

№ 3 (10) 2008 г.

Женщина Мир



**Будьте здоровы:
О грудном
вскармливании**

**Изучая Писание:
Что такое быть настоя-
щей женщиной-матерью?**

По страницам интернета:

Носить младенца на себе

Вступление

Знакомясь с разнообразной литературой по уходу за детьми, я обратила внимание на то, как в последнее время изменилось мировоззрение врачей. Сейчас специалисты все больше говорят о том, что для правильного формирования психики и здоровья ребенка необходимо как можно больше держать его на своем теле, баюкать, укачивать и петь колыбельные песни, проявлять всю свою любовь и заботу. Раньше пропагандировалось строгое кормление по часам, тугое пеленание, а если ребенок плачет, то советовали не подходить к нему, чтобы не баловать. Вот, например, цитата из книги 1978 года издания «Наш ребенок» автора д-ра Мирки Климовой-Фюгнеровой: «...Уложите его (ребенка) и уходите. Безусловно не укачивайте его, не баюкайте, не пойте ему перед сном и не стойте около него, пока не уснет, потому что этим вы создали бы для себя лишние заботы и ребенку нанесли бы вред...» И такие советы я встречала еще в нескольких книгах прошлых лет. Женщины старшего поколения часто говорят: «Не приучай ребенка к рукам, потом он не даст ничего делать...» Слава Богу, что эти установки остались в прошлом. Только некоторые бабушки по старинке продолжают давать такие «полезные» советы...

Однажды я узнала о том, что во многих, так называемых «нецивилизованных» племенах женщины постоянно носят детей подвязанными к своему телу, и вырастают дети совсем не «маменькиными сыночками», а крепкими, мужественными и уверенными в себе людьми. Услышанное глубоко запало мне в душу, и я стала собирать подобную информацию, которой оказалось неожиданно много. Оказывается, в мире существует целое движение со своей философией, которое пропагандирует благоприятность постоянного тесного контакта матери и ребенка.

Надеюсь, что подобранные мной материалы будут полезны.

С любовью,
Марина Аптюшева.



«Что такое быть настоящей женщиной-матерью?.. Есть простая подсказка, одно слово — всепрощающая».

«Помни, что ребенок связан с тобой, любое твое изменение сказывается на нем».

(П.З.42.14:42)

«И было сказано: «Ребенок, как правило, ведет себя в какой-то мере ненормально для того, чтобы ударить вас по самым слабым местам. Он ваш учитель в этом отношении.»

Если он злобный, то будет учить вас терпению; научитесь — многое поменяете в нем, будете раздражаться — его ненормальные проявления только усилятся.

Учитесь воспринимать его трудные проявления с любовью, чтобы у вас внутри никогда не было ни раздражения, ни каких-то других неуравновешенных всплесков.

Учитесь с благодарностью принимать это явление, стараясь помочь ребенку любовью, молитвой, терпеливыми подсказками, а где-то и строгим словом».

(П.З.46.9:4-7)

«Как воспитывать детей?» — прозвучал вопрос.

«Прежде вы должны показать им свою любовь, свое умение правильно видеть окружающую реальность.»

И когда мать кормит молоком своего ребенка, в этот момент она должна думать только о созидании, о прекрасном, уметь любоваться окружающим миром, потому что в этот момент она закладывает очень большую информацию в сознание маленького ребенка.

Нельзя в этот момент думать о глупостях, о суете, о том, что вам мешает, о том, что кто-то вас расстроил. Ни в коем случае об этом думать нельзя, иначе ребенку будет трудно потом бороться с трудностями. Так нельзя убивать своего собственного ребенка.

Чистоту ваших мыслей, доброе, чистое отношение к окружающей реальности ребенок быстро фиксирует всеми своими правильными качествами. Они у него не извращены, и он лучше взрослого это фиксирует. Он еще не испорчен.

Не меняйте его восприятия в этот случай. Если он хочет воспринимать по-своему мир и фантазирует о нем чисто, красиво, не лишайте его этих фантазий, не пытайтесь объяснить, как там на самом деле происходит, не расскажите ему физические формулы тем более.

Пусть он видит живым окружающий мир, пусть он пробует с ним общаться; пусть он пробует прислушиваться к нему, слышать голос травинки, дерева, камней; пусть он пробует слышать живой мир, помогайте ему быть живым».

(П.З.48.27:76-82)

«Что такое быть настоящей матерью, настоящей женщиной-матерью? Есть простая подсказка, одно слово – всепрощающая. Возьмите ориентир очередной – всепрощающая.

Проверьте себя, все ли вы способны простить тем, кто находится рядом, или тем, кто находится вдали, но которых вы знаете. Все ли вы способны простить? Вы должны научиться простить все, сохранить в себе мир при этом и уметь улыбнуться этому человеку.

Вы должны знать такую простую истину, что живущие на Земле – и мужчины, и женщины – были выношены и выкормлены женщиной. Ни один мужчина не вынашивал женщину. Вы призваны вынашивать. Значит, вы призваны нести определенную ответственность, очень большую. Насколько большую – словами это выразить трудно.

Это надо понять, надо подняться до того уровня нужного, при котором вы это сможете по достоинству понять, потому что это понимание и должно будет многое определить в ваших усилиях. Когда вы подниметесь до этого понимания, все свои слабости вы отбросите вмиг.

А если пока еще слабости вами владеют и вы не знаете, как с ними справиться, никак не можете их преодолеть, – это значит вы просто еще не поднялись до этого уровня понимания этой большой ответственности. Это очень серьезная ответственность.

Поэтому в первое мгновение, когда ребенок вскармливается, вы ему должны вложить всепрощение, с молоком вы обязаны вложить в него это. Если вы не вложите, потом придется воевать. Потом, естественно, мужчина вырастает другой. Он будет стараться, но он вырастает другой, вырастает такой, что хочет унижать женщину.

Вы, естественно, обижаясь на то, что он унижает, делаете соответственные усилия, становитесь еще хуже и еще хуже вскармливаете следующего мужчину. А что же он понесет с вашим молоком? Ненависть к мужчинам?

Я от многих слышал такие слова: «Ох, как я ненавижу мужчин!» От многих Я это слышал, это как бы вскользь сказано. Может быть, это не связано с понятием настоящей ненависти, допускаю такое, но такое выражение говорит об очень больших потерях, которые у вас произошли в жизни, что к этому могло подвести.

Но ведь если вы с этим не пытаетесь справиться – грош вам цена, как матери. Вы будете закладывая очередную смерть, которую сложно выправлять. Поэтому это величие – что такое быть матерью – вы обязательно должны понять.

Мы же говорим о начале новой эры, о том, что будет создаваться новое общество, закладываясь основа будущего человечества. И теперь к этому подойти надо, приложив колоссальный титанический труд над собой.

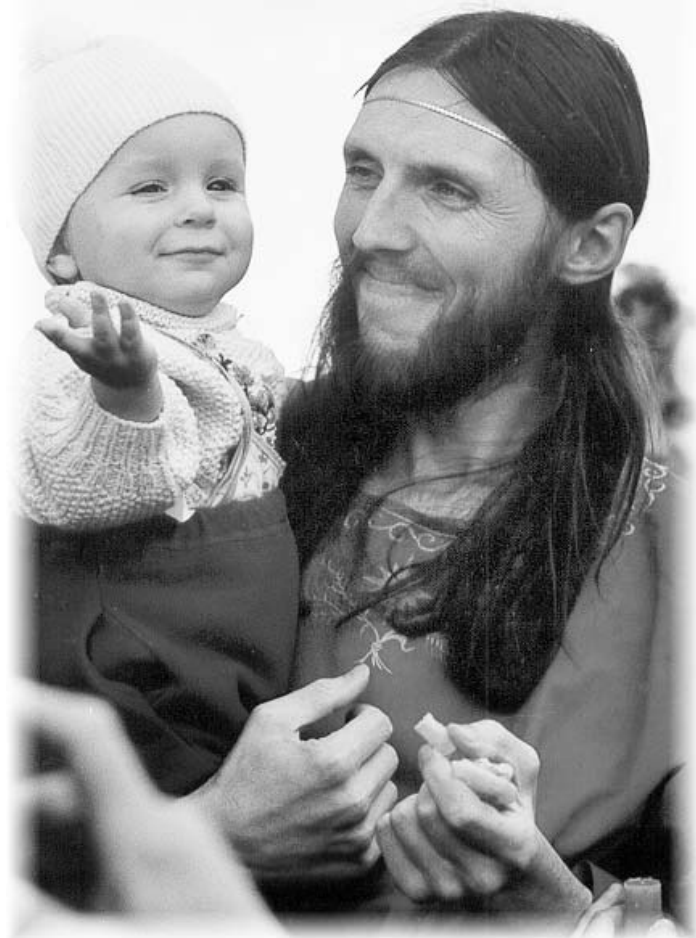
Как мужчины будут себя вести – Я с них буду спрашивать по-своему, с ними мы будем беседовать, много будем говорить. И Я надеюсь и верю: они смогут сделать нужное.

Но вы же легко устремляетесь к тому, чтобы рожать детей смело. Рождаются в общине детей много, так, как в России нигде не рождается. А у вас это есть, да еще как. И конечно же, пускай они рождаются; это здорово, что они рождаются.

Но ведь к этому надо подойти правильно, к тому, что действительно, впоследствии вырастая, может принести радость, по-настоящему будет чудесным ребенком, много сможет сделать.

Через маму передается очень много, очень много и очень сильно. Поэтому на очень высоком, серьезном уровне оценить важность своей жизни вы сейчас должны обязательно.

И чтобы позволить аленькому цветочку раскрыться по-настоящему и засиять, освещая все вокруг, согревая все



вокруг, конечно же, вот эти все глыбы, связанные с эгоизмом, надо сейчас будет разгрести. Путь Истины сложен тем, что вы должны разгрести, пожелав это сделать».

(П.З. 49.56:62-76)

«Ведь вы сейчас очень сильно меняетесь, женщина сейчас очень сильно меняется. Вы не знаете на самом деле, что с вами происходит, но с вами происходят физиологические изменения, очень нужные для будущей эпохи.

Может даже такое быть, что вам надо будет внезапно становиться матерями в полном смысле, кормящими матерями, даже если вы и не рождаете никого. Но и вы будете иметь такую способность, вы ее начинаете уже иметь.

Любая из женщин может в любой момент быть способной накормить грудного младенца, независимо от своих способностей рожать. Вы эти качества уже обретае, они практически уже проявляются.

Если женщине будет трудно кормить собственного ребенка, она может легко позволить кормить его другой женщине, которую внутренне может избрать и которая может внутренне на это откликнуться. Она может быстро включить процессы материнства, и у нее пойдет молоко, она будет кормить ребенка.

Вы готовитесь к новому времени, у вас происходит много необходимого. Но вы просто этого не ведаете.

Вы просто чувствуете, что порой хочется много спать, порой что-то еще происходит в ощущениях.

Это связано с переходным периодом и с энергичными изменениями. Вы просто этого не знаете, но вам и не надо на этом концентрироваться. У вас есть задача, которую надо стараться исполнить достойно».

(П.З. 411.10:179-185)

Носить младенца на себе



Совсем недавно я познакомилась с книгой, которая произвела на меня сильное впечатление. Это книга с замечательным названием «Как вырастить ребенка счастливым». Автор книги Жан Ледлофф провела два с половиной года в индейских племенах, где наблюдала за воспитанием детей индейцев. Она рассказывает о влиянии «ручного периода» (когда ребенок все время, пока не начнет ползать, находится на руках у матери) на дальнейшую жизнь и судьбу подрастающего человека, на его личностные качества; о том, как мы, европейцы, в отличие от индейцев, перестали доверять своей интуиции и отделились от гармонии жизни с Природой. Автор показывает общность людей, которые во многом живут так, как учит нас Учитель. Эти счастливые, жизнерадостные, миролюбивые люди живут одной семьей...

Советую почитать эту книгу всем, кто растит детей.

«Эта книга может спасти мир», — говорит известный психолог Джон Холт. Это высказывание имеет основание. Ведь все многообразие самых серьезных проблем человечества (войны, преступность, самоубийства, нищета, голод, болезни, депрессии, наркомания, алкоголизм, загрязнение и разрушение Природы) — проявление внутреннего неблагополучия современного человека. А так как счастье или несчастье начинаются там же, где и новая жизнь, с рождения и воспитания ребенка, то, правильно относясь к детям, мы не только обеспечиваем им психическое благополучие на всю жизнь, но и делаем первый и самый важный шаг к более радостному и человеческому устройству общества, к миру без насилия и страдания... Поэтому «Как вырастить ребенка счастливым» — книга не только о детях, но и о каждом из нас: все мы были маленькими и до сих пор несем в своей душе травмы и радости детских лет.

Узнать больше о книге и принципе преемственности, задать вопросы, поделиться опытом или просто высказать мнение о книге можно на веб-сайте САМОРОДОК (samorodok.tripod.com), написав по электронной почте samorodok@mail.ru или по обычной почте по адресу: Россия, 105179, Москва, Е-179, мрн. им. Гагарина, а/я 7. Шарашкиной Ирине Владиславовне.

«Все знают», что ребенка нельзя «приучать к рукам», иначе он «разбалует» и не захочет потом с них слезать! Да любую бабушку на улице спросите, она вам то же самое скажет! Все это так, да не совсем так. Мягко говоря... Этот миф, теория испорченных детей, появившаяся в первой половине 20-го столетия, когда в область воспитания детей хлынули профессионалы, оттесняющие родителей на второй план. Они отвергали родительскую

интуицию и настаивали на применении наказания и необходимости сохранения дистанции между родителями и детьми. Эти педагоги считали, что если подолгу держать малыша на руках, кормить, когда ему захочется и удовлетворять его желания, то вырастет баловень, который всю жизнь будет висеть на шее у родителей. Теория испорченных детей не имеет под собой никакой научной основы, ее породили неоправданные страхи и произвольные мнения. Нам очень бы хотелось убраться эту теорию подальше на полку — пусть она там и пылится. Серьезные исследования и опыт родителей показали, что она ошибочна.

Дети, которых часто и помногу держат на руках и подолгу оставляют при себе, развиваются быстрее, становятся спокойнее, увереннее, счастливее, а несколько месяцев-лет спустя — более независимыми от родителей. И, как следствие всего этого, успешнее в жизни. Происходит «напитывание» общением с родителями, их любовью. Ребенок как бы убеждается, что у него есть надежная защита от любых бед, «укрепленные тылы» и что в случае необходимости родители окажутся рядом и помогут. У него больше нет необходимости снова и снова искать этому подтверждения. Да и родители, постоянно общаясь с этим маленьким человечком, сами напитываются любовью, начинают его воспринимать как многогранную и разнообразную личность, а не как какую-то орущую «личинку человека», которую почему-то надо кормить и одевать. Все это — не домыслы или теория, а практическая информация, проверенная тысячами и тысячами семей!

Следовательно, часто брать ребенка на руки не только можно, но даже и нужно. Пусть малыш участвует в ваших повседневных делах — ведь так он

быстрее развивается и меньше требует от вас внимания. Но от длительного ношения ребенка отваливаются руки и начинает болеть спина... Да и заниматься делами с ребенком на руках — сомнительное удовольствие. Как же совмещать ношение на руках своего малыша, здоровую спину и более-менее свободные руки?..

Преимущества ношения для малыша и мамы

Во многих странах мира принято носить младенцев на себе. Эта традиция тянется из глубины веков и жива по-прежнему у очень многих народов. Мы же, цивилизованные европейцы, а также не менее цивилизованные американцы, возим их в колясках или просто оставляем с кем-нибудь, кто посидит и присмотрит за ними, пока мы занимаемся нашими важными делами.

Специалисты, занимающиеся вопросами развития детей, знакомясь с различными стилями воспитания, неоднократно отмечали, что дети, которых носят на специальных тряпичных лямках или в особых приспособлениях на груди, чувствуют себя уютнее, нежели те, которых возят в колясках или разных пластиковых креслах на колесиках.

Многолетние исследования в области воспитания детей позволили прийти к убеждению, что чем больше ребенка носят на себе, тем уютнее и комфортнее он себя чувствует. А наблюдения за традициями народов, практикующих ношение ребенка при маме, только укрепляют это убеждение.

На этом сайте вы найдете подробную информацию про средство для ношения детей, называемое «поскутный держатель» или, как их еще называют, «перевязь», а также «беби-слинг». Иногда его еще называют «сумка-слинг». Некий примитивный прототип слинга мы можем увидеть у

восточных народов, у индейцев, у цыган, у народов Африки, пользующихся им много веков, если не тысячелетий.

Беби-слинг выгодно отличается от привычных рюкзаков-кенгурушек простотой и в то же время универсальностью, удобством использования.

Преимущества для малыша

Ношение ребенка в слинге способствует внутренней его организации и лучшей регуляции его функций.

Решив носить малыша в слинге, родители, используя опыт внутриутробного вынашивания, как бы создают искусственную систему, которая направляет в нужное русло дальнейшее его развитие.

Ритм ходьбы, стук сердца и дыхание матери помогают стабилизироваться несбалансированным ритмам ребенка.

Тесный контакт матери с ребенком способствует быстрейшему становлению у него суточных биоритмов, выработке гормонов, ответственных за ночной сон и бодрствование днем.

Голос матери, который ребенок все время слышит, находясь в слинге, способствует развитию и координации его движений. А ритмичные движения матери при ходьбе помогают лучшей скоординированности обычно хаотичных и неуправляемых движений новорожденных.

Ношение детей в слинге избавляет их от беспокойства и колик.

Ношение ребенка в слинге способствует его обучению.

Дети, которых носят на себе в то время, когда они бодрствуют, — спокойны и удовлетворены, настроены на контакт с окружающим миром (состояние так называемого «спокойного внимания»). Можно сказать, что это оптимальное состояние для познания вещей, окружающего мира.

Находясь в положении «в колыбели», ребенок обращен лицом к матери, а это, по мнению исследователей, лучше всего помогает установить связь между людьми. В положении «кенгуру» (т.е. сидя в слинге лицом вперед) у ребенка великолепные условия для созерцания мира — обзор в 180°. Он учится выбирать: смотрит, на что хочет, и отводит взгляд от того, что его не привлекает. А возможность выбора способствует обучению.

Другой особенностью, стимулирующей познание, является возможность глубокого проникновения ребенка в мир того, кто его носит. Находясь в слинге, он видит то, что видит его мать и отец, слышит то, что они слышат, а иногда и чувствует то же, что они. Он больше привыкает к лицам

родителей, их походке, запаху и познает мир через выражение их лиц, язык тела, интонации голоса, их чувства.

Ношение ребенка в слинге порождает истинную близость с ним.

Связь, рожденная при ношении малыша в слинге, помогает матери лучше узнать и прочувствовать его запросы. Хорошая тому иллюстрация — это то, что в странах, где носят детей в тех или иных разновидностях беби-слинга, не пользуются пеленками. Просто мать настолько хорошо чувствует ребенка, что может предчувствовать, когда ему захочется в туалет. Тогда она достает его из слинга, держит на вытянутых руках, а затем кладет обратно.

Преимущества для мамы

Возможность кормить ребенка, не снимая его, облегчает жизнь матери.

Мать может заниматься делами по дому и при этом всегда быть готовой удовлетворить потребности своего малыша. Эти удобства сохраняются и вне дома. Если вы находитесь в магазине или просто идете по улице, а вам нужно срочно покормить ребенка грудью, вы не будете испытывать неудобства, поскольку слинг, в котором он находится, укроет вас от нескромных взглядов. Для этого достаточно приподнять край слинга, а зачастую и это необязательно.

Ношение в слинге позволяет маме заботиться, помимо новорожденного, и о других детях в семье, уделять им больше внимания.

Если вы носите малыша в слинге, вы можете заботиться о других детях, поиграть с ними или почитать. Меньше шансов, что появится детская ревность у старших детей, — ведь мама по-прежнему рядом и готова уделить внимание. И просто легче заботиться о старшем ребенке, когда вы не вынуждены занимать руки младшим, который не хочет терпеливо подождать, пока вы заплетете косы его сестре или поможете одеться брату.

Пользуясь слингом, вы облегчаете себе общение с гостями

Вам не приходится время от времени извиняться, чтобы отлучиться из комнаты и покормить или успокоить ребенка — он все время рядом. А поскольку он не просто в одной комнате с вами, а находится с вами в тесном контакте, он не требует для себя столько внимания, сколько в других ситуациях. Ваш ребенок, по сути, УЖЕ ОКРУЖЕН ВНИМАНИЕМ.

В слинге гораздо проще убаюкать ребенка

Молодые родители часто считают, что ребенок должен засыпать в какое-то определенное время. Полусонного

младенца укладывают в колыбель, целуют в щечку, гасят свет и покидают комнату. И ребенок тихо и спокойно отходит ко сну...

Так бывает только в книгах, в кино и с чужими детьми, а не со своими и не в реальной жизни.

Большинству детей необходимо, чтобы их убаюкали чьи-то заботливые руки. Так им легче перейти из состояния бодрствования в сон. Но держать ребенка на руках минут 15-30, боясь неловко пошевелиться, сменить руку, чтобы не нарушить процесс засыпания, — это очень тяжело. Уложите или усадите (в зависимости от возраста и величины) малыша поудобнее в слинг и походите по дому, мурлыкая песенки или молча, пока он не уснет. После чего можно уложить его прямо вместе со слингом.

Послеродовая депрессия редко встречается у женщин, носящих детей в слинге.

Возможно, это происходит за счет выработки гормонов и снижения беспокойства ребенка. При частой стимуляции уровень гормонов у матери постоянно высокий, а не скачет вверх-вниз, как это бывает, если мать большую часть дня отделена от ребенка. С биологической точки зрения гормоны материнства оказывают успокаивающее воздействие, позволяющее матери избежать депрессии. Кроме того, опасность появления депрессии уменьшается еще и потому, что такой ребенок меньше плачет, и мама чувствует себя увереннее, не так волнуется.

«Мой ребенок уюмонился, как только я стала носить его на себе», — такую фразу нам часто доводилось слышать от мам беспокойных малышек. Итак, многие на практике еще раз убедились в преимуществах этого древнего как мир способа. Поэтому мы решили посмотреть, можно ли в наших условиях использовать этот элемент воспитания, столь употребительный у других народов. Ниже мы расскажем о том, как надо носить ребенка, чем обогащает этот способ взаимоотношения детей и родителей и как это может в корне изменить всю вашу жизнь.

Что такое слинг?

Беби-слингом называется специальная перевязь для ношения ребенка. Ну а попросту, беби-слинг — это кенгурушка, особая ее разновидность, простая и в то же время уникальная.

Вообще-то «кенгурушкой» обычно называют рюкзачок для ношения ребенка, как правило, спереди от себя (как и полагается носить малыша любой уважающей себя кенгуру).

В ношении такого рюкзака тоже есть свои удобства и преимущества. Однако, при этом, к сожалению, лямки врезаются в плечи, и вся нагрузка от веса ребенка приходится на них и вашу спину, на ее мышцы-разгибатели.

Через некоторое время ношения малыша спереди эти мышцы просто отказываются служить вам верой и правдой! Особенно, если ребенок уже подросший, 6-7 месяцев и более.

При ношении в беби-слинге эта проблема не стоит так остро. Спина чувствует себя гораздо комфортнее, потому что нагрузка широко и мягко распределяется на плечо, спину, бедра и бок, в зависимости от способа ношения. К тому же, можно менять плечо, на котором надета перевязь.

Если вы находитесь дома и ребенку приспичило побыть на ваших руках, то посадить его в обычную кенгурушку-рюкзак спереди и одновременно выполнять домашние дела крайне неудобно. Ребенок мешает делать что-либо руками, закрывает обзор и может схватиться ручонками за что-то, за что не надо. Непросто, опять же, засовывать его в кенгурушку без чьей-нибудь помощи. Мы уж не говорим о том, что ноги ребенка, свисающие по бокам кенгурушки, весьма неудобны и мешают ходить или садиться.

Если же заниматься домашними делами с дитем просто на руках – это вообще караул! Кто пробовал – те знают...

Всех вышеназванных недостатков нет в беби-слинге. Слинг — удивительно удобная разновидность кенгурушки. Он замечательно подходит для детей разного возраста (а также их разноразмерных родителей), с первого дня жизни и до 2-3 лет.

Да-да! Авторы этого сайта вышли гулять со своим сыном в слинге на 5-й день его жизни. И окончательно перестали пользоваться перевязью, когда сыну было 2 с лишним года (не потому, что было невозможно, просто ребенок вырос и бегал сам). А по отзывам других родителей, эти возрастные рамки бывают даже шире – с 1-го дня и до 3-х лет.

В отличие от кенгурушек-рюкзачков у слинга нет многочисленных пряжек-хлястиков. Все регулируется одной пряжкой из колец. И поверьте — этого вполне достаточно. А насколько удобнее вынимать уснувшего ребенка, не потревожив, из беби-слинга, нежели из рюкзака-кенгуру! Кто пробовал — те понимают.

Дома беби-слингом очень удобно пользоваться. Вы можете заниматься чем-то по хозяйству, посадив ребенка в перевязь, если ему сейчас без вас

— ну никак. При этом ребенок, «участвуя» с вами в ваших делах, не требует много внимания (ведь он и так имеет его постоянно!) и гораздо быстрее и естественнее развивается.

Если ребенок не хочет (или не может) засыпать в кровати сам, то слинг — чрезвычайно уютная и удобная колыбелька. Посадите в слинг вашего малыша и напевайте или потихоньку рассказывайте что-нибудь. Пусть он прижмется ухом к вашей груди и слушает ваш голос, это напечалит ему те 9 месяцев, когда он жил в животе у мамы. Когда малыш заснет, можно уложить его в кровать, не вынимая из перевязи, при этом можно его же и прикрыть.

А теперь сравните с необходимостью укачивать на руках. Укачивание же в коляске или кроватке часто не приводит к желанному результату, т.к., кроме движения туда-обратно, ребенку требуется близкий контакт с вами.

Авторам данного сайта не хотелось бы, чтобы вы решили, что они негативно относятся к кенгурушкам-рюкзачкам. Такие кенгурушки, причем нескольких видов, сослужили им в свой срок хорошую службу. К сожалению, каждая из них — недолго, потому как ребенок вырастал из нее и тяжелеп. Только лоскутный держатель использовался постоянно, на протяжении двух с лишним лет.

samorodok.tripod.com

А это отрывки из книги доктора Уильяма Серза «Ваш ребенок», в которой тоже говорится о пользе ношения ребенка на руках и перевязи-лоскуте (тот же слинг):

«Одна наша пациентка рассказала о необычной церемонии прикосновения к земле, с которой ей довелось познакомиться на острове Бали. Там детей в первые 6 месяцев жизни весь день носят мать или старшие сестры, а на ночь укладывают спать рядом с матерью. Таким образом, ребенок в первые полгода буквально не касается земли, и только во время указанной церемонии его в первый раз кладут на землю, чтобы он мог поползть и насладиться свободой движений...

Что может произойти, если ребенок лишен всех преимуществ тесного контакта с матерью, все время лежит пластом в колыбели и его берут только, чтобы покормить и перепеленать, а затем он снова разлучен с матерью? У ребенка есть унаследованное стремление к организации адаптации к новым условиям. Но если всю эту работу переложить на него одного, лишив его частого контакта с матерью, он может стать беспокойным,

появляются беспорядочные движения конечностей, подергивания, неуклюжие и нервные сосательные движения при кормлении, прерывистое дыхание, нарушение сна. Ребенок, которого вынуждают к самоорганизации раньше срока, тратит много сил на самоуспокоение — ту энергию, которую мог бы использовать для роста и развития.

Беспокойство и расстройства в поведении — это плохие симптомы, результат потери координирующего воздействия близости с матерью. Не следует предоставлять детей самим себе, как советуют иногда родителям, это истощает силы ребенка. Такой стиль обособленного воспитания не имеет преимуществ; необходимость в нем не подтверждается ни здравым смыслом, ни опытом, ни научными исследованиями. Наоборот, последние как раз подтверждают, что ребенок ведет себя более спокойно, если разлучен с матерью. Хотя существует много концепций воспитания детей, весь наш опыт показывает: для нормального психического, интеллектуального и эмоционального развития малыша ему нужно всегда быть вместе с мамой, а ей — носить младенца на себе...»

Слинги существуют нескольких разновидностей: слинг с двумя кольцами, слинг с одним кольцом, слинг-шарф, май-слинг, слинг-труба... Слинг-шарф, который мне хотелось бы предложить шить, говорят, даже удобнее слинга с кольцами, так как в нем можно использовать много положений ребенка, хотя надо поучиться правильно его наматывать, и пусть вас не напугает длина шарфа — я попробовала, это действительно удобно, только ребенка нужно приучить к слингу. Для этого надо класть ребенка в слинг, только когда он в хорошем настроении, и сразу прикладывать к груди.



Слинг с двумя кольцами

Как сшить слинг-шарф?

Слинг-шарф представляет собой прямоугольник ткани шириной 45-70 см и длиной 3-6 м, которым мама может привязать к себе ребенка различными способами: на животе, на бедре или на спине. Сшить слинг-шарф очень просто! Самое сложное – подобрать «правильную» ткань.

Как подобрать ткань для слинг-шарфа?

Ткань для слинга-шарфа должна быть достаточно плотной и в то же время мягкой, чтобы и маме, и малышу было удобно и не жестко. По своим свойствам ткань может быть совсем не тянущейся ни вдоль, ни поперек, но тянущейся по диагонали (например, жаккард, хлопок-стрейч, джинс-стрейч или поплин-стрейч); или тянущейся слегка поперек, но нетянущейся вдоль (например, плотный трикотаж или флис). Сильно тянущаяся ткань (например, обычный трикотаж, который тянется во всех направлениях) подойдет только для новорожденного ребенка, поскольку, чем больше вес ребенка, тем больше будет тянуться ткань, и носить подросткового малыша со временем станет неудобно.

По плотности ткань должна быть прочная, но не слишком толстая, поскольку концы слинга-шарфа должно быть удобно завязать в узел. Идеально, когда слинг-шарф прочно держится на одном узле. Это очень удобно в тех случаях, когда требуется оперативно ослабить или подтянуть слинг. Впрочем, двойной узел тоже имеет право на существование, поскольку дает маме уверенность, что неожиданно не развяжется. Главное, чтобы узел не был слишком большим и жестким и не причинял маме неудобства.

Для ношения новорожденного ребенка подойдут хлопчатобумажные ткани, на них должна быть маркировка «100% хлопок». Ткани, в состав которых входят синтетические волокна, не стоит использовать с совсем маленькими детьми, так как у малыша на синтетику может быть аллергия. А также потому, что синтетика при контакте с телом создаёт статистическое электричество, неблагоприятно сказывающееся на здоровье и мамы, и малыша.

Для первого слинга-шарфа можно использовать обычную бязь. Преимущество этой ткани в том, что она не тянется и очень дешевая. Обратная сторона медали обычно – наличие изнанки, а также жесткость. Слинг-

шарф из бязи плохо облегает новорожденных детей в положении лежа на боку, а при ношении тяжелого ребенка бязь может резать плечи маме. Однако на бязевом слинге-шарфе хорошо потренироваться с завязыванием разных способов и понять, подходит ли слинг-шарф (как таковой) вам и вашему ребенку. И если да – то можно уже потратиться на более дорогой и подходящий материал.

Из хлопчатобумажных тканей для слинга-шарфа подойдут плотный трикотаж или жаккард. Обратите внимание на то, что в такие ткани, как джинс-стрейч, хлопок-стрейч или поплин-стрейч, для эластичности добавляются синтетические волокна, поэтому их нельзя назвать 100% хлопчатобумажными, однако, если у вашего ребенка нет аллергических реакций, проблем с ними возникнуть не должно.

На зиму для слинга-шарфа можно взять теплую ткань, например, костюмную полушерстяную ткань или флис. Выбирая флис, обратите внимание на то, чтобы у него не было изнанки (флис имеет трикотажную основу и без изнанки будет подворачиваться вовнутрь), чтобы флис был не толстый, а также на то, чтобы степень ворсистости была небольшая (чем меньше, тем лучше). И самое главное: чтобы флис не растягивался сильно, особенно в продольном направлении. Флис, который подходит для слинга-шарфа, должен или одинаково растягиваться во всех направлениях, или же совсем не тянуться вдоль, а растягиваться только поперек (но такой флис – редкость). Флис сильно наэлектризовывается и лучше, если он не будет иметь прямого контакта с телом.

Из оригинальных вариантов можно попробовать вельвет или лен (но стоит обратить внимание на то, чтобы ткань была не слишком жесткой и, опять же, слегка тянулась в ширину).

Ткань, у которой окрашены обе стороны, смотрится красивее, чем ткань с неокрашенной изнанкой, поскольку после завязывания слинга ткань на концах видна с обеих сторон.

Сколько ткани потребуется?

В ширину слинг-шарфы бывают разные, оптимальная ширина в большой мере зависит от типа ткани, из которой шит слинг.

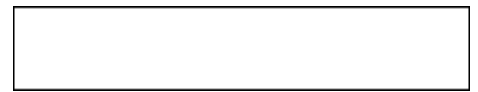
Для эластичных тканей подойдет ширина 45-55 см, а для нетянущихся тканей – 60-70 см.

Длина слинга-шарфа зависит от размера человека, который будет его носить. Рост же имеет не такое большое значение. Для размеров до 44 подойдет длина 4-4,5 м, для размеров 46-50 оптимальной будет длина 4,5-5 м, для размеров от 52 потребуется длина 5-5,5 м.

Как сшить слинг-шарф?

Слинги-шарфы бывают разных форм. Например:

Прямоугольник



Параллелограмм



Прямоугольник с закругленными концами



«Веретено» (прямоугольник, суженный к концам)



Принципиальных отличий в использовании таких слингов нет. Закругленные концы, или же обрезанные концы, как у параллелограмма, несут, скорее, декоративную нагрузку, нежели функциональную. Зауживать концы слинга (создавая форму «веретена») имеет смысл, если ткань, из которой сделан слинг-шарф, очень плотная, как, например, флис или плотный трикотаж. Тогда слинг будет удобнее завязать, и узел будет не таким громоздким.

Для того чтобы ткань не осыпалась, край слинга необходимо обрабатывать. Существуют ткани, которые на первый взгляд не требуют обработки края такие как синтетический трикотаж или флис, но край все же стоит подогнуть и подшить хотя бы для того, чтобы легко можно было найти края на ощупь, когда нужно расправить слинг под коленками и за спиной малыша, если слинг-шарф завязывается не перед зеркалом.

Предпочтительнее, чтобы слинг был сделан из цельного куска материи, без поперечных швов. Так он будет прочнее и надежнее, и носить малыша в нем будет комфортнее.

Инструкции к слинг-шарфу

Многообразие положений выгодно отличает слинг-шарф от слинга с кольцами. Можно носить ребенка спереди, на боку, и сзади – как удобно родителям (приводим три положения, хотя их гораздо больше).

Да, сначала надо немного поучиться, но оно того стоит. Через неделю практики слинг-шарф завязывается за пару минут.

Слинг-шарф годится для малышей от рождения до тех пор, пока родителям не надоест носить.

Достоинства слинга-шарфа:

Можно свободно наклоняться с ребенком в слинге, он никуда не денется.

Можно носить ребенка на спине.

Ребенок плотно прижимается к маме, чувствует биение маминого сердца, ритм ее шагов, запах.

В слинге-шарфе возможен контакт «кожа к коже», что особенно важно для недоношенных младенцев.

В сидячих позах ребенок не висит на промежности, а сидит, как в кресле, опираясь на всю площадь бедер до коленок и на спину.

Ноги в сидячих позах всегда разведены, полезно для развития бедренных суставов.

Центр тяжести мамы с ребенком находится почти там же, где центр тяжести одной мамы. За счет этого носить ребенка легко.

«Крест над карманом»

Для «Креста над карманом» нужен классический слинг-шарф длиной 4,5 - 5,5 м.



1. Находим у слинга-шарфа середину и прикладываем его к животу так, чтобы слинг был расправлен. Закидываем один из концов слинга за спину на противоположное плечо. Продельываем то же самое со вторым концом. Спереди у нас образовался так называемый «карман», а сзади – крест. Концы слинга свисают с плеч.

Обратите внимание на то, что низ «кармана» должен быть примерно на уровне пупка.

2. Укладываем малыша в «карман» (у ребенка старше месяца ноги уже помещаться не будут, поэтому они от коленок свисают сверху над «карманом»). Устраиваем его удобнее, так чтобы его голова была на уровне вашей груди.

3. Берем конец слинга со стороны головы малыша, подтягиваем его и проводим под телом малыша. Ребенок должен быть плотно прижат к вам. Второй конец слинга тоже слегка подтягиваем, проводим накрест под спинкой малыша и завязываем концы за спиной.

Со стороны головы малыша можно перевернуть ткань на плече: ее всю собрать, взять за край, ближний к шее, и расправить по руке вниз — при этом полотно слинга перекрестится спереди и за спиной.

«Крест над карманом» (положение «сидя»)

Подходит для детей с трех месяцев до двух лет.

1. Продельываем все то же самое, что в пункте 1 предыдущего варианта.



2. Поднимаем малыша, кладем его на плечо и потихоньку спускаем в «карман».

Ножки малыша должны быть широко разведены, он должен как бы обнимать коленками маму за талию. Карман должен быть расправлен от подколенок малыша до подмышек (у совсем маленьких детей можно расправить еще выше, до шеи).

3. Берем один из концов slingа, подтягиваем его и проводим его под попку и накрест под ножку малыша. Ребенок должен быть плотно прижат к вам.



Второй конец slingа тоже слегка подтягиваем, проводим накрест под попку и второй ножкой малыша.

4. Берем концы slingа и выводим их за спину.

Завязываем slingа за спиной на двойной узел.

Ребенка, который хочет спать или который еще не держит спинку, укутывают в sling-шарф с руками.

«Рюкзак на спине»

Для «Рюкзака на спине» подойдет sling-шарф длиной от 3,7 м

С 6 месяцев

Это простая поза на спине. С ребенком на спине удобно что-то делать руками и ходить на дальние прогулки, но мы не рекомендуем использовать позы на спине в общественном транспорте.

Первые разы сажайте ребенка на спину с помощником.

1. Вначале нам нужно усадить ребенка на спину. Например, это можно сделать так:

Обхватываем ребенка slingом так, чтобы середина приходилась на спину малышу, а концы проходили под его руками (sling-шарф на спине у ребенка должен быть расправлен).

Садимся на корточки перед малышом и притягиваем его к себе за концы slingа.

Удерживая ребенка slingом, встаем, наклонившись вперед.

2. Поддерживая ребенка одной рукой под попу, второй рукой закидываем полотнище slingа-шарфа на плечо.

Продельваем то же самое со вторым концом slingа.

Одной рукой держим slingа за оба конца, второй рукой проверяем, чтобы slingа под попку малыша был расправлен, а край проходил под коленками.

3. Один из концов slingа в натянутом положении зажимаем между коленями, второй хорошо подтягиваем. Нужно подтянуть оба края и середину полотнища, при этом полотнище можно перевернуть на плече — чтобы ребенок был как можно плотнее прижат к вам.

4. Меняем сторону. Зажимаем уже подтянутое полотнище slingа между коленями и точно так же подтягиваем и переворачиваем на плечо второй конец slingа-шарфа.

Обратите внимание на то, что ребенок не должен откидываться назад, животик и грудь ребенка должны быть прижаты к маминой спине.

Берем концы slingа в руки, заводим их назад за спину.

5. Перекрещиваем концы slingа под попой у ребенка.

Завязываем sling-шарф на животе.



О грудном вскармливании



Образ младенца, кормящегося из материнской груди, – это не просто прекрасный символ материнства. Все мы – младенцы у груди нашей общей Матери-Природы. И будем оставаться людьми, лишь pokuda сумеем сохранить к ней чувство, питаемое младенцем к вскармливаемой его матери. Этому чувству лучше всего учит материнская грудь. Это символ наших отношений и ключ к миропониманию. Пусть же каждая мать будет Божественной Мадонной, а каждый ребенок – Божественным Младенцем у ее груди. Пусть каждая мать кормит своего ребёнка так, как может кормить только Божественная Мадонна и так, как нужно кормить Божественного Младенца.

Грудное молоко – без сомнения, самая полноценная пища, которую вы можете дать своему новорожденному ребенку. Вот что в нем содержится:

- незаменимые жирные кислоты;
- полиненасыщенные жирные кислоты с длинной цепью, в том числе ДНК и АК, очень важные для развития мозга ребенка;
- факторы нервного роста, которые воздействуют на рост и развитие клеток мозга;
- факторы роста кишечника;
- антитела, защищающие от болезней;
- активные иммунные клетки, уничтожающие инфекцию;
- натуральные антибактериальные и противовирусные вещества;
- аминокислоты в нужном количестве и пропорции для ребенка;
- молочные сахара (например, лактоза);
- нуклеотиды, которые играют роль кирпичиков для генетического материала и важны для иммунитета;
- вся энергия, которая понадобится ребенку в первые полгода жизни.

«С первого же дня в материнской груди содержится все необходимое. Не требуется никаких прикормов. Не требуется и воды. Только материнская грудь. Прикорм и вода – по естественному сигналу, т. е. с появлением первого зуба...»

Ни один детеныш ни одного сухопутного млекопитающего не употребляет воду на ранних сроках грудного вскармливания. Вода (особенно кипяченая, т. е. деструктурированная, «мертвая») с трудом усваивается ребенком, вызывая диспепсические явления.

Гарантией нормального количества воды в организме ребенка будет его купание и водные тренировки (по возможности, ежедневные). Кожа имеет свойство всасывать воду при ее недостатке...

Сразу после рождения пищеварительная система ребенка настолько нежна, что приспособлена только для питания молозивом, причем молозивом из груди своей матери. Только через несколько дней в соответствии с заменой молозива на молоко она способна эффективно его усваивать. Состав материнского молока меняется на протяжении всего периода грудного вскармливания, подготавливая организм к принятию твердой и более грубой пищи. Нарушение этого естественного процесса ведет к перегрузке пищеварительной системы, заставляя ее рано адаптироваться к грубой и не естественной для нее пище, что существенно ослабляет внутренние резервы организма. Это касается также и практики раннего введения (необходимого, по мнению некоторых врачей, уже чуть ли ни с месячного возраста) в рацион ребенка фруктовых соков, раздражающих слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта и вызывающих диспепсию.

Столь ранний докорм ребенка уже с самого начала периода грудного кормления приводит к нарушению баланса между выработкой молока организмом матери и потребностью ребенка, поскольку докармливаемый ребенок не дает «запроса» сосанием груди в течение необходимого времени. Это ведет к сокращению периода грудно-

го вскармливания, что имеет для ребенка не только физиологические, но и психологические последствия...

«Очень важно кормить малыша по первому требованию – то есть давать грудь, когда он голоден, а не по жесткому режиму.

Голод – это новое ощущение для малыша. В животике у мамы его «подкармливали» постоянно. Пищеварительная система малыша только начинает развиваться. Когда интервалы между кормлениями большие, он очень жадно сосет, заглатывает воздух, переедает, и ему трудно переварить

Отвечая на беспокойство и плач прикладыванием к груди, не задумываясь, нужно ли сейчас ребенку есть или пить, вы формируете у крохи уверенность в том, что мама всегда придет на помощь, что окружающий мир доброжелателен к нему.

Всё это необходимо человеку для формирования уверенности в себе и устойчивой психики.

Из книги «Наша лялечка»

большое количество пищи за один раз. У малыша возникают проблемы с животиком, он становится беспокойным. Кормите малыша по требованию.

Когда мать охотно и с радостью кормит малютку, это способствует формированию у него положительного отношения к миру, к себе самому и к окружающим его людям. Ни один заменитель грудного молока не несет в себе информацию о любви и нежности...»

Кормите малыша лучше голеньким, прижимая его к своей коже. Ребенок должен иметь возможность свободно двигаться при сосании, проявляя свои эмоциональные реакции...

«Ночные кормления нужны для того, чтобы в организме мамы поддерживался уровень пролактина – гормона, ответственного за выработку молока. Выработка пролактина в ночные часы выше, чем днем. Если малыш сосет ночью, это стимулирует лактацию в течение дня».

«Наша лялечка»

«Если новорожденный обеспечен первоначальным молозивом, а позже материнским молоком, то он получает все, что приготовила для него природа, что ему необходимо. А когда мамино молоко становится недостаточно, природа дает сигнал – посылает ему зуб, чтобы ребенок мог грызть, кусать, тем самым прибавляя к молоку витамины и соли, которых ему теперь не хватает. Зубы режутся в возрасте 5-8 месяцев, и до этого времени желудочек ребенка не готов к любым видам пищи, кроме материнского молока. Попытки давать соки и пюре раньше этого времени ведут к расстройствам желудка, поносам, к тому, что называют «пучит животик», появлению сыпей или покраснению кожицы на щеках».

Б. П. Никитин «Первые уроки естественного воспитания, или Детство без болезней».

Многие исследования показали, как положительно грудное молоко воздействует на эмоциональное, физическое и интеллектуальное развитие ребенка.

Ученые обнаружили, что грудное кормление улучшает координацию руки и глаза, развитие зрения, речевые и социальные навыки. В одном из исследований к 7 годам дети, которых в раннем детстве кормили грудью, оказались менее стеснительными, нервными, завистливыми и мстительными, чем дети, которых кормили из бутылочки. Возможно, это как-то связано с наблюдением, что дети, которых часто берут на руки и кормят грудью по требованию, а также кладут спать рядом с родителями, гораздо реже плачут, чувствуют себя более довольными и в большей безопасности, чем те дети, которых надолго оставляют одних лежать в кроватке.

Другие исследования показывают, что грудное кормление так положительно влияет на развитие мозга, что может даже предотвратить некоторые неврологические проблемы: дислексию, шизофрению, рассеянный склероз и др. Кроме того, снижается последующая вероятность аллергии (астмы, экземы), экссудативного отита, синдрома внезапной смерти младенца, аутоиммунных заболеваний (язвенного колита, болезни Крона, юношеского ревматоидного артрита), инфекционных заболеваний,

диабета, гипертонии и коронарного заболевания сердца.

Грудное кормление, без сомнения – самый лучший выбор для вашего ребенка. Это особенно важно для недоношенных и детей с малой массой. Младенцы, получавшие материнское молоко, в 18 месяцев имеют лучшее развитие мозга, а в 8 лет – более высокое умственное развитие по сравнению с детьми, которых кормили смесями.

Прекращение грудного вскармливания – столь же естественный процесс, как и его начало. Ошибочно думать, что малыш привыкает сосать грудь и будет это делать неограниченно долго. Он будет сосать грудь столько, сколько ему надо, исходя из своих индивидуальных особенностей. Отказ от груди происходит естественно, без всякого насилия, в среднем в период от полугода до трех лет. Иногда, правда, и позже. Также естественно «пропадает» и молоко в груди у матери.

По последним научным данным, молоко в период окончания лактации по содержанию защитных факторов приближено к молозиву, поэтому для малыша оно – бесценно!

Как обогатить свое питание во время кормления грудью

Если говорить о потенциале мозга вашего растущего ребенка, то незаменимые жирные кислоты в вашем питании не менее важны, чем витамины, минеральные вещества и калории. Содержание незаменимых жирных кислот в крови во время беременности и в грудном молоке во время лактации зависит от того, сколько вы их получаете из пищи.

К продуктам с самым высоким содержанием незаменимых жирных кислот относятся орехи, семечки, цельнозерновые продукты и темно-зеленые листовые овощи. Некоторые исследования показывают, что незаменимые жирные кислоты в таком соотношении, как в рапсовом масле, возможно, более благоприятны для развития мозга, чем сафлоровое или подсолнечное масло. Так что подумайте о том, чтобы перейти на рапсовое масло для приготовления пищи и заправки салатов.

Многие исследователи сообщают, что у доношенных детей уровень незаменимых жирных кислот близок к нижней границе: в питании матерей редко содержится их достаточное количество, если они не употребляют регулярно орехи и семечки.

Часто у кормящих матерей появляется сильная жажда, а это один из основных признаков нехватки незаменимых жирных кислот в питании.

Состав и свойства молока зависят не только от того, что мать ест, но и от ее состояния. Это состояние «закодировано» в молоке, и ребенок его «расшифровывает». Если мать обеспокоена и волнуется, то это с молоком передается малышу. Он также начинает вести себя беспокойно, нарушается его пищеварение. Иногда молоко матери в результате отрицательных переживаний становится настолько «неудобоваримым» для младенца, что он отказывается брать грудь.

В этом явлении – частая причина пищеварительных расстройств и нервности детей в первые месяцы жизни. Беспокойство матери за состояние ребенка приводит к ненормальному составу молока и несварению. Состояние малыша ухудшается. Мать начинает беспокоиться еще больше. Возникает замкнутый круг.

Процесс кормления грудью имеет и отличную от физиологической сторону. Это процесс, в котором мать и ребенок как бы сливаются в единое целое, взаимопроникая всем своим существом, питая друг друга своим состоянием души.

Еще во время беременности грудь матери приобретает некую «наэлектризованность». Если поднести руку к соску, то можно почувствовать, как из него нечто исходит, оставляя на ладони специфические ощущения. Этот поток усиливается со сроком беременности и в родах становится очень сильным. Затем он постепенно уменьшается к концу периода грудного вскармливания. Можно называть это «биополем» или как-то по-иному, но это то, что «наполняет» младенца во время кормления, неся в себе весь спектр материнских переживаний, от простейших эмоций до духовных устремлений. Поэтому фразу «питал с молоком матери» следует понимать скорее буквально, чем иносказательно.

Кормясь из материнской груди, младенец усваивает образцы отношения к окружающему, образцы эмоциональных реакций, направленности мышления, духовных переживаний. Это способ, которым закладываются основы его как социального существа, принадлежащего к определенной культуре, носителем и выразителем которой является его мать. Поэтому существенно то состояние, в котором мать прикладывает своего младенца к груди. Следует производить это как ритуал, но не медицинский, основанный на страхах и комплексах, а ритуал возвышенный, связанный с передачей малышу желаемых духовных состояний...

«Превратите процесс кормления в таинство. Дайте увлечь себя поднимающимся в вас ощущениям. Будьте как можно более возвышенны. Представляйте, как вместе с молоком в малыша входят те качества, которые вы хотите в нем видеть. Передавайте ему свое состояние».

Малыш «подпитывает» мать на протяжении всего срока грудного вскармливания так же, как мать своей близостью и грудным молоком обеспечивает его организму высокие резервные возможности. При естественном грудном вскармливании мать не только редко болеет, но часто наблюдается высокий исцеляющий эффект. Нужно только действительно делать это естественно, позволяя природным силам совершать свою работу.

«Когда ребенок болеет, в молоке матери появляются именно те антигены, которые помогают малышу справиться с данной болезнью».

Мария Милаш «Малыш, какое счастье, что ты есть!»

В первые дни, когда молозиво начинает сменяться молоком, может происходить так называемое «наливание». Молоко прибывает быстро, и грудь становится твердой. При этом производство молока явно превышает потребности младенца. Сцеживать молоко полностью – значит давать сигнал на еще большее его производство...

Если после того, как малыш поел, грудь осталась твердой, нужно лишь чуть-чуть подцедить ее, чтобы ощущалась нормальная мягкость. То же самое сделать, если ребенок спит, а грудь «налилась». За несколько дней (обычно 2-3 дня) производство материнским организмом молока приходит в соответствие с нормальным «рыночным» законом: спрос определяет предложение. По мере роста ребенка он высасывает больше и тем самым дает сигнал к большему производству молока.

Молока не должно быть как можно больше. Его должно быть столько, сколько нужно ребенку.

Чтобы грудь вырабатывала достаточно молока, необходимо отладить систему «спрос – предложение». А сделать это можно лишь за счет неограниченных по частоте и длительности кормлений, то есть столько, сколько нужно ребенку. **Грудным молоком перекормить нельзя.** Продолжительное сосание груди стимулирует образование молока, и его обязательно

хватит. Количество молока у матери зависит не только от частоты прикладывания ребенка к груди, но и от эффективности (правильности) сосания.

Старайтесь кормить ребенка из одной груди до конца. И только в том случае, когда он высосал одну грудь полностью и проявляет чувство голода, ему можно предложить другую грудь.

По наблюдениям врачей количество молока не зависит от размера груди. Женщина с небольшой грудью может с избытком кормить молоком ребенка. Бывает, что женщина с большой грудью испытывает проблемы с лактацией. На это влияет внутреннее состояние матери.

Последняя порция молока самая жирная, и если ребенок высасывает грудь не до конца, он получает молоко обедненного состава, в связи с этим возникают проблемы с пищеварением, поэтому первую часть молока желательно сцеживать.

О соске

К снижению лактации ведет сосание ребенком соски-пустышки.

Потребность в сосании несколько превышает реальные пищевые потребности ребенка. Это необходимо для стимулирования выработки молока в соответствии с потребностями растущего организма. Удовлетворяя эти «излишки» с помощью пустышки, ребенок не осуществляет нужного запроса, что сокращает период грудного вскармливания.

Однако сосание пустышки имеет и другое последствие. Взгляните на подростка малыша, сосущего соску-пустышку. Глаза его, как правило, полуприкрыты и обращены в никуда. Своеобразное самопогружение...

... Для малыша подобные «самоуглубления» имеют следствием прежде всего снижение активности по отношению к внешнему миру. К тому миру, который он в этот период должен познавать и запечатлевать. Снижается поисковая активность, тенденция к исследованию...

Если ребенок, помимо маминой груди, сосет соску или пустышку, у него формируется так называемое «бутылочное» сосание. Из-за этого он неправильно захватывает грудь и недостаточно ее стимулирует. Кроме того, ребенок, сосущий пустышку, реже прикладывается к груди, удовлетворяя свою потребность в акте сосания.

Механизм сосания из материнской груди и из соски – различен. При сосании соски у малыша работают мышцы щек, а при сосании груди – язык. Работать щеками намного проще, а малыши «не лыком шиты» и осознают это

очень быстро. После бутылочки, да еще если там было большое отверстие для вытекания жидкости, малыш с большой неохотой берет грудь, хотя она подготовлена к кормлению и наполнена до предела.

10 доводов против пустышки:

1. Мышцы рта ребенка устают от сосания соски или пустышки, и ребенок меньше сосет грудь вплоть до отказа от нее.

2. Уменьшается выработка молока.

3. У грудничка происходит «путаница сосков», и он может отказаться от груди (перестает широко открывать рот, берет только сосок без ареолы и не получает молока, плачет, отказывается от груди и требует соску). Особенно это опасно, если мама использует бутылочку с соской.

4. Любая соска и пустышка есть источник инфекции.

5. Соски изготавливаются из чужеродного для ребенка материала – не тот вкус, не тот запах. Не заставит ли соска «забыть» маму? Соски из любого искусственного материала, даже силикона, могут нанести вред здоровью малыша.

6. У ребенка, сосущего пустышку, может измениться прикус, что отразится на формировании его лица (неправильный рост челюсти, кривые и большие зубы, неправильный прикус).

7. В будущем могут сформироваться вредные привычки из-за желания постоянно что-то держать во рту и сосать, в том числе сигарету или трубку.

8. Ребенок, нуждающийся в удовлетворении сосательного рефлекса, получает комфорт от сосания именно материнской груди, теплого контакта с ней, защищенности, любви, а не от сосания ее протезов (пустышки, соски).

9. У детей, сосущих пустышку, повышена вероятность дефектов речи (плохая дикция, требуется помощь логопеда и т. п.)

10. Пустышка/соска замыкает ребенка на самом себе, у него снижается исследовательский интерес. Доказана связь пустышек со случаями детского аутизма.

«Наша лялечка»

Как помочь развитию интеллекта вашего ребенка

Новые исследования показывают, что повышение интеллектуального потенциала должно начинаться в первые 3 года жизни, особенно в первый год после рождения, потому что в это время мозг развивается более активно, чем считалось раньше.



Мозг формируется под воздействием стимуляции, использования, игры и опыта. Однако эта стимуляция должна происходить в нужное время, когда формируется определенная часть мозга. Отрезок времени, в котором мозг вашего ребенка может приобретать новые навыки, называется критическим периодом, или окном возможностей. В первые несколько лет жизни есть несколько критических периодов, когда мозг ребенка лучше всего обучается. Когда эти периоды заканчиваются, определенные части мозга закрепляют свои связи и почти не образуют новых, поэтому освоение навыков, связанных с этими частями, идет уже не так легко.

При правильной стимуляции в нужное время возможно практически все. Но если время выбрано неправильно, можно упустить период быстрого развития мозга.

Однако важно не помещать ребенка в теплицу и не подталкивать его туда, куда ему не хочется идти. Не пытайтесь добиться от него слишком многого. В конечном счете это принесет больше вреда, чем пользы. Обучение и обогащение окружающей среды должно быть радостью, а не тяжелой работой. Как только вам показалось, что ребенок устал от какого-то занятия, позвольте ему прекратить его. Цель в том, чтобы расширить опыт ребенка и увеличить его способности к обучению. Это даст ему лучший потенциал на будущее. Не пытайтесь заставить его приобретать какие-то навыки, потому что он свяжет их с неудовольствием, и мотивация снизится. Пусть он по возможности сам выбирает, что хочет делать.

ЭМОЦИИ

Связи в мозге, которые отвечают за эмоции, образуются после рождения одними из первых. До 8 недель детям знакомы простые состояния недовольства и удовлетворенности. Эмоции развиваются слоями, каждый

из которых сложнее последующего, а к 10 годам этот процесс практически завершается. Когда ваш ребенок начнет осознавать себя как личность, он познакомится с более сложными чувствами: радостью и грустью, завистью и сопереживанием, гордостью и стыдом. Эти сложные чувства – основа индивидуальности вашего ребенка. Но опыт будет изменять его эмоции на протяжении всей жизни.

Положительные эмоции укрепляются, если отражать реакцию ребенка. Например, если он пищит от восторга, построив башню из кубиков, а вы порадуетесь и похлопаете, это поможет закрепить его чувство удовольствия и радости от того, что он чего-то добился. Если вы всегда будете отвечать: «Ну и что? Не мешай мне, я занята», он будет лишен возможности узнать, что такое радость, вместо этого наступит спад эмоций, который приводит к пассивности.

ЗРЕНИЕ

Для нормального развития зрение очень важно. Именно видя предметы, ваш ребенок захочет узнать, как они называются. Стремление тянуться к предметам, переворачиваться, ползать и ходить тоже происходит от любопытства и желания исследовать все, что он видит вокруг. В первые 2 месяца жизни ваш ребенок лучше всего видит на близком расстоянии.

При рождении поле зрения ребенка более ограничено, чем ваше собственное. Скорее всего, он будет смотреть на предметы, которые находятся не дальше 30 градусов слева и справа от него, 10 градусов сверху и снизу и на расстоянии не более 90 см от тела. Когда он лежит на спине вашей руки и сосет грудь, он естественным образом может фокусировать зрение на предметах на расстоянии 17-20 см. Обычно к 2 неделям он начинает узнавать лицо матери и отца. Его зрение на 10 - 30 процентов менее острое, чем ваше, поэтому ему сложнее видеть тонкие

линии. Он видит их как смазанную серую массу. Новорожденным больше нравятся контрастные черно-белые узоры, чем цвета, потому что в этот период их палочки (клетки в сетчатке, чувствительные к слабому свету и различающие только черный и белый) работают лучше, чем колбочки (клетки, которые видят цвета на ярком свете). Новорожденные предпочитают прямые или ломаные линии кривым или волнистым. Кроме того, их привлекают простые изображения лиц.

К 6 неделям ребенок может четко фокусировать зрение на предметах на расстоянии около 30 см и обычно начинает улыбаться. (Дети, которые получали стимуляцию до рождения, часто улыбаются осознанно уже через 1-3 недели после рождения). Его особенно привлекают изображения лиц и концентрических кругов. Кроме того, он будет более пристально смотреть на внешние края рисунков, чем в середину.

Количество синапсов между нейронами в зрительной коре, которая занимается интерпретацией информации из глаз, начинает увеличиваться в первые 2 месяца после рождения.

Между 2 и 4 месяцами количество синапсов начинает резко расти и увеличивается не менее, чем в 10 раз. Именно в это время зрение вашего ребенка резко улучшается, и он уже может следить за предметами глазами или поворачиваться в направлении звука. Ему начинают нравиться более сложные рисунки (4 концентрических круга, а не два) и кривые

линии и формы, а не прямые или ломаные. Кроме того, его поведение показывает, что он помнит увиденное.

Многие дети к 2 месяцам начинают различать цвета, потому что в сетчатке начинают работать колбочки. Но до 3 месяцев, возможно, они не видят синий цвет так же хорошо, как красный или желтый.

К 4 месяцам ребенок видит все цвета и может фокусировать зрение и на ближних, и на дальних предметах. Ему очень нравится наблюдать за вами и за другими людьми, особенно детьми. Он по-прежнему будет предпочитать кривые прямым и стремиться к более сложным рисункам. Кроме того, у него появляется чувство объема, и к 4-5 месяцам он начнет тянуться к предметам, которые видит. К 7-8 месяцам ему будет удаваться хватать предметы и засовывать их в рот. У детей, которые получают дородовую стимуляцию, все это происходит гораздо раньше.

Ребенок, окружение которого визуально обогащено, обычно более спокоен и внимателен во время бодрствования, чем ребенок, лишенный стимуляции.

Количество синапсов в зрительной коре доходит до пика в 8 месяцев, остается максимальным до 4 лет и начинает постепенно снижаться в течение следующих 5 лет, доходя до половинного в результате частичного удаления.

Бинокулярное зрение продолжает развиваться в течение первых четырех лет жизни и к 4 годам полностью формируется. Острота зрения практически приходит к 5 годам, но полностью формируется только к 10 годам.

ЯЗЫК

Ребенок начинает узнавать, что такое язык и речь, еще до рождения, и этот процесс продолжается приблизительно до 10 лет. Но оптимальный возраст для изучения иностранного языка – 6 лет. Затем ребенку все сложнее осваивать новые звуки, которые являются основой разных культур.

Ребенок начинает лепетать, складывая звуки в бессмысленные фразы, уже к 8 неделям. Чем больше слов слышит ваш ребенок как в матке, так и после рождения, тем быстрее он выучит родной язык. Основные звуки, из которых состоят слова языка, закрепляются в мозгу к 1 году.

Старайтесь как можно больше говорить с ребенком. Объясняйте, что вы делаете, когда готовите ему завтрак, одеваете его или хлопчете по

дому. Пусть он как можно чаще погружается в звуки языка, но не забывайте, что иногда ему нужны периоды молчания и размышления.

Исследования показывают, что количество звуков, издаваемых трехмесячным ребенком, становится больше, если взрослый реагирует на них и говорит с ним. Точно так же к 2 годам дети, матери которых часто говорили с ними и читали им книги, знали на 300 слов больше, чем те, окружение которых было менее стимулирующим. Что интересно, оказалось, что не имеет значения, какие слова мать использовала: простые слова точно так же закладывали «звуковые» цепи в мозгу, как и сложные. Затем эти цепи играют роль внутреннего словаря, который начинает усваивать новые слова.

Другие исследования показывают, что у маленьких детей, с которыми с самого начала много говорили, были гораздо более развиты способности к творчеству, чтению и письму, решению задач и принятию решений.

Новые исследования показывают, что дети, родители которых читали им книги в очень раннем возрасте, лучше учатся читать, писать и решать задачи. Дети, которые знакомятся с книгами с 9 месяцев, показывают гораздо лучшие результаты, чем те, которым не читали, и могут лучше сосредоточиться в классе. Эти результаты не зависели от социального класса или среды, в которой рос ребенок.

ЛОГИКА

Цепи, которые отвечают за математику и логику, закладываются в первые 4 года жизни. Что интересно, они расположены рядом с цепями, связанными с музыкой. Учите ребенка простым математическим идеям с самого юного возраста, играйте в игры со счетом: пересчитывайте ступеньки, когда вы идете домой; ложки, когда накрываете на стол; кубики, когда строите башенку и т.д. Изучение цифр на фоне музыки может облегчить усвоение информации. Кроме того, музыка помогает развитию пространственных навыков – понимания того, как предметы относятся друг к другу и к наблюдателю. Это можно продемонстрировать с помощью простой игрушки-лабиринта. Тот же процесс, но на более высоком уровне, используют для обучения взрослых иностранным языкам на фоне классической музыки. Некоторые ученые считают, что полезно слушать Моцарта во время знакомства с математическими понятиями.

Кроме того, логика как-то связана с передвижением. Дети, которые рано начинают ползать, чаще находят предметы под покрывалом или спрятанные в руке по сравнению с детьми, которые еще не ползают.

МУЗЫКА

Любовь к музыке закрепляется в раннем возрасте – еще до рождения, а также в первые 4 года после рождения. Чем раньше ребенок начинает учиться игре на музыкальном инструменте, тем большая часть коры головного мозга будет отведена на этот навык и тем лучше у него будет со временем получаться. Кроме того, музыка может помочь ребенку засыпать.

ОСЯЗАНИЕ

К 3 месяцам часть мозга вашего ребенка, отвечающая за осязание, становится более активной.

Исцеляющая сила прикосновения означает, что дети, которым регулярно делают массаж, более активны, лучше засыпают и лучше набирают массу, чем остальные, а также более уравновешенны, общительны и реже плачут.

ДВИЖЕНИЕ

Если двигать ребенка, осторожно покачивая его на руках, или сажать его в колыбель – это развивает его мозг, стимулируя клетки во внутреннем ухе, которые отвечают за равновесие и определение движения.

Было обнаружено, что у недоношенных детей, которых покачивают, растирают и гладят по 15 минут 4 раза в день, лучше координация и способность к обучению. Кроме того, дети получают стимуляцию органов равновесия, если держать их на руках и сгибать и распрямлять колени, как будто поднимаясь и опускаясь в лифте.

Как общаться с новорожденным

- Проводите с ребенком как можно больше времени.
- Старайтесь первые 5-6 месяцев как можно больше быть с ним, чтобы, просыпаясь, он слышал ваш голос или видел вас. Спите с ним в одной комнате, чтобы его кроватка была рядом с вашей или соединялась с ней. Можно даже положить его к себе в кровать. Эта близость с самого начала очень важна для чувства защищенности и уверенности ребенка. Кроме того, это значительно облегчает ночные кормления ребенка, когда он этого захочет.

• Качайте ребенка на руках, держите его и сгибайте колени, имитируя лифт, садите его на колени и вращайтесь, когда сидите на вращающемся стуле, или качайтесь в кресле-качалке. Эти движения стимулируют создание новых клеток мозга и синапсов.

• Рисуйте толстые полосы, зигзаги, круги с точками и простые лица на белой бумаге черным толстым фломастером и давайте ребенку рассматривать рисунки.

• Развесьте над кроватью ребенка стимулирующие контрастные черно-белые рисунки, чтобы он мог смотреть на них, когда не спит.

• С 6-8 недель начинайте использовать цвета и немного усложнять рисунки.

• Капните несколько капель ароматического масла лаванды, ромашки, розы или мандарина на ватку и дайте ребенку понюхать – только не давайте ему в руки. Кроме того, попробуйте смачивать чистый палец жидкостями с разным вкусом (медом, апельсиновым или морковным соком) и давайте ему пососать, чтобы стимулировать его вкусовые сосочки.

• Накрывайте фонарик материей или целлофаном разных цветов и двигайте им из стороны в сторону. Посмотрите, будет ли ребенок следить за ним глазами.

• Давайте ребенку слушать легкую классическую музыку.

• Давайте ему пощупать предметы с разной текстурой. Можно сшить специальную игрушку: набить чем-то старый носок, нашить на него заплатки из вельвета, шелка, джинса, ситца, бархата, махрового полотенца, твида и т.п.

• Покажите ему собственное отражение в зеркале.

• Кладите его на живот, когда он не спит, и говорите с ним с расстояния 3 метров – это будет побуждать его поднимать голову.

Как общаться с грудным ребенком

• Проводите с ним как можно больше времени, но с полугода постепенно приучайте его проводить некоторое время в одиночестве.

• С раннего возраста знакомьте его с матерчатыми или плотными картонными книжками, показывайте героев сказок. Пусть он выбирает, какие книжки из двух или трех вы будете рассматривать вместе, и научится переворачивать вам страницы.

• Играйте с ним в «ку-ку» или прятки: часто это одна из первых игр, в которых ребенок учится участвовать, причем делает это с писками восторга.

• Он умеет общаться звуками и жестами гораздо раньше, чем словами. Разработайте свой символический язык для обозначения животных, машин, самолетов и т.д. Например, часто дышите, обозначая собаку, шипите и изгибайте руку, обозначая змею, махайте руками и говорите «чирик-чирик», обозначая птицу. Ребенок начнет общаться с вами гораздо раньше, и вы сможете войти в его невербальный мир, что вам очень понравится.

• Позвольте ему как можно больше исследовать окружающий мир. Например, не нужно постоянно говорить «нет», если он открывает все ящики и буфеты. Просто следите за тем, чтобы все опасные предметы были вне досягаемости для него.

• Пусть он запачкает все вокруг себя и исследует текстуры в этой игре.

• Почаще с ним говорите, чтобы он усвоил звуки языка.

• Покажите ему его отражение в зеркале, чтобы он начал осознавать себя.

• Побольше контактируйте с ним физически: обнимайте и целуйте его.

• Успокаивайте его, когда он плачет, прижимайте его к себе, чтобы он научился успокаиваться, чувствуя любовь и защиту.

Лучшие способы стимулировать ребенка – это давать ему:

• бесконечную любовь, ласку и эмоциональную поддержку;

• веселое окружение и частый смех;

• внимание, когда он в этом нуждается. Старайтесь не оставлять его в одиночестве надолго;

• окружение, которое стимулирует все его чувства: осязание, зрение, слух, обоняние, вкус и равновесие;

• окружение без давления – как только ребенок начинает уставать от какого-то занятия, переключайтесь на что-то другое;

• побольше времени для расслабления и игр;

• возможность выбирать занятия, одежду в разные дни, музыку и т.п.;

• возможность играть, измазывая едой и разбрызгивая воду;

• избегайте чрезмерной стимуляции – например, давать несколько игрушек одновременно и регулярно чередовать их с другими;

• множество возможностей взаимодействовать с разными людьми, особенно детьми;

• здоровое питание.

НАЛИЧИЕ ИНТЕЛЛЕКТА НАПРЯМУЮ ЗАВИСИТ ОТ ПРАВИЛЬНОГО ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ

Ученые доказали, что вскармливание младенцев исключительно грудным молоком в течение длительного времени улучшает развитие познавательных способностей детей. Авторы исследования из университета МакГилл в канадском городе Монреаль совместно с белорусскими коллегами начали свою работу еще в 1996 году.

Исследование проводилось в 31 белорусской клинике, часть из которых была включена в программу поощрения грудного вскармливания, а часть продолжала свою прежнюю практику без изменений.

Наблюдались 7,108 тысячи детей и матерей, посещавших клиники и роддома, поощрявшие грудное вскармливание, и 6,781 тысячи детей, которые ходили в обычные клиники, - последние составили контрольную группу.

Матери, ходившие в клиники, поощрявшие грудное вскармливание, к трем месяцам значительно чаще кормили детей только грудью, чем в контрольной группе. Такое преобладание сохранялось до года.

В период между 2002 и 2005 годом, когда детям, участвующим в эксперименте, исполнилось в среднем 6,5 года, все они прошли обследование, включавшее тесты на развитие интеллекта.

Дети, входившие в группу, где поощрялось грудное вскармливание, показывали в тестах на вербальный интеллект в среднем на 7,5 балла больше (по 100-балльной шкале), в тесте на невербальный интеллект - на 2,9 балла больше и на 5,9 балла больше в тесте на общий интеллект. Учителя также оценивают умения этих детей читать и писать значительно выше, чем у контрольной группы.

Однако остается неясным, связаны ли наблюдаемые преимущества в интеллекте у вскормленных грудью с какими-то из составляющих грудного молока или они связаны с физическими или социальными отношениями, связанными с процессом вскармливания, сообщает РИА Новости.



Положение на животе – наиболее физиологичное

Постоянное нахождение ребенка на спине приводит к вялости внутренних органов и ослаблению защитных свойств организма, а также к повышенной возбудимости нервной системы.

Пеленание, ограничивая движения малыша, затормаживает его физическое и психическое развитие, не дает свежему воздуху поступать к коже, затрудняет испарения с кожи, фиксирует тело в неестественном положении, нарушает кровообращение, приводит к угасанию многих рефлексов. Не позволяя младенцу осуществить свои естественные потребности, такие как движение и комфорт, пеленание приводит к ощущению беспомощности и к «отказу от поиска», что снижает творческий потенциал, присущий человеку.

Если ребенка не пеленают, то он в среднем меньше времени проводит во сне, раньше начинает выполнять сложные манипуляции с предметами, улыбаться и произносить первые осмысленные звуки.

Так как же ребенок должен спать? Ведь он совершает произвольные движения, иногда ударяя себя по лицу, может расцарапать кожу, или просто сосет палец.

Выход из этого положения достаточно прост: положите голенького ребенка на пеленку на животик. Сверху

покройте еще одной пеленкой, а затем одеялом в зависимости от окружающей температуры (пеленка под одеялом защитит одеяло, если малыш «обделается»).

Находясь в такой позиции, малыш не оцарапает себя и не стукнет по лицу.

Понаблюдаем за только что родившимся ребенком. Какое положение он стремится принять? То, в котором пребывал в утробе матери. Ручки и ножки сгибаются, он как бы собирается в комочек. Это соответствует естественному для этого периода мышечному тону. Эта поза обеспечивает ему комфорт. Лежа на животике такое положение принять легче всего.

В позиции на спине возникают растягивающие напряжения – ребенок стремится задрать ноги вверх. Пеленание еще более усиливает это напряжение. Ребенок сам начинает распрямлять ноги лишь с ослаблением тонуса.

Замечено, что в положении на животе лучше идут процессы пищеварения. Иногда после недель мучений колики, «газики» и запоры проходят за 2-3 дня, стоит лишь начать укладывать ребенка спать в таком положении. В этой позиции существенно облегчается опорожнение кишечника.

У детей, проводящих все время на спине, уже через неделю после рож-

дения заметна вялость внутренних органов, сниженная способность производить тепло.

Положение на животе вообще позволяет ребенку лучше сохранять тепло. Положение же на спине увеличивает поверхность теплоотдачи. Особенно это усугубляется насильственным вытягиванием ножек при пеленании.

Таким образом, можно сказать, что положение на спине не физиологично.

Другая особенность положения на животе в том, что, подбирая под себя колени, малыш приподнимает нижнюю часть туловища чуть выше уровня головы. При этом улучшается кровоснабжение мозга, как бы частично компенсируя потерю состояния относительной невесомости, в котором ребенок развивался в утробе.

Замечено, что при переводе в положение на животик у ребенка быстрее проходят инфекционные заболевания, ниже сама вероятность активизации инфекции.

При положении на животе с подобранными ножками создаются оптимальные условия для доразвития тазобедренных суставов. В таком положении вообще лучше кровоснабжение органов таза, что немаловажно для здоровья и развития ребенка.

Благожелательный, позитивный настрой способен делать чудеса!

Любовь родителей друг к другу, их любовь к ребенку, их уверенность в его возможностях, в его силе и способностях – ничем не заменимые условия благополучия малыша. Прежде всего – преодоление своих страхов и беспокойств относительно ребенка, основанное на понимании той тонкой связи, которую имеют дети и родители. Ребенок верит вам, воплощая ваши мысли. Не является ли это прекрасной возможностью учиться вере, но только вере в себя? Не представляет ли это возможности понять то, как наши мысли воздействуют на нас самих?

Воспринимайте своего ребенка как сильное существо, способное

справиться с любым обстоятельством. «Он может», «он способен» – это вера, подкрепленная разумом и знанием, становится реальностью, если она искренняя и основана на глубоком внутреннем убеждении...

Младенцы являются существами очень сильными, обладающими огромными адаптивными способностями. Лишь наши страхи и наше неверие в них и в себя делают их слабыми...

Так называемый «эфирный слой» вокруг человеческого тела, ощущаемый наиболее чувствительными людьми, составляющий 3-4 см у обычного человека, 10-12 см у сильного «биоэнергетического целителя», у только что родившегося ребенка

ощущается на расстоянии 20-30, а иногда и 40 см от границы тела (в положении на животе).

Ребенок – как прибор, настроенный в резонанс с психическим состоянием родителей. Имея явно выраженную зависимость физического состояния от состояния психического, он реализует все, что о нем думают, что от него ожидают. Поэтому важно понять, что наш ребенок настолько здоров, насколько мы думаем о нем как о здоровом. Он такой, каким мы его склонны воспринимать. Его способности и возможности в большей мере зависят от того, верим ли мы в эти его способности и возможности или нет.