



Анн Бакюс

ГИД
ПО ВОСПИТАНИЮ
ДЕТЕЙ
ОТ 3 ДО 6 ЛЕТ

Советы знаменитого французского психолога



ЭКСМО

Москва

2014

УДК 37.01
ББК 88.8
Б 19

Anne Bacus
LE GUIDE PRATIQUE DE VOTRE ENFANT DE 3 À 6 ANS

Copyright © Hachette Livre (Marabout), Paris, 2012

Перевод *Ивана Шкурко*

Художественное оформление *Екатерины Гузьяковой*

Бакюс, Анн.

Б 19 Гид по воспитанию детей от 3 до 6 лет. Советы знаменитого французского психолога / Анн Бакюс ; [пер. с фран. И. Шкурко]. — Москва : Эксмо, 2014. — 272 с. — (Психология. Воспитание по-французски).

ISBN 978-5-699-75649-0

Книги Анн Бакюс, известного детского психолога, доктора наук, одного из основоположников французской системы воспитания, популярны во всем мире благодаря четким, кратким и эффективным советам. Перед вами полное практическое руководство по воспитанию детей от 3 до 6 лет, которое охватывает все возможные проблемы, с которыми могут столкнуться родители в этот период: от непослушания и соблюдения распорядка дня до общения со сверстниками и компьютерных игр.

Анн Бакюс уверена: если вы будете знать, какие этапы проходит ребенок в физическом, психологическом, умственном и эмоциональном развитии, то общение с ним будет приносить вам больше радости и удовлетворения и вы воспитаєте счастливого и успешного человека.

УДК 37.01
ББК 88.8

© Шкурко И.Г.,
перевод на русский язык, 2014
© Оформление.
ООО «Издательство «Эксмо», 2014

ISBN 978-5-699-75649-0

Содержание

Предисловие	14
<i>Его потребности, его желания, его обучение</i>	15
<i>Вы нужны своему малышу</i>	16
<i>Предупреждение</i>	16

РЕБЕНОК ОТ 3 ДО 4 ЛЕТ

Какой он?	21
<i>Он двигается, скользит, ездит на велосипеде</i>	21
<i>Он учится самоконтролю</i>	21
<i>В повседневной жизни</i>	22
<i>Он хорошо говорит и задает вопросы</i>	23
<i>Он обожает рассказы</i>	24
<i>Он катает, моделирует, изобретает</i>	25
<i>Ему нравятся перемены, его друзья и детский сад</i>	26
Проблемы с питанием	27
<i>Выражение недовольства</i>	27
<i>Причины отказа</i>	28
<i>Как быть?</i>	30
<i>Пустота, которую ребенок пытается заполнить</i>	31
Нарушения речи	33
<i>Проблемы с произношением</i>	33
<i>Задержки развития речи</i>	34
<i>Постановка диагноза</i>	36
<i>Если он заикается</i>	37
Отказ принимать лекарства	41
<i>На помощь приходят крики</i>	41
<i>Ведите себя проще и позитивнее</i>	41
<i>Упростите себе задачу</i>	42

В больнице.....	44
<i>Объясните ему</i>	44
<i>Оставайтесь рядом с ним</i>	44
Осязание	45
<i>Прогулка пальцами</i>	45
<i>Как играть</i>	46
Игрушки и игры	47
<i>Смысл игр</i>	47
<i>Задача родителей</i>	49
<i>Игры в одиночку</i>	50
<i>Хорошая игрушка — что это?</i>	53
<i>Сбалансированный выбор</i>	55
<i>Воображаемый друг</i>	56
Появление второго ребенка	58
<i>В поисках нового равновесия</i>	58
<i>Поделитесь с ним новостью</i>	59
<i>Зависть неизбежна...</i>	59
<i>...и приносит пользу</i>	60
<i>Несколько советов</i>	61
Его потребности	63
<i>Нежность</i>	63
<i>Понимание</i>	64
<i>Уважение</i>	65
Он требует слишком много внимания	67
<i>Почему?</i>	67
<i>Как себя вести?</i>	68
<i>Помогите ему стать самостоятельным</i>	68
<i>Пусть он скажет</i>	69
Вопросы сна.....	71
<i>Каковы его потребности?</i>	71
<i>Спать после обеда или не спать?</i>	71
<i>Предупреждение проблем со сном</i>	72
<i>Способствуйте его хорошему сну</i>	74

<i>Вечерний ритуал</i>	75
<i>Боятся ли он темноты?</i>	75
<i>Ох уж эта ранняя пташка!</i>	78
Чтение рассказов.....	80
<i>Эмоциональный опыт</i>	80
<i>Семейные традиции</i>	81
<i>Как сделать свой выбор?</i>	81
<i>Преодоление испытаний</i>	82
Детский сад.....	83
<i>Воспитание и дошкольная подготовка</i>	83
<i>Интеграция и предупреждение</i>	83
<i>Разнообразие занятий</i>	84
Ребенок идет в садик	85
<i>Это тяжело для ребенка</i>	85
<i>...и для его родителей</i>	85
<i>Предшествующие недели</i>	87
<i>Когда остается одна неделя</i>	88
<i>День Икс</i>	89
Проблемы адаптации.....	91
<i>Способы выразить свое недовольство</i>	91
<i>Почему ему так не нравится?</i>	91
<i>Если он ходит под себя</i>	92

РЕБЕНОК ОТ 4 ДО 5 ЛЕТ

Какой он?.....	97
<i>Он повсюду носитя</i>	97
<i>Он выдумывает</i>	97
<i>Он обожает ругаться</i>	98
<i>Он становится очень самостоятельным</i>	99
<i>Он умеет ориентироваться во времени и пространстве</i>	100
<i>Он очень изобретателен</i>	100
<i>Он очень подвижен</i>	101
<i>Он завязывает крепкие дружеские отношения</i>	102

Маленькие болезни, большие удовольствия	103
<i>Побочная выгода</i>	103
<i>Взаимное удовольствие</i>	104
<i>Язык тела</i>	105
<i>Как быть?</i>	106
<i>Он просто неженка</i>	108
Быть двуязычным — огромный козырь	110
<i>Как ребенок становится двуязычным?</i>	110
Изучите его рисунки	111
<i>Проецирование себя</i>	111
<i>Говорящие характеристики</i>	112
<i>Слушайте его комментарии</i>	113
Познание времени	114
<i>Настоящее, будущее и прошлое</i>	114
<i>Ориентиры</i>	114
<i>Различные периоды жизни</i>	116
От фантазии до лжи	117
<i>Воображаемый мир и реальный</i>	117
<i>Как быть?</i>	119
Что касается половой принадлежности	124
<i>Что именно его интересует?</i>	124
<i>Говорите правду</i>	125
<i>Если он не задает вопросов</i>	126
<i>Если он обеспокоен</i>	127
А почему?	129
<i>Его вопросы многое расскажут о нем</i>	129
<i>Ваши ответы откроют ему многое о вас</i>	130
Порядок и беспорядок	131
<i>Хаос — это его кокон</i>	131
<i>Понятие собственности</i>	132
<i>В зависимости от характера</i>	133
<i>Столкновение интересов</i>	133

<i>Без принуждения</i>	134
<i>Уважение</i>	135
<i>...и организация</i>	135
Вежливость	137
<i>Будьте лаконичны</i>	137
<i>Прелесть ругательств</i>	138
Семейный отпечаток	140
<i>Фундамент для его развития в будущем</i>	140
<i>Разногласия между родителями</i>	141
<i>Опасность отказов</i>	141
<i>Различия обогащают</i>	143
<i>Напряжение губит</i>	143
<i>Потребность в стабильности и уважении</i>	144
Ссоры между братьями и сестрами	146
<i>В поисках своего места</i>	146
<i>Причины раздоров</i>	146
<i>Не вмешиваться</i>	148
<i>Вмешиваться с умом</i>	148
<i>Всегда старайтесь предупредить проблему</i>	150
Когда родители решают расстаться	152
<i>Необнадеживающая статистика</i>	152
<i>Настоящая трагедия</i>	153
<i>Как ему об этом рассказать?</i>	153
<i>Что ему сказать?</i>	155
<i>Как он это воспринимает</i>	156
<i>Что придает ему уверенность</i>	157
<i>У ребенка есть право на полную семью</i>	159
Детские страхи	160
<i>С точки зрения психики</i>	160
<i>В темноте</i>	160
<i>В воде</i>	161
<i>Животные</i>	162
<i>Незнакомцы</i>	163
<i>Буйство образов</i>	163

<i>Не бойтесь его страха</i>	164
<i>Как реагировать на его страхи?</i>	165
<i>Страх понарошку</i>	166
Разговоры о смерти	168
<i>Смерть уже является частью</i> <i>его представления о жизни</i>	168
<i>Как ему рассказать?</i>	169
<i>Почемучка</i>	170
<i>Смерть домашнего питомца</i>	170
Ночные пробуждения	172
<i>Определите, что ребенку нужно на самом деле</i>	172
<i>Зависть и ревность</i>	172
<i>В постели с родителями</i>	173
<i>Кошмары</i>	175
<i>Ночные страхи</i>	176
<i>Главное — чувство защищенности</i>	178
В случае энуреза.....	179
<i>Ему необходима ваша помощь</i>	179
<i>Причины энуреза</i>	179
<i>Психологические факторы</i>	181
<i>Базовые советы</i>	183
<i>Психотерапия</i>	184

РЕБЕНОК ОТ 5 ДО 6 ЛЕТ

Какой он?.....	187
<i>Он вертится, бегаёт, лазает</i>	187
<i>Он спокойный и относится ко всему</i> <i>более реалистично</i>	188
<i>В его повседневной жизни</i>	188
<i>Он обожает разговаривать</i>	189
<i>Он знает буквы и цифры</i>	190
<i>Он подражает, творит и поет</i>	191
<i>Он покладистый и общительный</i>	191

Учите его правильно питаться	193
<i>Основные категории продуктов питания</i>	193
<i>Здоровое питание</i>	194
<i>Завтрак</i>	194
Он грызет ногти	196
<i>Откуда такое напряжение?</i>	196
<i>Пример для подражания</i>	196
<i>Осознание</i>	197
<i>Снятие напряжения</i>	199
Независимость и ответственность	200
<i>Он старается и расстраивается, когда что-то не получается</i>	200
<i>Он пытается и делает что-то неправильно</i>	201
<i>Он учится ответственности</i>	202
Он стеснительный	203
<i>Боязнь незнакомцев</i>	203
<i>Что делать?</i>	204
<i>Развитие у ребенка уверенности в себе</i>	204
Ему сложно заводить друзей	206
<i>Различные ситуации</i>	206
<i>Как ему помочь</i>	207
Он сердится	209
<i>Какие мы требовательные!</i>	209
<i>Какое давление!</i>	209
<i>Как быть?</i>	210
Он постоянно спорит	212
<i>У него есть ответ на все</i>	212
<i>Слова со смыслом</i>	213
<i>Искусство вести переговоры</i>	213
Развитие нравственного сознания	215
<i>Влияние родителей</i>	215
<i>Четыре этапа</i>	216
<i>Логичность</i>	217
<i>Ориентиры</i>	217

Действительно ли он украл?	219
<i>Все мое!</i>	219
<i>В качестве компенсации</i>	220
<i>Не осуждайте, не миритесь</i>	221
<i>Как быть?</i>	222
<i>Уважение к чужой собственности</i>	222
Визит к психологу	224
<i>Почему?</i>	224
<i>К кому обратиться?</i>	225
<i>Как это будет происходить?</i>	225
Как относиться к телевидению?	227
<i>Вопросы</i>	227
<i>За и против</i>	228
<i>Вопросы воспитания</i>	229
<i>Для правильного использования</i> <i>голубого экрана</i>	230
А компьютерные игры?	233
<i>Дети обожают</i>	233
<i>Недостатки</i>	234
<i>...и преимущества</i>	234
<i>Какое решение принять?</i>	235
Общение, разговоры, противостояния	236
<i>Тонкости общения</i>	236
<i>Конфликт — это нормально</i>	237
<i>Определите, кто создает проблему</i>	238
<i>Начинайте свои фразы с «Я»</i>	239
<i>Выражайте свои эмоции</i>	239
<i>Проявляйте сочувствие</i>	240
<i>Совместный поиск решения проблемы</i>	240
Братья и сестры	242
<i>Старший — тот, кто набивал шишки</i>	242
<i>У среднего ребенка особое положение в семье</i>	242
<i>Младший так и остается младшеньким</i>	243
<i>А что насчет близнецов?</i>	244

Болезнь или потребность в любви?	245
<i>Определение симптомов</i>	245
<i>Чтобы с ним посюсюкались</i>	249
Впервые он уезжает куда-то один	250
<i>Меры предосторожности</i>	250
<i>Подготовка</i>	251
<i>Расставание</i>	251
<i>Во время отдыха</i>	252
<i>По возвращении</i>	252
Ребенок учится читать	254
<i>У каждого свой ритм</i>	254
<i>Родительский пример</i>	254
<i>Шесть необходимых навыков</i>	255
<i>Дополнительные навыки</i>	256
<i>Перед ним открывается целый мир</i>	257
<i>Он учится читать самостоятельно</i>	257
Научный склад ума	258
<i>Что это такое?</i>	258
<i>Поддерживайте его любознательность</i>	258
<i>В поисках ответов</i>	259
<i>Стимулируйте его мышление и творческое начало</i>	259
<i>Проводите эксперименты</i>	260
Перескочить через класс?	261
<i>Важное решение</i>	261
<i>Уважение к нему и его собственное счастье</i>	261
<i>Ребенок-вундеркинд</i>	262
Проблемы с воспитательницей	265
<i>Ему не нравится воспитательница</i>	265
<i>Прислушивайтесь к нему и поддерживайте его</i>	266
<i>Какой стратегии поведения придерживаться</i>	266
Кружки	268
<i>Только избыток может нанести вред</i>	268
<i>Разумное расписание</i>	268

Предисловие

Не верьте тем, кто утверждает, будто все определяется в первый год жизни ребенка, в первые 3 или даже 6 лет. Человек — существо весьма гибкое, его мозг поддается обучению в течение очень долгого времени; к счастью, все еще можно поменять в 10 или 15 лет, да даже в зрелом возрасте. И все же ни один период жизни не оказывает на каждого из нас столько влияния, как то, что мы переживаем в течение первых 6–7 лет, и это во всех сферах жизни, однако в первую очередь — в психологическом плане. Таким образом, просто необходимо, чтобы родители были знакомы с тем, какие этапы в своем развитии проходит ребенок, и тогда тот сможет получить максимальную пользу из окружающей его любви и своего повседневного опыта. Кроме того, важно, чтобы этот период протекал как можно более позитивно.

Всем родителям хочется, чтобы их малыш рос счастливым и радостным, однако никто не защищен от проблем, при встрече с которыми наиболее вооруженными оказываются те, кто имеют четкое представление о процессе развития ребенка в физическом, психологическом, умственном и социальном планах. Постоянно возникают одни и те же вопросы: «Не слишком ли он скромный?», «Почему он до сих пор просыпается по ночам?», «Как ему рассказать о смерти близкого?», «Как запретить ему ругаться?», «Какую игрушку ему подарить?», «Почему он все время что-то выдумывает?»... Любые родители хотят быть спокойными, любящими, в меру строгими, всегда доступными для своего малыша; однако жизнь вносит свои коррективы, и мы зачастую вынуждены доверять его на большую часть дня детскому саду.

У этой книги одна-единственная цель: научить взрослых прислушиваться к своему малышу и вести с ним открытый диалог. Это скорее книга предложений, чем готовых рецептов.

Каждый ребенок, как и каждый взрослый, уникален, у каждой семьи свои привычки и правила. Одна книга просто не может ответить на все возникающие у родителей вопросы, тем более что каждый должен сам решить, как именно воспитывать свое чадо. Лучшие родители, которые могли бы быть у ребенка, за исключением редчайших случаев, — это его собственные.

Его потребности, его желания, его обучение

В 3 года у ребенка уже есть свое прошлое, он уже чему-то научился, что-то пережил... Его интересы крутятся в основном вокруг собственной персоны и домашнего очага, в некотором роде королем которого он является, а также других обитателей дома. На протяжении грядущих 3 лет, соответствующих периоду детского сада, ребенок откроется навстречу внешнему миру: он обзаведется друзьями, с которыми научится идти на уступки; с ним произойдут истории, о которых он не захочет вам рассказывать, он будет задавать тысячи вопросов о людях, предметах и явлениях из своей повседневной жизни; он поймет, что он — всего лишь один из тысяч ему подобных. Совершая все эти удивительные открытия, он будет опираться на бьющую через край энергию, свою все более развитую речь и ненасытное желание получить новые знания и стать участником новых авантур.

Потребности ребенка на протяжении этих 3 лет описать особого труда не составляет: любовь, эмоциональная защищенность, стойкость его родителей и их умение слушать, а также открытость перед внешним миром. Ему придется много чему научиться: контролировать свое поведение, думать не только о себе, но и об окружающих, осознать свой пол, удалиться от своей матери, окончательно созреть и развить свои навыки и знания... Ничего из этого простым назвать нельзя, и нередко о себе дают знать небольшие проблемы с поведением.