

ПАМЯТЬ ПЕРВЫХ ЛЕТ

За девять месяцев внутриутробного развития еще не рожденный человек переживает широкую гамму эмоций и ощущений, которые «записываются» его мозгом посредством связей между нейронами (все клетки головного мозга формируются у ребенка еще до его рождения, но лишь немногие из них соединены между собой) и в дальнейшем повлияют на его жизнь. Так как основные структуры головного мозга, необходимые для заполнения, уже сформировались.

Установлено, что малыши с большим вниманием прислушиваются к стихам или сказкам, которые их мамы учили или читали во время беременности. Это доказывает, что кроха, еще находясь во чреве матери, запоминает то, что слышит и помнит это после рождения. Известно, что будущему ребенку передаются эмоции мамы. Исследования показали, что в организме плода происходят положительные гормональные изменения, когда мать думает о нем, разговаривает с ним или «ласкает», глядя свой живот. В противном случае – результат обратный.

У вашего малыша останутся хорошие воспоминания о своей внутриутробной жизни, если: Все девять месяцев вы будете разговаривать со своим ребенком, наслаждаясь новыми ощущениями, заботиться о нем, избегать конфликтных ситуаций и т. п.

Подарите себе минуты спокойствия, отдыхая от работы и домашних дел и посвящая это время себе и будущему малышу.

Каждое утро перед завтраком вы будете подходить к зеркалу и громко говорить: «Если я чувствую себя счастливой, то и мой малыш счастлив, поэтому я буду беречь себя, чтобы и моему крохе было хорошо».

1 ГОД

Новорожденный запоминает ощущения. С первых мгновений своей жизни малыш запоминает ощущение от прикосновения вашей щеки к его личику, от тепла солнечных лучей и дуновения ветерка. Когда он вырастет, он уже не будет это помнить, но ощущение того, что в детстве он был любимым и желанным, поможет ему быть уверенным в себе и считать, что жизнь прекрасна.

Память ребенка развивается достаточно быстро. И уже через несколько недель малыш радуется, когда вы берете его из колыбельки, потому что знает, что за ним последует нежность ваших рук, ласка, кормление... Ваш малыш уже помнит ваш запах и ваш голос, благодаря чему и выделяет вас среди других людей. Примерно в семь-восемь месяцев он начнет узнавать вас в лицо и бояться незнакомых ему людей. Этот страх непосредственно связан с процессом развития памяти, и он абсолютно естественен. В этом возрасте кроха пугается, когда теряет маму из вида, потому что на данном этапе то,

что находится вне поля его зрения, для него просто не существует.

У вашего малыша останутся хорошие воспоминания о первом годе своей жизни, если:

Вы будете заботиться о нем: ежедневно делать массаж, щекотать, купать, ведь в это время малыш в основном запоминает свои физические ощущения.

Часто петь ему песенки, разговаривать с ним, медленно повторяя слова, чтобы малыш мог «прочитать» губами, как вы произносите звуки, и вслушаться в интонацию: это нужно, чтобы впоследствии ребенок научился правильно говорить.

Установите для крохи определенный распорядок дня, чтобы он запомнил время кормления, прогулки, купания и сна... Это также способствует развитию памяти, и вы сами удивитесь, сколько предметов, лиц и игр может удерживать в памяти ваш ребенок, несмотря на свой небольшой возраст.

ДВА ГОДА – возраст ассоциаций

В этом возрасте ребенок уже способен соотносить некоторые вещи и события между собой: дома у тети малыш ищет котенка, который обычно сидит на кухне, он понимает, что едет в гости к бабушке и дедушке, потому что узнает парк, который находится рядом с их домом, и т. д. Дети, словно губки, впитывают в себя всю возможную информацию. Некоторые из них даже в состоянии помнить мельчайшие детали и то, что произошло с ними несколько недель назад. Однако, как правило, взрослея, ребенок постепенно забывает об этом.

К этому возрасту у вашего ребенка уже сложилось некое представление о вашей внешности, поэтому, когда вы приходите из парикмахерской с новой прической, малыш с удивлением вас изучает, ведь вы не вписываетесь в сложившийся образ.

У вашего малыша останутся хорошие воспоминания о втором годе своей жизни, если:

В вашей семье будут присутствовать некие ритуалы. Например, перед тем как укладывать ваше сокровище спать, вы можете поиграть в какую-нибудь спокойную игру, потом искупать малыша, почитать ему на ночь сказку... Такие ритуалы дают ребенку чувство уверенности и развивают память и ассоциативное мышление.

Каждый день обучать кроху новым словам.

Вместе рассматривать яркие книжки с картинками и вообще проводить как можно больше времени всей семьей.

ТРИ ГОДА: путь во взрослую жизнь

Первые конкретные воспоминания относятся, как правило, именно к этому возрасту, когда ребенок уже умеет достаточно хорошо говорить. Все, что с ним происходит, — это теперь не просто ощущения, а конкретные ситуации, которые малыш может описать словами, таким образом снова переживая их.

Основными воспоминаниями являются события, сильно потрясшие воображение малыша, например, рождение братика или сестренки, первая встреча с Дедом Морозом или поход в зоопарк. Как правило, ребенок помнит эти события в мельчайших подробностях: что он слышал, видел, чувствовал при этом. Однако малыш помнит и обычные, ничем не примечательные дни своей жизни (прогулки, еду, детский сад).

У вашего малыша останутся хорошие воспоминания о третьем годе своей жизни, если:

Вы будете интересоваться всем, что малыш делает в течение дня: чем он занимался в детском саду или с бабушкой, пока вы были на работе, с кем он играл во время прогулки в парке, что ел... Время от времени готовить вашему

сокровищу какой-нибудь приятный сюрприз, например, разрешить ему пойти с вами в гости.

4-5 ЛЕТ

Когда ребенку исполняется четыре-пять лет, он уже обладает почти такой же памятью, как и взрослый человек, хотя ее еще, безусловно, нужно развивать. Малыш помнит многое из того, что произошло с ним в прошлом, хотя эти воспоминания не всегда совпадают с реальными событиями, потому что детская фантазия вносит свои коррективы в восприятие происшедшего. Впрочем, такое происходит и со взрослыми, хотя и реже.

У вашего малыша останутся хорошие воспоминания о четвертом и пятом годах своей жизни, если: Вы будете рассказывать вашему малышу, каким он был, когда родился, как он учился ходить,

говорить и как менялся на протяжении этих лет. Показывать ему семейные фотографии и видео.

Составьте небольшой альбом о жизни малыша с рисунками, фотографиями, забавными историями, в который он сможет заглядывать время от времени, когда подрастет.

Что лучше запоминает ребенок: хорошее или плохое?

Родителей очень волнует вопрос, что же малыш запомнит из своих детских лет: неделю, проведенную в больнице или отдых с родителями на море, первый день в детском саду или страх темной комнаты. Дать однозначный ответ на этот вопрос нельзя, ведь все зависит от характера конкретного ребенка и того, как ведут себя в той или иной ситуации родители. Возможно, что благодаря взрослым малыш с легкостью перенесет трудные моменты своей жизни, и они не станут для него трагедией. В этом случае кроха лучше запомнит хорошее, чем плохое. Да и вообще у людей, за редкими исключениями, обычно о детстве бывают только хорошие воспоминания (кто бы из нас ни хотел вернуться в ту беззаботную, счастливую пору!?). А дети вдвойне обладают удивительной способностью запоминать хорошее и даже в плохом видеть положительные стороны, так что со временем грустные воспоминания стираются из их памяти и остаются только радостные и приятные. Так же как все страхи беременности и боль при родах отступают, когда мать прижимает к себе своего ребенка.