, но вы уже влияете на её ход.

Здесь легко увлечься и превратить близость в занятие с нормативом: сколько минут смотреть в глаза, сколько раз повторить звук, сколько прикосновений обеспечить за день. Тогда живой ребёнок незаметно уступает место учебной задаче. Ты следишь за выполнением, а он отворачивается, и кажется, будто занятие провалилось.

Отведённый взгляд может просто означать, что сейчас нужна пауза. Не каждый момент бодрствования следует наполнять общением. Иногда хорошо посидеть рядом, пока малыш рассматривает пятно света на стене. Ты остаёшься доступной, не требуя, чтобы он всё время подтверждал вашу связь ответным взглядом.

Привязанность — не награда за самое большое количество часов без разлуки. В простом бытовом смысле мы говорим о складывающихся отношениях, в которых ребёнок обращается к знакомому взрослому за защитой и утешением. Такие отношения развиваются через повторяющуюся заботу. Чуткий ответ помогает их строить; безошибочность взрослого для этого не требуется. ^[4]

При этом у ребёнка могут быть близкие отношения с несколькими заботящимися о нём людьми. Папин способ держать его, бабушкино тихое напевание, твоя привычка

разговаривать во время переодевания могут существовать рядом. Тебе не нужно оставаться единственным человеком, который имеет право его успокоить. Доверие к другому взрослому не вычитается из доверия к тебе. ^[18]

Слово «связь» иногда звучит так, будто между матерью и ребёнком натянута невидимая нить, которую можно случайно порвать одним неудачным вечером. Но ваши отношения состоят из множества встреч. Вчера ты не сразу поняла, что происходит. Сегодня заметила раньше. Сейчас отвлеклась, затем вернулась. Из этих разных эпизодов постепенно складывается привычный способ быть вместе.

Если день был особенно тяжёлым, возвращение к контакту может выглядеть совсем буднично. Ты берёшь малыша уже спокойнее, меняешь положение, негромко говоришь с ним. Не требуется устраивать церемонию примирения или ждать, что младенец поймёт извинение. Смысл в твоём действии: рядом снова внимательный взрослый, готовый заботиться.

Это не означает, что повторяющаяся грубость безвредна, если потом сказать ласковые слова. Когда срывы становятся частыми, нужна помощь самой матери и изменение условий, в которых она живёт. Отношения поддерживаются не только её намерениями. Имеет значение, есть ли возможность спать, есть ли кому передать ребёнка, не остаётся ли она одна с непосильной нагрузкой.

Но обычная неровность живого общения не делает бли-

зость фальшивой. Ты можешь не любить детские песенки и при этом замечать его настроение. Можешь говорить мало, но бережно брать на руки. Можешь быть смешной, деловой, тихой — ребёнок знакомится с твоим настоящим голосом, а не с образцом из рекламы.

Сегодня он смотрит на тебя несколько секунд. Потом переводит взгляд на воротник. Ты замечаешь это и перестаёшь задавать вопросы. Вот и всё. Маленький разговор состоялся, хотя со стороны в нём почти ничего не произошло.

ГЛАВА 4

Ночи, о которых никто не рассказывает

В три часа ночи квартира выглядит иначе. Стол кажется длиннее, звуки холодильника громче, оставленная чашка почему-то раздражает сильнее, чем днём. За окном темно, и кажется, что весь город получил право закончить день, а тебе этого права не выдали.

Ты берёшь ребёнка на руки и чувствуешь нежность. Через несколько минут — злость. Потом стыд за злость. Самое мучительное иногда не пробуждение, а невозможность предвидеть следующее. Если бы кто-нибудь сказал: осталось двадцать минут, — ты, возможно, выдержала бы спокойнее. Но ночь не сообщает, сколько её осталось именно для тебя.

В такие часы мысль теряет объём. Кажется, что так будет всегда, что никто не понимает, что завтра тоже не наступит ничего, кроме повторения. Даже небольшая неудача — упавшая крышка, запутавшаяся пелёнка — способна стать последней каплей. Уставшая женщина может начать сердиться не только на ситуацию, но и на человека, которого любит больше всего.

Чувство и действие всё же различаются. Можно заметить раздражение раньше, чем оно перейдёт в опасное обращение. Если ты чувствуешь, что теряешь контроль, положи ре-

бёнка на спину в безопасную кроватку, ненадолго отойди и позови помощь; вернись, когда сможешь действовать спокойнее. Младенца нельзя трясти или бить. Короткая безопасная пауза нужна именно для защиты, а не для наказания плачущего малыша. [2, 5]

Часто женщина терпит до той минуты, когда уже не способна произнести спокойную просьбу. До этого ей кажется, что достаточно сильно нуждаться в сне можно только при полном изнеможении. Но договориться о ночной помощи лучше заранее. Кто подходит к ребёнку после определённого пробуждения? Кто берёт на себя утро? Какие действия может выполнить другой взрослый, даже если кормление сейчас связано с матерью?

Не каждой семье доступны ночные смены. Кто-то растит ребёнка одна. Кто-то живёт с человеком, который работает ночью, болеет или сам едва держится. Тогда разговор о помощи должен учитывать реальную жизнь. Возможно, найдётся час днём, привезённая еда, отменённый визит, человек, который погуляет с ребёнком. Маленькая помощь не заменяет необходимого сна, но может убрать часть нагрузки вокруг него.

Самая бесполезная фраза в уставшем доме — «разбудила бы меня». В ней вся ответственность опять возвращается тому, кто и так не спал: следить за собой, определить предел, решиться просить, назначить действие. Гораздо ощутимее договорённость, которую не нужно заново добывать но-

чью. Пусть она будет несовершенной, но понятной обоим.

Есть ещё одна трудность: когда появляется возможность лечь, ты иногда не можешь сразу уснуть. В голове продолжается список дел, ухо ждёт знакомого звука. Не стоит ругать себя за «неправильно использованный отдых». Однако если невозможность спать сохраняется даже при доступной помощи или сопровождается выраженной тревогой и ухудшением самочувствия, об этом следует поговорить с врачом.

Нежная ночная сцена требует и простого внимания к безопасности. Для сна ребёнка укладывают на спину на отдельную ровную твёрдую поверхность; в кроватке не должно быть подушек, мягких игрушек и свободных одеял. Засыпать с младенцем на диване или в кресле опасно. Если тебя клонит в сон, нужно перенести его в безопасное место. ^[6]

Эти правила не делают ночь менее одинокой, но помогают не полагаться на обещание «я точно не усну». Усталость сильнее намерения. Подготовленное место для ребёнка и заранее понятная возможность позвать взрослого нужны именно той матери, которая заботится, а не какой-то другой, недостаточно внимательной женщине.

Иногда под утро малыш наконец затихает, и ты вместо сна несколько секунд смотришь на его лицо. В тебе одновременно живут два желания: чтобы он всегда был таким маленьким и чтобы эта ночь скорее закончилась. Одно не отменяет другое. Не обязательно приводить собственные чувства к единственному красивому знаменателю.

Когда посветлеет, многое снова станет выносимее. Но ночную тяжесть не нужно полностью списывать на темноту. Днём можно вернуться к тому, что стало ясно ночью: так много одной тебе трудно. Это знание заслуживает конкретного ответа — сна, перераспределения дел, разговора со специалистом, если состояние не улучшается. Рассвет не должен быть единственной помощью, на которую ты рассчитываешь.

ЧАСТЬ II

Учимся друг друга понимать

ГЛАВА 5

У него уже есть характер

В гостях кто-то наклоняется к коляске и говорит громким радостным голосом. Ребёнок замирает, хмурится, потом отворачивается. «Какой серьёзный!» — смеются вокруг. Ты уже знаешь: если сейчас ещё немного помолчать, он, возможно, заинтересуется новым лицом. Если продолжить тормошить, знакомство закончится слезами.

Несколько недель назад ты бы растерялась вместе со всеми. Теперь замечаешь разницу между «ему не нравится» и «ему нужно время». Она кажется небольшой, но для вас это настоящее открытие. Ты начинаешь узнавать способы, которыми именно этот ребёнок встречается с миром.

Один малыш охотно включается в новое, другой сначала наблюдает. Кому-то легче перенести перемену, когда знакомый взрослый остаётся рядом. Другой словно не замечает, что вы переставили привычный предмет. Темперамент связан с индивидуальными особенностями реакций, но слово не должно превращаться в готовый прогноз судьбы. ^[7]

Очень хочется назвать то, что стало заметно: общительный, упрямый, осторожный, весёлый. Название даёт ощущение порядка. Однако у младенца ещё много возможностей удивить окружающих. «Он у нас такой» иногда начинает звучать раньше, чем у него появляется шанс побыть разным.

Стоит оставить в описании место для слова «сейчас».

Сейчас ему трудно среди множества голосов. Сейчас он любит смотреть на движущуюся занавеску. Сейчас начинает сердиться, если слишком быстро менять положение. Эти наблюдения помогают заботиться. А вот «он обязательно вырастет нелюдимым» уже уводит далеко от ребёнка, который лежит перед тобой и просто устал от гостей.

Особенно запутанным бывает знакомство, если малыш не похож на тебя. Ты быстро радуешься новым людям, а ему требуется время. Ты любишь тишину, а он оживляется от активной игры. Можно принять это несовпадение за собственную неудачу: почему рядом со мной появился человек, которого приходится всё время переводить на мой язык?

Но близость не требует одинакового устройства. Иногда она как раз растёт из любопытства к отличию. Ты могла бы продолжить показывать игрушку, потому что она кажется тебе красивой. Вместо этого замечаешь, что он гораздо дольше рассматривает твою руку. Останавливаешься на том, что выбрал он. На минуту его интерес становится общим.

Впрочем, учитывать особенности ребёнка не означает каждый раз полностью перестраивать дом. Если малыш предпочитает один способ успокоения, это не делает остальные запрещёнными навсегда. Семья тоже живая: у взрослых устают руки, меняется распорядок, возникают поездки. Можно искать варианты постепенно, сохраняя знакомое там, где это помогает, и не обещая абсолютной неизменности.

Порой знание ребёнка вызывает неожиданную ревность. Другой взрослый говорит: «Ему так нравится», — а тебе хочется возразить: «Нет, я лучше знаю». Иногда ты действительно замечаешь важное. Иногда защищаешь не потребность малыша, а своё место рядом с ним. Различить это бывает неприятно, но полезно. У другого человека может появиться собственное верное наблюдение.

Допустим, ты уверена, что перед отдыхом нужна тишина. Партнёр замечает: сегодня малыш легче успокоился под тихий разговор. Из этого не обязательно делать спор о том, кто точнее чувствует ребёнка. Можно заинтересоваться: когда это получилось, что происходило до этого? Знание становится богаче, если его можно дополнять, а не охранять.

Узнавание проявляется не только в успешных действиях. Иногда ты заранее понимаешь, что в этот шумный день ему будет нелегко, и перестаёшь ждать от него удобного поведения. Не сердиться на сам факт его реакции — тоже результат знакомства. Тебе уже не нужно сравнивать его с ребёнком, который безмятежно спит за соседним столом.

Однажды кто-то предложит: «Давай ещё раз, ему же интересно». А ты спокойно ответишь: «По-моему, на сегодня достаточно». В этом голосе будет меньше оправданий. Не потому, что теперь ты знаешь всё, а потому, что накопилось достаточно встреч, чтобы доверять некоторым своим наблюдениям.

Ребёнок снова повернётся к гостю. Не улыбнётся, про-

сто посмотрит внимательнее. Ты не станешь торопить этот взгляд. У него свой способ знакомиться. У тебя понемногу появляется умение идти рядом с этим способом.

ГЛАВА 6

Первая улыбка

Ты наклоняешься к ребёнку с самым обыкновенным намерением — поправить одежду, взять на руки, проверить, не закатился ли рукав. Он смотрит в твою сторону. Лицо меняется. На секунду ты даже не уверена, что произошло, и невольно повторяешь звук, который произнесла перед этим. Он улыбается снова.

Дальше хочется немедленно позвать свидетелей. Ты говоришь громче, чем собиралась: «Иди сюда!» Прибежавший взрослый видит серьёзного младенца, который изучает потолок. Ты показываешь лицом, как это было, делаешь нелепый звук ещё раз и чувствуешь себя одновременно счастливой и немного смешной.

Есть события, которые кажутся незначительными до тех пор, пока не случатся с твоим ребёнком. Взрослые улыбаются десятки раз за день. Но первая заметная улыбка в ответ на тебя меняет привычную картину. До этого забота могла ощущаться бесконечным движением в одну сторону. Теперь ты вдруг видишь участие другого человека.

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.