

Л. і В. Нікіціны

МЫ і нашы ДЗЕЦІ



Л. і В. Нікіціны

**МЫ
і нашы
ДЗЕЦІ**

МІНСК
«НАРОДНАЯ АСВЕТА»
1990



НАША СЯМ'Я

У кожнай сям'і ёсць свае асаблівасці, звычаі, традыцыі — свой уклад жыцця. І ў нас ён свой.

Гэта выяўляецца адразу з парога — у цеснаватай прыхожай цэлая сцяна занята адным абуткам. Нядзіўна: у нас трое дарослых, сям'ёра дзяцей.

Направа вялікі светлы пакой, але што тут робіцца! Варштаты і інструменты ўсіх памераў; лакі, фарбы, хімічныя рэактывы, маторы, машыны, дрот, фанера, процьма розных жалязяк, дзеравяк. На сценах вольнага месца няма, нават са столі звешваюцца нейкія, вядома ж, вельмі патрэбныя рэчы. Часам не вытрымлываш, са злосці скажаш сваім «майстрам»: «Дачакаецца — палавіну выкінем на сметнік, бо хутка прайсці немагчыма будзе!» Але, трохі астыўшы, засмяешся: справа жыццёвая — на тое, урэшце, ён і «майстэрня».

Кухня, яна ж сталовая, злучана вялікім праёмам з суседнім пакоем, у якім многа кніг, магнітафон, радыёла, паліцы з рукадзеллем, стол, завалены рукапісамі і пісьмамі. Тут у нас нешта накшталт кают-кампаніі. Пры «камбузе» яна знаходзіцца таму, што тут часцей за ўсё бывае мама. Тут вырашаюцца сумесна ўсе сямейныя праблемы і заседжваюцца дапазна з размовамі, якія ніяк нельга адкласці на заўтра.

А ў нашым «спартыўным пакоі» трэба быць крыху асцярожным: з каната з-пад столі хто-небудзь можа саскочыць, на кольцах можна гайдацца ад сцяны да сцяны, а на матрацы куляцца колькі хочаш. Два турнікі, драбіны, гіры, абручы, мяшчкі з галькай, цэлы кут

драўляных цагліні і некалькі паліц з лялькамі, цацачнымі звяркамі, канструктарамі, гульнямі... А над дзвярамі з каркаса старой раскладушкі зроблена «гняздзечка», куды набіваюцца не толькі нашы «птушаняты», але і суседскія. Паўсцяны ўнізе — карычневы лінолеум, а на ім крэйдай — мордачкі, сонейка, кветкі і розныя калякі-закалякі — усё, што падкажуць жаданне і фантазія.

У «кунацкай» — так мы называем гасціную (ад каўказскага «кунак» — друг) — тэлевізар, піяніна, круглы стол, нізкія крэслы, паліцы з кнігамі. Нічога нязвычайнага, здаецца, тут няма. Але паралонавыя падушкі з крэслаў могуць перавандраваць разам са стуламі ў «спартыўны пакой» у якасці будаўнічага матэрыялу для «палацаў», «касмічных караблёў» і іншых збудаванняў. Тут жа сабраны нашы «гульні для развіцця» — прадмет асаблівых татавых клопатаў. Яны знаходзяцца тут, таму што нашы шматлікія госці вельмі цікавяцца імі: змалёўваюць, капіруюць, асвойваюць іх методыку, а потым захапляюцца і проста пачынаюць тут жа гуляць са сваімі малымі.

А спальні ў нас наўраўсе, у трох маленькіх пакоіках мансарды. Тут жа паліцы для бялізны, шафа, столік для швейнай машыны, дзе, вядома, заўсёды ляжыць што-небудзь недашытае, недалатанае, недапрасаванае...

Са «спартыўнага» дзверы ў пакой дзядулі — адзіны пакой, недатыкальны для дзяцей. Толькі самая малодшая, шасцігадовая Любаша, там часты госць — яна дзядулева любіміца. А астатнія хто дзе: хто сядзіць, уткнуўшыся ў кнігу, хто робіць нешта ў майстэрні, хто дамывае посуд у кухні, хто спрабуе асвоіць новае практыкаванне на кольцах. Здраецца, у гульні збіраюцца ўсе разам — тады дом ходзіць ходырам ад тупату, смеху, шуму і крыку: нічога не зробіш — здраюцца і канфлікты, якія не заўсёды ўдаецца вырашыць мірным шляхам.

Але калі разам сядзем каля тэлевізара, атрымліваецца маленькая глядзельная зала з «партэрам», «амфітэатрам» і нават «ложай» — гэта калі хто-небудзь з малышоў уладкоўваецца да таты або мамы на калені. У доме цішыня. І як хораша глядзіцца і перажываецца разам!

ПРАДКАЗАННІ НЕ ЗБЫВАЮЦЦА

Быў час, калі нас палохалі: дзеці вашы «з хвароб не будуць вылазіць», і «рукі-ногі яны абавязкова сабе пераломяць», і «ў школе ім будзе цяжка вучыцца», і «вырастуць яны недысцыплінаванымі», і «на шыю вам хутка сядуць» і г. д., і да т. п., і ўсё з-за таго, што занадта ўжо дзіўнымі, непрывычнымі здаваліся многім нашы метады выхавання, наш спосаб жыцця.

— Навошта ўсе гэтыя спортснарады і табліцы ў пакоі? Навошта чытаць у тры гады? Навошта басанож па снезе? Навошта ўсе гэтыя фокусы? Вы скалечыце дзецям жыццё!

Ішлі гады, дзеці падраслі адно за адным, а страшныя прагнозы не збываліся. Хварэлі яны рэдка, прастуды ім і зусім былі не страшныя, а інфекцыйныя хваробы яны пераносілі лёгка, часцей за ўсё без лячэбных працэдур і лекаў. Гадам к тром яны рабіліся моцнымі, дужымі і спрытнымі, нават разбітага носа мы ў іх не бачылі, а вывіхаў ці пераломаў ні ў кога з іх не было ні разу за ўсе 18 мінулых гадоў.

І ў школе ім вучыцца зусім няцяжка: над дамашнімі заданнямі не заседжваюцца, а вучацца ў асноўным на «чатыры» і «пяць». Школу канчаюць раней тэрміну на год-два-тры («пераскокваючы» цераз класы) і ніякіх клопатаў не прычыняюць нам з паступленнем у сярэднія ці вышэйшыя навучальныя ўстановы: ні асаблівых умоў, ні пратэктый, ні рэпетытараў, як і павінна быць.

Ад работы не ўхіляюцца: старэйшы ўжо ў 14 гадоў летам працаваў паштальёнам, а ў 16 быў прыняты на пасаду тэхніка ў лабараторыю і працаваў два гады, атрымаўшы перад паступленнем у інстытут чацвёрты разрад рэгуліроўшчыка радыёэлектроннай апаратуры. І чым старэйшымі робяцца нашы дзеці, тым часцей мы чуем пахвалы ў іх адрас: «Добрыя ў вас памочнікі растуць». Так, скосяя погляды змяняюцца цяпер добразычлівымі ўсмешкамі, а разгубленасць і раздражненне — цікавасцю: пісьмы, госці, сустрэчы, лекцыі — і процьма самых розных пытанняў і просьбаў:

— Раскажыце, як і чым вы займаецеся з дзецьмі... Пакажыце свае гульні, вучэбныя дапаможнікі, майстэрню, спартыўныя снарады... Напішыце пра тое, як вы абыходзіцеся з нованароджаным... Калі ласка, пра

загартоўванне!.. І пра свае памылкі не забудзьце, каб іх не паўтараць нам...

І сярод іншых абавязкова пытанне:

— А адкуль вы ўсё гэта ўзялі? Як не пабаяліся выхоўваць дзяцей так нязвычайна?

ЯК МЫ ПАЧЫНАЛІ

Часам лічаць, што мы ўсё абдумалі загадзя, намецілі нібы план дзеянняў, а потым пачалі ўжо ажыццяўляць яго. Ну і нарабілі б мы бяды, калі б так атрымалася, — ці мала ламаецца дзіцячых лёсаў з-за пыхлівых задум іх бацькоў і педантычнага правядзення іх у жыццё. Так, шмат што ў нашым жыцці склалася іначай, чым у іншых, і ўсё гэта не само па сабе, а па нашай добрай волі (і таксама, вядома, не без патаемных спадзяванняў на гэта самае-самае... — хто з бацькоў на гэта не перахварэў?!), але ніякіх загадзя намечаных планаў у нас і быць не магло па той простаай прычыне, што мы абодва пра дашкольнае дзяцінства ўяўленне мелі даволі прымітыўнае, а пра ўзрост ранняга маленства ўвогуле амаль нічога не ведалі.

Мы, вядома, маглі абкласціся падручнікамі, папулярнымі брашурамі, працамі вучоных і, праштудзіраваўшы іх, адабраць, намеціць... Але, на шчасце, гэта было нам не пад сілу: загружанасць працай, неўпарадкаванае жыллё, бытавыя клопаты адбіралі тады ўвесь час. Мы дабраліся да кніг усур'ез толькі тады, калі ў нас было ўжо двое сыноў, чатыры ці пяць спісаных тоўстых сшыткаў з вынікамі назіранняў над імі і безліч самых жыццёвых, а не тэарэтычных праблем.

Прызнаёмся і яшчэ ў адным нашым «граху»: мы самі па сабе людзі не надта арганізаваныя і да планаў цягі не адчуваем. І ў дадзеным выпадку гэта было карысным: нам не спатрэбілася падганяць жыццё пад свае намеры і ўстаноўкі. Так мы ўсцерагліся ад адной крайнасці ў выхаваўчай справе — занадта жорсткага кіравання гэтым складаным і тонкім працэсам. А другая крайнасць — абыякавасць — нам не пагражала: мы абодва задоўга да знаёмства адзін з адным захапіліся праблемамі выхавання. Мы ж і сустрэліся (відаць, лёс!) на нарадзе, прысвечанай «Праграме выхаваўчай работы ў школе». Выпадак пасадзіў нас побач, але разгаварыліся мы ўжо не выпадкова: абое

жылі вучнямі, школай і яе шматлікімі бедамі, абое ма-рылі аб пераўтварэннях у школьнай справе, многа думалі пра гэта.

Мы пачыналі сваё сямейнае жыццё аднадумцамі — відаць, гэта і з'явілася асновай для ўсяго, што было далей. Вядома, напраткі школьныя праблемы з клопатамі аб нованароджаным не звязваліся. Гэта толькі потым мы выявілі паміж імі самую цесную сувязь, а тады і не здагадваліся пра гэта. Затое цвёрда ведалі, што ў школу дзеці прыходзяць ужо вельмі розныя па ўзроўню развіцця і ад гэтага залежыць іх далейшае школьнае жыццё. Значыць, многа трэба зрабіць да школы, але не з пялёнак жа гэта пачынаць!

Калі нарадзіўся наш першынец, мы проста радаваліся яму і любілі кожную вольную хвілінку быць з ім: гуляць, размаўляць, глядзець на яго і дзівіцца яму. Ён чхнуў! Ён нахмурыўся! Ён усміхнуўся! Каму з бацькоў не знаёма гэта пачуццё цуду, імя якому — Маё Дзіця? Але неўзабаве да гэтай бацькоўскай радасці далучылася цікаўнасць. Чаму ён плача па-рознаму? Чаму ён напружваецца, калі бярэш яго халаднаватымі рукамі? Чаму ён супраціўляецца, калі надзяваеш чэпчык? і г. д. і да т. п. А сыноч рос, і пытанні гэтых усё прыбаўлялася. Мы пачалі запісваць свае назіранні, і адначасова давалі малышу ўсё больш свабоды дзеянняў, далі яму магчымасць самому вызначаць, напрыклад, колькі яму есці, калі спаць, як доўга гуляць, — словам, шмат у чым даверыліся прыродзе. І назіралі, і запісвалі ўсё, што здавалася нам найбольш цікавым, а потым супастаўлялі запісанае з тым, што на той час ужо ўдавалася прачытаць, і выяўлялі найцікавейшыя рэчы: малыш, аказваецца, мог значна болей, чым пра гэта было напісана ў папулярнай літаратуры. Гэта ўразіла нас і выклікала яшчэ большую цікавасць да сына. А калі нарадзіўся яшчэ сын, мы з самага пачатку спрабавалі абыходзіцца з ім так, як навучыў нас яго старэйшы брацік: давалі яму пальцы, каб ён мог учыцца за іх сваімі малюсенькімі пальчыкамі, і ў першы ж тыдзень ён мог вісець на іх некалькі секунд. З першага месяца пачалі яго трымаць над гаршчочкам, збавілі ад усялякіх хустак і чэпчыкаў і дазвалялі ляжаць голенькім колькі захоча...

Першымі, хто быў абураны такімі «варварскімі» адносінамі да дзіцяці, былі, вядома, нашы бабулі, якія тады жылі разам з намі і проста бачыць спакойна не маглі голае немаўля. Але мы не паддаваліся іх націску. Малышы былі вясёлыя, спакойныя, энергічныя, не хварэлі, лягчэй пераносілі дыятэз, і мы настойвалі на сваім. А на нас ужо скоса пачалі пазіраць суседзі. Прахожыя на вуліцах, калі мы ішлі з непрывычна лёгка апранутымі малышамі, асуджальна кідалі нам у спіну:

— Самі дык у футрах, а дзяцей замарозіць хочаце?

Давялося нам падладжвацца пад малышоў, мы пачалі апранацца таксама лягчэй, але рэплік ад гэтага не стала менш:

— Глядзі ты, дзіця ледзьве паспявае, бяжыць за ім, а бацька хоць бы кроку ўбавіў.

— Вушкі, вушкі вы яму хоць прыкрыйце — застудзіце!

— Што ж ты, маці, яму галоўку не прыкрыеш — напячэ ж.

А мы цвёрда прытрымліваліся правіла: лічыцца толькі з самаадчуваннем малыша і ў сваіх дзеяннях зыходзіць перш за ўсё з гэтага. Вось тут мы і дапусцілі першую сур'ёзную памылку: уважліва назіраючы за дзецьмі, мы не заўсёды звярталі ўвагу на самаадчуванне дарослых і, вядома, былі за гэта пакараны градам новых заўваг, павучанняў, папрокаў.

А дзеткі тым часам раслі. Хтосьці са знаёмых падарыў паўтарагадоваму Алёшу кубікі з літарамі. Ну, літары яму яшчэ без патрэбы, падумалі мы, але кубікаў у сына не адабралі. І былі нямала здзіўлены, калі выявілі месяцы праз тры, што Алёша наш ужо ведае з дзесятак літар. К двум гадам ён ужо ведаў ледзь не ўвесь алфавіт, а ў два гады восем месяцаў прачытаў першае слова. Для самога Алёшы гэта было як быццам так і трэба, а для нас стала цэлым адкрыццём: дык вось ужо калі чалавек можа чытаць! А як жа ў астатнім? Так пачаліся нашы спробы не толькі з навучаннем грамаце, але і ў фізічным развіцці малышоў, у авалодванні рознымі рухамі і нават ва ўмацаванні іх здароўя. Спробы гэтыя былі часцей за ўсё чыста інтуітыўнымі спробамі разабрацца, што малыш ужо можа. Мы ж не ведалі, што яму пад сілу, што ўжо можна, а чаго нельга, і спра-

бавалі асцярожна, гуляючы. Ніякага націску, ніякага абавязковага ўрока, але і не стрымлівалі, калі яму самому хочацца. Удалося нешта малышу — мы рады, не атрымалася — значыць, пакуль адкладзём.

Мы жылі тады ў невялікім шчытавым доміку, самі яго абсталявалі, самі палілі ў печы, хадзілі да калонкі па ваду і рабілі мноства іншых гаспадарчых спраў. А дзеці былі побач. Вось Алёша бачыць, што тата забівае цвікі, і патрабуе сабе малаток. Мама падмятае падлогу — ён цягнецца да шчоткі ці веніка. І вось тут мы, здаецца, і зрабілі яшчэ адзін правільны крок да наступных нашых педагагічных адкрыццяў: упусцілі дзяцей у свет дарослых клопатаў і заняткаў, пастараліся даць вялікую прастору для ўласнай іх дзейнасці.

Мы не толькі абзавяліся маленькімі малаткамі, піламі, сякерамі, венічкамі і многімі іншымі інструментамі, але і далі магчымасць малымсам самайстойна спасцігаць уласцівасці рэчаў і з'яў. Нават небяспечныя рэчы (запалкі, шпількі, іголки, нажніцы і да т. п.) мы не схавалі, а пазнаёмілі дзяцей з імі. Малышы рана даведаліся, што прас гарачы, іголка вострая, запалкі могуць абпаліць, а нож — парэзаць пальчык. Спачатку мы кіраваліся толькі жаданнем, каб заняты справай малых не лез на рукі, не прыставаў, не замінаў працаваць, але пры гэтым сам быў бы асцярожны — бо сачыць за дзецьмі, не зводзячы вачэй, нам было зусім некалі, мы абое працавалі. І толькі значна пазней мы зразумелі, якія вялікія магчымасці для развіцця атрымліваюць дзеці пры такім самастойным даследаванні навакольнага свету.

З цягам часу ў Алёшы і Антона з'явіліся цэлыя наборы сталярных і слясарных інструментаў, канструктары металічныя і драўляныя, пластылін і папера, дрот і цвікі. Гэтак жа натуральна ўвайшлі ў свет малышоў літары на кубіках і літары на кардонках, азбука на сцяне і каса літар, карандашы і папера. Алёша з Антанам не толькі будавалі паязды і вежы з кубікаў, але і свабодна плавалі ў гэтым «азбучна-лічбавым» моры, пісалі літары і не здагадваліся, што гэта «абстракцыя». А мы не рабілі розніцы паміж рэчамі, лічбамі і літарамі і прасілі: прынясі ТРЫ лыжкі, знайдзі ДЗВЕ літары М, разрэж яблык на ЧАТЫРЫ часткі...

Азбука і лічэнне, спушчаныя з вышынь «узроставай недаступнасці», увайшлі ў дзіцячае жыццё нароўні з

цацкамі і інструментамі і, аказалася, засвойваюцца гэтак жа лёгка і проста, без усялякіх урокаў, як словы «лыжка», «хлеб», «дай» і «малако». Сапраўды, што такое тры дзiesiąткі літар і лічбаў сярод многіх соцень слоў, якія малышы спазнаюць у першыя два гады жыцця?!

Але зноў мы чулі:

— Што вы робіце? Нельга да школы навучаць грамаце, бо вы ж не ведаеце методыкі, вы неспецыялісты, вы скалечыце дзяцей!

ЦЯЖКОЕ НАША ШЧАСЦЕ

Вось так, у спрэчках, мы пачыналі... Спачатку мы ваявалі з бабулямі і суседзямі, потым спрэчка выйшла на старонкі друку. «Ці маем мы рацыю?» — пыталіся мы ў сваёй кніжцы, газетным артыкуле, фільме. Многія з намі не згаджаліся: «Не, яны не маюць рацыі! Раньне развіццё тоіць небяспеку! Раньне развіццё — шкоднае!»

А мы, гледзячы на вясёлых, жвавых, заўсёды нечым захопленых нашых малышоў, не разумелі: «Чаму небяспечнае? Чаму шкоднае?» — і паглыбляліся ў вывучэнне кніг, брашур, артыкулаў — усяго, дзе можна было здабыць звесткі пра гэта страшнае раньне развіццё.

Мы даведаліся, што яшчэ ў пачатку нашага стагоддзя ў М. Мантэсоры дзеці (прычым дзеці разумова адсталыя) к пяці гадам не толькі чыталі, але і каліграфічна пісалі, што ў Японіі створана школа для здольных дзяцей і прымаюць туды чатырохгадовых дзетак, што ў Філадэльфіі існуе інстытут па даследаванню чалавечага патэнцыялу, дзе зрабілі вывад: самы «правільны» ўзрост, у якім варта вучыць дзіця чытаць, — гэта паўтара-два гады. Пятра І дзядзек Мікіта пачаў вучыць грамаце прыкладна ў тры гады. Марыя Кюры была на два гады маладзейшая за сваіх сябровак у гімназіі, М. В. Гогаль у тры гады пісаў словы, а ў пяць спрабаваў складаць вершы. У сям'і Ульянавых усе дзеці к чатыром-пяці гадам ужо чыталі.

Усё гэта падтрымлівала нас у нашых пошуках. Але галоўным пацвярджаннем правільнасці выбранага шляху былі нашы дзеці. Яны ўражвалі нас сваімі магчымасцямі. Мы не паспявалі за іх развіццём, мы ўвесь час памыляліся ў сваіх прагнозах. Гэта было дзівосна!

І гэта прымусіла нас увязнуць у праблеме ранняга развіцця ўсур'ёз.

За васемнаццаць гадоў мы прыкметна адхіліліся ад традыцыйных тэрмінаў пачатку развіцця дзяцей, але цяпер мы чулі новыя прэрэчэнні:

— Ну добра, сапраўды, дзеці могуць развівацца намнога хутчэй, але ці трэба гэта, ці не пазбаўляеце вы сваіх дзяцей шчаслівага бесклапотнага дзяцінства?

Так гавораць і думаюць многія, пакуль... не пабудуць у нас у гасцях. А калі ўбачаць усё на свае вочы, пагавораць і пагуляюць з нашымі дзецьмі ды яшчэ і прывязуць сваіх малышоў у наш «дзіцячы сад», а потым ніяк не могуць іх выцягнуць дадому, вось тады, развітваючыся з намі, прызнаюцца:

— Шчаслівыя ў вас дзеці...

А некаторыя ўздыхаюць:

— Шчаслівыя вы бацькі...

А мы і не адмаўляемся — сапраўды шчаслівыя, толькі шчасце наша не само па сабе да нас прыйшло, не, не само...

Вось мы і вырашылі напісаць пра ўсё, пра што даведаліся самі, з адзінай мэтай: можа, наш вопыт дапаможа каму-небудзь стаць болей шчаслівым.

У сваім расказе мы пастараліся ўлічыць тыя пытанні, якія нам часцей за ўсё задаюць у пісьмах, на сустрэчах, у час наведвання нашага дома. Калі чуюць, што мы абое працуем, дзяцей у яслі і садок не аддавалі, нянькі ў нас ніколі не было, а бабулі жывуць асобна, нам абавязкова задаюць адно і тое ж пытанне:

— Як вы паспяваеце? Адкуль бераце час на выхаванне? Тут з адным не ведаем, як управіцца, а ў вас сямёра.

Адказам на гэта пытанне з'яўляецца ўся наша кніга. Мы раскажам вам, на што мы трацім час, а на што не трацім, за кошт чаго эканомім, а на што не шкадуем ні мінут, ні гадзін, ні дзён, ні цэлых гадоў.

І гэтак жа, як у гутарках, мы, вядома, гаворым не хорам, а па чарзе, так і ў кнізе кожны з нас будзе расказаць пра тое, у чым ён большы «спецыяліст». А ў выпадку патрэбы мы будзем каменціраваць або дапаўняць адно аднаго і нават часам можам паспрачацца, як гэта бывае ў нас і ў жыцці.



ГАЛОУНЫ КЛОПАТ — ЗДАРОЎЕ

Л. А.: Паколькі асноўная доля клопатаў і турбот у першы час выпадае, натуральна, на долю маці, мне і да-вядзецца пачаць...

ПЕРШАЯ ГАДЗІНА, ПЕРШЫ ДЗЕНЬ

Што гаварыць пра першую гадзіну жыцця нована-роджанага? І ён, і маці ў радзільным доме: вопытныя ўрачы, акушэркі, медыцынскія сёстры, цудоўнае абста-ляванне, клапацівы догляд — усё, што патрэбна для таго, каб прыняць новага чалавека ў жыццё і забяспе-чыць маці паўнацэнны адпачынак. І ўсё-такі пачну я свой расказ не вяртаннем з радзільнага дома, а прыхо-дам туды.

Шэсць разоў гэта было, як звычайна: мы развітва-ліся каля дзвярэй у прыёмную, абменьваліся апошнімі трывожнымі позіркамі, стараліся падбадзёрыць адно аднаго, і бацька, натуральна, вяртаўся дадому, а я ўручала сваю абменную карту, адказвала на пытанні ўрача, ну і гэтак далей...

А вось сёмы раз атрымалася іначай. Мы прыйшлі да загадчыцы аддзялення... разам. Яна здзіўлена пагля-дзела на нас.

— Мы хочам папрасіць вас...— нерашуча пачала я,— даць мне карміць дзіця ў першыя гадзіны пасля нараджэння.

— Што за здіўная просьба,— яшчэ болей здзіві-лася загадчыца,— калі трэба, тады і дадзім!

І тады мы расказалі ёй пра тое, што ва ўсіх нашых шасці дзяцей быў вельмі моцны дыятэз, і мы, бацькі, ужо змірыліся з гэтым, думаючы, што перадаём дыятэз у спадчыну. Але пра нашу бяду даведаўся вядомы вучоны, прафесар Ілья Аркадзьевіч Аршаўскі¹ і настойліва рэкамендаваў — у якасці прафілактычнага сродку супраць дыятэзу — як мага раней прыкласці дзіця да грудзей, каб яно выссала тыя кроплі малодзіва, якія ёсць толькі ў роднай маці.

— Мы не ведаем, ці будзе толк, але ўсё-такі адважыліся паслухацца парады Ільі Аркадзьевіча. А раптам дапаможа? І вось просім вас...

— Ну добра, — згадзілася загадчыца, — тым больш што ў гэтым няма нічога ненатуральнага, — дадала яна.

Любачку прынеслі для першага кармлення гадзіны праз дзве пасля нараджэння... І што ж? Дачка расла, пайшла ўжо ў школу; і ўвесь гэты час мы не нарадуемся на яе — ніякіх слядоў дыятэзу!

Калі б мы даведаліся пра гэта раней... Колькіх непрыемнасцей маглі б пазбегнуць! Дыятэз хваробай не лічыцца, але пакут ад яго і дзіцяці, і бацькам бывае многа. Ужо ў трох — пяцімесячнага малыша з'яўляюцца мокнучыя прышчыкі, а потым і балячкі на тварыку, пад каленкамі, у згібах локцяў, ля ягадзіц. У цеплыні яны нясцерпна свярбяць, малыш іх раздзірае часам да крыві, плача, капрызіць. І гэта цягнецца год, два і больш, і ні лекі, ні дыета не даюць стойкага выніку. Надыходзіць часовае паляпшэнне, а потым раптам зноў горш, чым раней.

І вось ад усяго гэтага мы пазбавіліся і да таго ж так проста! Ці маглі мы дапускаць, што першыя гадзіны жыцця чалавека так моцна могуць паўплываць на яго далейшае развіццё? Вядома, не маглі, як не ведалі і шмат чаго іншага.

Мы пачыналі дакладна гэтак жа, як пачынаюць многія бацькі: з нервознасці ад таго, што ў мяне не хапае малака, з гор брудных пялёнак, з бяссонных начэй і знясільваючых спроб наладзіць «начны перапынак у кармленні», з дарэмных і настолькі ж безвыніковых

¹ Загадчык лабараторыі ўзроставай фізіялогіі і паталогіі НДІ агульнай паталогіі і патафізіялогіі АМН СССР, доктар медыцынскіх навук, прафесар І. А. Аршаўскі. З 1966 года лабараторыя вяла назіранні за развіццём дзяцей Нікіціных.

старанняў вылечыць сынка ад дыятэзу і мноства падобных праблем, якія навальваюцца на бацькоў з нараджэннем першага дзіцяці. Пасля ўсяго гэтага рэдка адважваюцца нават на другога. Колькі разоў я чула ад мацярэй: «Каб яшчэ раз усё гэта паўтарылася?! Ні за што!» А калі дадаць бясконцыя дзіцячыя хваробы, пастаянную прыкаванасць да дома, адчужэнне (замест дапамогі!) мужа... Ні за што! Дакладна гэтак жа сказала б і я сама, калі б не наша ўзаемадапамога і не тая велізарная цікаваасць у нас абаіх да развіцця малышоў, якая паступова дапамагла нам перагледзець сякія-такія ўсталяваныя традыцыі і намнога палегчыць руплівую працу па догляду немаўляці. Вось дапусцім...

ПРАБЛЕМА ПЯЛЁНАК

Гэта праблема, якая так палохае часам маладых бацькоў, можа быць вырашана па-рознаму. Адны перакананы, што гэта, вядома, мамін абавязак. Другія лічаць, што мыць павінен бацька (у маці і іншых клопатаў хапае). Трэція мыюць па чарзе (раўнапраўе!), ёсць і такія, што ўзвальваюць гэту работу на бабулю. Толькі нямногім удаецца зусім пазбавіцца ад мыцця з дапамогаю службы быту. Магчыма, апошні спосаб пакрысе выцесніць усе астатнія, але пакуль гэта справа не вельмі блізкай будучыні. Таму «да васьмі месяцаў скарыцеся з мыццём пялёнак» — так сказана ў настаўленні па догляду дзіцяці.

Спачатку і мы не былі, вядома, выключэннем — скараліся. Хто меў з гэтым справу, той ведае, што гэта такое — мыць, кіпяціць, сушыць і прасаваць з двух бакоў 30—40 пялёнак штодня. Але аднойчы, калі мой, тады паўтарамесячны, сыноч прачнуўся сухі, я падумала: «Навошта чакаць, пакуль ён пялёнкі намочыць, а калі паспрабаваць яго патрымаць?»

Села на краёчак канапы, паклала малыша сабе на калені і падхапіла яго пад каленачкі. Праз некалькі секунд на падлозе побач з канапай была лужынка, але ж можна што-небудзь і падставіць — так у нас з'явіўся спецыяльны тазік (звычайны гаршчок не падыходзіць — міма атрымліваецца). Спачатку я трымала малыша над тазікам, калі ён прачынаўся сухі або мінут праз пяць — дзесяць пасля кармлення, а потым навучылася здагадацца, калі яму трэба. Шкада, што

не заўсёды ў гэты час бываеш з ім побач, але калі ёсць магчымасць пасачыць, то можна ўвогуле абысціся без мокрых, а тым больш брудных пялёнак. Тут цікавая такая «дэталёў»: калі трымаеш малыша над тазікам «павялікаму», ён часцей за ўсё гэта робіць у некалькі прыёмаў, не адразу, і трэба дачакацца, пакуль ён урэшце рэшт не зробіць крышку і «па-маленькаму». Гэта азначае, што цяпер ужо ўсё закончана, можна яго падмыць і без асцярогі класці на чыстыя пялёнкі.

Вядома, іншы раз даводзіцца праявіць цяропліласць і настойлівасць. Часам малыш упарціцца і не жадае рабіць таго, што належыць: выгінаецца дугой, можа нават заплакаць. Часцей за ўсё гэта бывае ноччу або адразу пасля сну. У такіх выпадках дапамагаў прасты сродак: калі малышу даць крыху папіць з бутэлькі або проста пасмактаць пустышку, ён як быццам пераключаецца на іншае і перастае ўпарціцца.

Пра фізіялагічны механізм гэтай з'явы мы даведліся зусім нядаўна, але карысталіся такім спосабам даволі часта. Мы, праўда, дбалі пра іншыя мэты, калі давалі соску дзіцяці (каб не шумела, іншым спаць не перашкаджала), а карысць атрымліваецца двайная.

Так ужо ў першыя тыдні ў нас бывалі цэлыя дні без мыцця пялёнак, і гэта стала не толькі вялікай палёгкай для мяне, але, галоўнае, выявілася вельмі карысным для немаўляці: яно не падмакае, скурка застаецца пастаянна сухой, нават падмываць яго даводзіцца вельмі рэдка. Пазней, калі малыш пачынае поўзаць і хадзіць, ён не заўсёды памятае пра тое, што трэба папраціцца. Відаць, у гэты час у яго жыцці з'яўляецца занадта многа момантаў, якія адцягваюць яго ўвагу: колькі цікавых рэчаў навокал, колькі спраў! Мы спачатку не разумелі гэтага і засмучаліся: ну вось, усё забыў. Выяўляецца, не, не забыў, проста цяпер яму, што называецца, не да таго. Мы стараліся заўважаць па паводзінах малыша або па пройдзеным часе, калі яму варта пасядзець на гаршчочку, і стараліся прадухіліць «бяду». І вельмі радаваліся, калі ўсё атрымлівалася як трэба, не скупіліся на пахвалу. Калі ж «бяды» ўсё-такі здаралася, мы, вядома, стараліся абыходзіцца без крыкаў і плескачоў. Паступова ўсё прыходзіла ў норму. Такім чынам і мокрыя штонікі асаблівай праблемай для нас не рабіліся, і зусім выключалася вялікая непрыем-

насць, якая мучыць часам дзяцей гадамі, — начное нетрыманне мачы.

Малышу ўжо ў першы месяц так не падабаецца быць мокрым, што ён прачынаецца і можа заплакаць нават на вуліцы, калі ляжыць загорнуты ў калясцы. Прывязём яго дадому, разгорнем, а на пялёнцы маленькая мокрая плямка. Гэта ён пачаў і... спалохаўся, што мокра атрымаецца. Затое цяпер над тазікам ён увесь свой запас вылье без затрымкі.

Калі мы расказваем пра гэта, нам не вераць, а калі ўпэўніваюцца, пытаюць: «Яму не баліць, не пашкодзіць?» І нам цяпер толькі смешна: няўжо ў лужыне ляжаць лепей і карысней, чым у мамы на каленях? І няўжо чалавечае дзіця дурней за кацянят ці шчанят, якіх з першых дзён можна прывучыць да парадку? Цяпер я так навучылася разумець малыша, што ўжо ў радзільным доме магла б сказаць, калі яго трэба «патрымаць над тазікам» — ён жа абавязкова дасць знак пра гэта: завалтузіцца, закрэчка, зморшчыцца — зразумейце толькі, дарослыя! А дарослыя разумеюць толькі тады, калі позна ўжо. І не разумеюць запар тыдзень, месяц, паўгода. А калі малыш скорыцца з «бесталковасцю» дарослых і пачне нарэшце пакорліва ўсё «рабіць пад сябе», тады пачынаюцца плескачы і ўсякае недавальненне. Самі прывучылі, а потым пачынаюць адвучваць — ну і логіка!

Як часта, на жаль, даводзіцца сустракацца з гэтай дзіўнай логікай дарослых. Не даюць, напрыклад, малышу ні падумаць, ні зрабіць па-свойму — усё вырашаюць і робяць за яго, а потым яго ж і лаюць: маўляў, бесталковы, лянiвы, абыякавы. Або, дапусцім, вучаць есці як мага болей, упіхваюць ежу ледзь не сілком, а потым не ведаюць, як суняць апетыт атлусцелага дзіцяці.

ЕН ГАЛОДНЫ!

Гэта адна з самых пашыраных памылак мацярэй-пачаткоўцаў, якім увесь час здаецца, што ў іх не хапае малака, што малютка недаядае, слаба прыбаўляе ў вазе, бледны, худы і г. д. і да т. п. І вось мамы і бабулі запасаюцца выратавальнай сумессю («Яна такая пажыўная! Яна такая зручная!»), і... вельмі хутка малыш мяняе родную маму на бутэлечку з соскай: з соскі цяг-

нуць лёгка — намагацца не трэба. Ды і маме самой нібыта лягчэй: бутэльку дала — і ніякіх турбот...

Ніякіх турбот? Да нас неяк прыехаў тата з двухгадовай дзяўчынкай, якая важыла 22 (!) кілаграмы, гэта значыць больш, чым трэба ваżyць сямігадоваму дзіцяці.

— Што цяпер рабіць? — пытаў ён прыгнечана. — Яна ні хадзіць, ні бегачь не хоча. Можа, «спартыўны комплекс» дапаможа?

— Як гэта ў вас атрымалася? — разгубіліся мы, убачыўшы ўпершыню такое звышукормленае дзіця.

— Самі не ведаем. Яна ў нас «штучніца». У маці малака не было, кармілі яе сумесямі, і вось...

Ці не адсюль з'яўляюцца трывожныя лічбы аб пастаянным росце працэнта атлусцелых дзяцей? У школах Харкава, напрыклад, гэты працэнт пераваліў у 1975 годзе за 14.

А чым пагражае атлусценне, уявіць сабе няцяжка: слабая супраціўляльнасць хваробам, малая рухомасць, слабае сэрца і... кпіны равеснікаў, сарамлівасць, няўпэўненасць у сабе... Не! Чым такія клопаты, лепей ужо маме з самага пачатку праявіць максімум настойлівасці, вынаходлівасці, цярплівасці і карміць малыша самой.

Вядома, не ўсё можа атрымацца адразу. У нас былі дні нікуды не вартыя, асабліва з першым, калі вопыту яшчэ не было і калі кожны плач здаваўся сігналам: «Хачу есці!» Справа ўскладнялася яшчэ тым, што мы жылі тады з дзвюма бабулямі і дзядулем, якія, зразумела, не маглі маўчаць, бачачы, як немаўля «цэлую гадзіну раве не перастаючы, а маці сядзіць як каменная». Вядома, калі крычыць дзіця, мінута можа здацца вечнасцю, так што можна дараваць бабулі яе міжвольнае перавелічэнне. Што да «каменнай» маці, то толькі я ведаю, як яно мне было, пакуль сядзела побач з заплаканым малышом, а з трох бакоў мне давалі парады. Дзядуля: «Трэба, каб ссаў грудзі. Няхай пакрычыць, але ссе з грудзей». Бабулі (наперабой): «Дай яму бутэльку, не муч дзіця!» Бацька: «Прыкладзі да другой грудзі, не бойся!» А мне хацелася толькі аднаго: «Адыдзіце вы ўсе, дайце мне самой разабрацца!» Але сказаць гэта ўголас я не адважвалася (зараз дык разумею: дарэмна не гаварыла), а ўжо ўначы давала волю слязам. Малако ад усяго гэтага і зусім пачало прападаць.

Так і стаў наш першынец «дзякуючы агульным намаганням» к пяці месяцам поўным «штучнікам».

З другім сынкам я пастаралася абысціся без дарадчыкаў: сама спрабавала і карміць часцей, і прыкладваць да адной і другой грудзі ў адно кармленне, а першыя дні нанач часам рыхтавала паўбутэлеккі малочнай сумесі або падсалоджанага каровінага малака, разведзенага папалам з вадой, каб не нервавацца з-за таго, што не хопіць малака. Гэта было, вядома, не лепшае выйсце, але яно зды мала непакой. Затое тыдні праз два ўсё прыходзіла ў норму, патрэбнасць у дакорме адпадала, малыш уволю наядаўся, а ў мяне прыбаўлялася малако, і карміла я сына да года. Так атрымалася і з усімі астатнімі дзеткамі, хаця кожны раз у радзільным доме даводзілася выслухоўваць безнадзейныя прадказанні: «Так, малака ў вас зусім няма, не, кепскія вашы справы!» Добра, што я ў гэтыя прадказанні ўжо не верыла.

ЦІ КАРМІЦЬ УНАЧЫ!

Пра гэта я не адважвалася б напісаць, калі б не кніга вядомага амерыканскага педыятра доктара Б. Спока. Ён напісаў аб тым, што амерыканскія ўрачы спачатку надзвычай перавялічвалі значэнне строгага рэжыму і амаль усякія непрыемнасці — аж да расстройства жывата — звязвалі з парушэннем рэжыму і вінавацілі ў гэтым бацькоў: не ў час паклалі спаць, не ў час пакармілі — вось і вынік.

Але ў Амерыцы знайшліся такія храбрыя тата і мама (абое вучоныя), якія пачалі выхоўваць сваю нованароджаную дачку, не прытрымліваючыся рэкамендванага рэжыму, але пры гэтым вельмі ўважліва запісвалі, які «рэжым» вызначала сама сабе малышка. Выявілася, што ў першыя месяцы жыцця яна кармілася даволі бязладна, але, увогуле, рабіла меншыя перапынкі ў кармленні, чым гэта звычайна патрабуецца, і толькі к тром-чатыром месяцам жыцця выйшла на рэкамендаваны інтэрвал — 3—3,5 гадзіны паміж кармленнямі. «Безрэжымнасць» выхавання ніякай шкоды ёй не прычыніла. Пасля апублікавання матэрыялаў аб гэтым даследаванні ўрачы перасталі патрабаваць строгага выканання рэжыму. І маці ўздыхнулі з палёгкай: бо дакладна прытрымлівацца рэжыму вельмі цяжка,

і таму ўвесь час адчуваеш сябе вінаватай у безлічы памылак.

У нас першыя непрыемнасці з рэжымам адбыліся, калі я паспрабавала наладзіць так званы «начны перапынак у кармленні» і ўначы не давала малышу грудзей. А ён абавязкова прачынаўся (дыятэз не даваў яму спакою), плакаў, прасіў есці. Вада з бутэлечкі з соскай яго не задавальняла. Засынаў ён, калі яго трымалі або насілі на руках, але тут жа ўсчынаў крык, як толькі яго зноў укладвалі ў свой ложкачак. І так з ночы ў ноч.

І вось, намучыўшыся ад пастаяннага недасыпання, я адважылася аднойчы на «злачынства»: ноччу пакарміла сыночка і... наступнай ноччу таксама пакарміла. З таго часу скончыліся нашы недасыпанні. І з усімі астатнімі дзеткамі мне не давалося больш «ваяваць» па начах.

А ў дзённы час я, яшчэ не ведаючы нічога пра доктара Б. Спока і яго кнігу, сама наладзіла вельмі гібкі рэжым і ў ядзе, і ў сне: час кармлення мог зрушвацца на гадзіну і больш. Калі дзіця спала, я яго ніколі не будзіла для «чарговага» кармлення, а калі не хацела спаць, сілаю не ўкладвала.

ВУЧЫМСЯ РАЗУМЕЦЬ ДЗІЦЯ

Напачатку, вядома, было цяжка навучыцца вызначыць, што патрабуецца дзіцяці. Выявілася, плакаць яно можа ад мноства прычын: падмокла або вась-вось падмокне, нязручна ляжыць, пучыць живоцік, наглыталася паветра пры ядзе, недзе муляе пялёнка, замінае соска, хоча спаць, піць або, нарэшце, хоча есці. І калі кожны раз, як толькі яно заплача, даваць грудзі, можна чалавека зусім збіць з тропу. З цягам часу я навучылася адрозніваць інтанацыі плачу, а па міміцы, па рухах сынака адгадаць яго патрэбы. Праўда, пры гэтым давалося запасціся цяроплівасцю, затое месяцы за тры мы ўжо няблага навучыліся разумець адно аднаго. А з наступным ужо было прасцей, хача кожны малых меў свой характар і да кожнага даводзілася прыладжвацца нанова.

З цягам часу мы зразумелі, што пры ўсіх цяжкіх сітуацыях перш за ўсё трэба сказаць сабе: «Толькі без панікі» — і пастарацца супакоіцца. А потым паспраба-

ваць і так і іначай. І назіраць, назіраць, назіраць — не шкадаваць на гэта часу (і запісваць назіранні), вучыцца разумець немаўля, сябе, адно аднаго і навакольных, абавязкова і навакольных — пра гэта гаворка яшчэ наперадзе.

Паступова мы вучыліся галоўнаму — падыходзіць да дзіцяці без прадуманых мерак і ўяўленняў, з жаданнем разабрацца ў магчымасцях, патрэбнасцях, асаблівасцях самога малыша. Вядома, не заўсёды гэта атрымлівалася, вядома, мы часцяком збіваліся на прывычныя метады, заснаваныя на прынце: дарослы ведае і можа ўсё, дзіця — нічога. Але мы вельмі стараліся разумець малышоў і вучыцца ў іх. І нас чакалі на гэтым шляху многія радасці і... сапраўдныя адкрыцці.

Б. П.: Чамусьці лічыцца: каб дзіця расло здаровым, яго трэба галоўным чынам ад усяго засцерагаць — ад прастуд, ад інфекцый, ад падзенняў і ўдараў, ад небяспек — перш за ўсё берагчы! Але гэта азначае не рыхтаваць яго да перамен надвор'я і да розных ваганняў і перападаў тэмператур, не павышаць ахоўныя сілы арганізма (неспецыфічны імунітэт), не вучыць падаць без удараў і г. д., гэта значыць не рыхтаваць да таго, што абавязкова сустрэнецца ў жыцці.

А мы з самага пачатку думалі інакш: здароўе трэба ўмацаваць — рабіць арганізм дзіцяці фізічна развітым, вынослівым, неўспрымальным да хвароб, загартаваным ва ўсіх адносінах, каб малыш не баяўся ні спёкі і ні холаду. Але як гэтага дамагчыся, мы не ведалі і, напэўна, доўга не адважваліся б на сур'ёзнае загартоўванне, калі б не... дыятэз. Як гаворыцца, не было б шчасця, ды няшчасце дапамагло. Бо дыятэз з'яўляецца сігналам таго, што арганізм схільны да хвароб, асабліва прастудных. А мы дзякуючы дыятэзу, наадварот, выратаваліся ад прастуд, умацавалі здароўе дзітвы.

Л. А.: А справа была так. Дыятэз асабліва моцна мучыў нашага першынца. Тварык у яго часам ператвараўся ў суцэльную балячку. Дзе мы з ім толькі ў першы год не пабылі, якіх толькі сродкаў не пераспрабавалі: мазі і прымочки, кварц і пераліванне крыві, купанне ў розных адварах, лекі ўнутр, строгая дыета, але... рашучага зруху так і не дабіліся...

Мы тады жылі ў толькі што пабудаваным зборным шчытавым доміку, яшчэ дрэнна ўцэпленым. Тэмпература ў пакоях магла вагацца ад плюс 10—12 градусаў (зранку, пакуль у печцы не запалена) да плюс 25 градусаў (пад вечар). Я тады засмучалася, думала, што для малыша гэта вельмі шкодна, і марыла аб цёплай кватэры. Аднак і тут выявілася — няма таго благога, што не выйшла б на добрае. Мы даволі хутка заўважылі: з раніцы, пакуль не запалена ў печы і ў доме халаднавата, малышу намнога лягчэй — чырвоныя плямы на скуры бялеюць, сверб спыняецца. Малыш вясёлы, энергічны, многа і ахвотна рухаецца, самастойна забаўляецца. Але варта яго апануць цяплей або моцна напаліць у печы, як яму адразу робіцца горш: сверб мучыць малыша, ён робіцца плаксiвы, вялы, капрызiць і літаральна не сходзіць з рук, патрабуючы ўвагі і забаўляння.

І вось аднойчы вечарам, зімой, стараючыся неяк суняць сверб у заплаканага сынка, я выйшла з ім на хвіліну ў тамбур, перад дзвярамі на вуліцу. Сама я паспела за гэту хвіліну злёгка азябнуць, а ён — у адной распашонцы — хутка супакоіўся, нават развесяліўся. З гэтага і пачалося наша міжвольнае «загартоўванне». Як толькі ён пачынаў раздзіраць свае балячкі, мы — у халаднаваты тамбур або на зашклёную тэрасу, а аднойчы ў сонечны лютаўскі дзянёк асмеліліся выскачыць і на вуліцу. Прыгравала па-вясенняму ўжо, зіхацеў снег, ззяла блакітнае неба. Сынok у захапленні скакаў у мяне на руках, і мы самі пацяшаліся, гледзячы на малыша. Але было ўсё-такі, вядома, страшнавата: а раптам прастудзіцца, захварэе? Праз паўмінуты мы вярнуліся дамоў, а сынok пацягнуў ручкі да дзвярэй — яшчэ, маўляў, хачу! Але мы ўсё-такі вырашылі пачакаць да заўтра. А на наступны дзень мы ўжо «гулялі» такім чынам двойчы — таксама прыкладна па паўмінуткі. І праз тыдзень ад нашых асцярог ужо нічога не засталася: сын адчуваў сябе цудоўна. Яму было тады ўсяго восем месяцаў. А ў паўтара года сынok ужо сам выбягаў басанож на снег і нават нас цягнуў за сабой.

Расхрабрыліся і мы. Пачалі ўсё часцей карыстацца гэтымі «снежнымі працэдурамі»: прабяжышся па снезе,

ды яшчэ ў сумёт па калена ўлезеш, разатрэш потым дасуха ногі — ступні гараць, а ў мышцах адчуванне як пасля добрага масажу. А галоўнае, мы набывалі ўпэўненасць, што ўсё гэта не страшна, што гэта карысна. І ўсё было б добра, калі б не жахлівыя прароцтвы, якія з усіх бакоў абрушваліся на нас: «Запаленне лёгкіх забяспечана!», «Хранічны бронхіт і насмарк будуць абавязкова!», «Рэўматызму не пазбегнуць!», «Вушы дзіцёнку прастудзіце — аглухне!».

Але ўсе гэтыя прароцтвы не спраўджваліся. Таму з другім сынам мы былі ўжо смялейшыя — з самага пачатку не хуталі яго, давалі пабыць голенькім і дома, і на вуліцы, пусцілі ў адных трусіках поўзаць па падлозе, хадзіць па зямлі ў двары. А калі сыны сталі старэйшымі, нават нас здзіўляла, як ахвотна і падоўгу, скінуўшы абрыдлыя за зіму курткі, без шапак і рукавіц брацікі могуць валтузіцца ў сакавіцкім падталым снезе, прасякаючы каналы, узводзячы плаціны. Пры гэтым, бывала, нават прамоклыя ногі іх не бянтэжылі. Загуляўшыся, яны не заўсёды ўспаміналі аб тым, што трэба змяніць абутак. І ўсё абыходзілася без непрыемных вынікаў.

Вы спытаеце: няўжо нам зусім не было страшна за дзяцей? Было, вядома, асабліва спачатку, калі мы шмат чаго не ведалі. Нас тады падтрымлівала інтуітыўная ўпэўненасць у тым, што калі дзіцяці халадок прыемны, то гэта не можа быць небяспечна або шкодна. Мы тады не ведалі, наколькі можа быць моцны чалавечы арганізм нават у самых маленькіх, не ведалі, што слабым яго робіць не прырода, а ўмовы жыцця, у якія ён трапляе.

ЯК БЫЛО РАНЕЙ

Б. П.: Неяк у адной з брашур вядомага спецыяліста па загартоўванню прафесара І. М. Саркізава-Серазіні мы ўбачылі спасылкі на кнігу Я. А. Пакроўскага «Физическое воспитание у разных народов» (1884). Мы яе раздабылі — вось калі нам прыйшлося па-сапраўднаму ўразіцца! Як і ўсім цывілізаваным людзям, нованароджаны ўяўляецца нам надзвычай далікатнай, непрыстасаванай істотай, якая па-за стэрэтыпічнымі ўмовамі сучаснай бальніцы не пражыве і дня. А выявілася, што гэта не так. У якіх разнастайных умовах з'яўляліся на

свет дзеці, якіх толькі сюрпрызаў не падносілі ім звычайнай зямлі!

У фінаў і рускіх, напрыклад, дзіця нараджалася (і жыло затым цэлы тыдзень) у лазні, дзе тэмпература магла быць плюс 50 градусаў. Лічылася, што ў такой гарачыні, дзе ўсе тканкі цела робяцца мяккімі, вельмі лёгка праходзяць роды. А тунгускі, напрыклад, нярэдка нараджалі дзяцей у час перакачоўвання, пад адкрытым небам і пры саракаградусным марозе. У іх нараджэнне дзіцяці наогул не лічылася падзеяй, а простым фізіялагічным актам, да яго таму не рыхтаваліся, і часта ніхто не дапамагаў маці пры родах.

Нованароджаны вытрымліваў і спёку, і люты холад. Дыяпазон тэмператур — 90 градусаў.

А пасля нараджэння? У адных народнасцей быў звычай акунаць дзяцей у палонку, у другіх абціраць снегам ці абсыпаць... соллю. Дзіця вытрымлівала ўсё.

Тут мы ўспомнілі і пра тыя выпадкі, калі дзеці выжывалі нават у бярозе звяроў. Якія ж вялікія павінны быць прыстасавальныя магчымасці толькі што народжанага чалавека, калі ён мог выносіць усё гэта, якімі ж надзейнымі ахоўнымі «механізмамі» забяспечвае нованароджанага прырода! Узяць хоць бы адны тэмпературныя ўмовы: у лазні тэмпература на 20 градусаў вышэйшая, чым у матчыным целе, а зімой на марозе на 70—80 градусаў ніжэйшая! Але ж звычайныя дзённыя перапады ляжаць у межах 5—10 і рэдка 20—30 градусаў. Значыць, арганізм можа перакрываць іх з запасам у 2—3 разы.

Кібернетыкі знайшлі ўжо сакрэт гэтай недаступнай для машын надзейнасці чалавечага арганізма і назвалі яго «прынцыпам функцыянальнага лішку». Іменна ён ляжыць у аснове надзейнасці ўсіх арганізмаў. Напрыклад, самая вялікая наша артэрыя — аорта — вытрымлівае ціск у 20 атмасфер, хаця сэрца нават у гіпертоніка не можа стварыць ціск большы за 0,3 атмасферы. Або колькасць трамбіну (рэчыва, патрэбнага для згуствання крыві, каб рана закрывалася згусткам) у 70 разоў большая, чым трэба. Гэткі ж велізарны «запас трываласці» арганізм мае і ў іншых адносінах.

Але куды ж дзяваецца гэта трываласць і надзейнасць у нашага сучасніка? Чаму ён, толькі нарадзіўшыся, хварэе ў пяць разоў часцей за дарослага? І якраз ад тых жа перападаў тэмператур, ды яшчэ зусім нязначных?

Справа ў тым, што за мільёны гадоў удасканалвання жывых арганізмаў, апрача «прынцыпу функцыянальнага лішку», усталяваўся і другі, не меней важны для мэтазгоднай зменлівасці, прыстасавальнасці арганізма — «закон згортвання функцый за непатрэбнасцю». Што гэта такое? Вельмі добра яго прадэманстравалі першыя працяглыя палёты ў космас. Спецыяльна падрыхтаваныя, моцныя, натрэніраваныя касманаўты траплялі на цэлы месяц ва ўмовы бязважкасці. Рэзкія рухі там былі не патрэбны, нават небяспечны. Людзям даводзілася рабіцца асцярожнымі, ледзьве варушыць рукамі і нагамі і амаль не напружваць мышцы. Усяго адзін месяц прабылі яны ў бязважкасці, але, вярнуўшыся на Зямлю і выбраўшыся з люка карабля, яны... не маглі нават устаць.

— Як у цэнтрыфузе, — гаварылі яны, — зямля так прыцягвае, што не ўстанеш.

І на працягу месяца або паўтара ім давялося «вучыцца хадзіць», як на першым годзе жыцця, таму што трэба было не толькі вярнуць былую сілу ўсім мышцам, але і аднавіць работу вестыбулярнага апарату. Орган раўнавагі таксама, аказваецца, быў там не патрэбны — бо ў палёце знікалі «верх» і «ніз».

Той жа вынік атрымалі і ў доследзе з «маржамі» — людзьмі, якія купаліся ў палонцы. На працягу паўтара месяца іх бесперапынна трымалі ў тэрмакамафортных умовах: у пакоі тэмпература падтрымлівалася ў межах плюс 27—28 градусаў, а вада пры купанні — плюс 34 градусы. І ўся загартоўка знікала — яны маглі прастудзіцца, стоячы каля адкрытай фортачкі.

Але гэтакі ж лёс спасцігае і нованароджанага, калі пасля нараджэння яго змясціць у стэрыльныя ўмовы, у тэрмастат (пастаянная тэмпература), у цесныя пуці пялёнак, тады ён і прыстасоўваецца іменна да гэтых умоў. Ніякіх ваганняў тэмпературы — і, значыць, ніякія прыродныя «механізмы» тэрмарэгулявання ні раз у не ўключаюцца ў работу. І дзень, і тыдзень, і месяц, і... паступова адміраюць за непатрэбнасцю! І значыць, праз месяц дзіця робіцца бездапаможным перад любым скразнячком. Ці не адсюль гэтыя грозныя лічбы: да года дзіця хварэе ў пяць разоў часцей за дарослага, прычым амаль 90 працэнтаў хвароб складаюць прастудныя захворванні?

Відаць, невыпадкова ў многіх старажытных народаў

нованароджаных абціралі снегам або хрысцілі ў палонцы. Гэтым адразу пускаліся ў ход усе «механізмы» тэрмарэгулявання, прычым у самым суровым рэжыме. Ды і далей дзяцей зусім не песцілі, не ўхувалі, як зараз. На рысунках у кнізе Пакроўскага мы ўбачылі зусім голых дзетак побач з апранутымі ў футры дарослымі. Успомнілі: мастакі мінулых стагоддзяў рысавалі мадон заўсёды з аголенымі хлопчыкамі на руках. Не, невыпадкава ўсё гэта! Відаць, так рыхтавалі людзі дзяцей да суровых умоў жыцця, умацоўваючы і развіваючы ахоўныя сілы арганізма.

ХОЛАД — СЯБАР

Але ж і цяпер пра карысць загартоўкі ведаюць усе, пра спосабы загартоўвання можна прачытаць у любой брашуры. Чаму ж так многа на вуліцах перахутаных дзяцей, чаму так неахвотна бацькі карыстаюцца парадамі ўрача аб загартоўванні? Думаем, што адна з прычын гэтага (і немалаважная, калі ўлічыць занятасць маці і дэфіцыт нянь і бабуль) заключаецца ў складанасці і працаёмкасці рэкамендуемых працэдур загартоўкі. Вось так, напрыклад, варта праводзіць вільготнае абціранне. Трэба нагрэць вадку, змераць тэмпературу, каб не памыліцца: «Тэмпература вадкі павінна быць спачатку 32—33 °С, затым паступова, з інтэрвалам у 5—7 дзён, тэмпературу вадкі зніжаюць на 1 °С і даводзяць яе да 30 °С. Рукавіцай з махнатай матэрыі, змочанай у вадзе і адціснутай, абціраюць спачатку рукі, затым грудзі і жывот, спіну, ягадзіцы, ногі дзіцяці. Адразу ж выціраюць змочаную частку цела махнатым ручніком да лёгкага пачырванення скуры». Прычым гэта ўсё трэба рабіць мінімум двум дарослым, таму што «ўсё цела, апроча абціраемай часткі, павінна быць пад коўдрай» (Студеникин М. Я. Книга о здоровье детей.— М., 1986.— С. 103, 102).

І так трэба рабіць сістэматычна, штодня сочачы за тэмпературай — з дакладнасцю да градуса, за часам — з дакладнасцю да мінуты. А яшчэ ж паветраныя ванны, купанне. А калі дзіця не адно, трэба яшчэ і ўзрост улічваць: кожнаму свае градусы і мінуты. Пра эфектыўнасць такіх працэдур для загартоўвання бацькам бывае цяжка меркаваць хоць бы таму, што давесці іх да

жаданага выніку не ўдаецца: або з-за недахопу часу бацькі спыняюцца на паўдарозе, або дзіця паспявае захварэць раней, чым загартуецца. Вось і атрымліваецца: прасцей захутаць малыша — і справе канец. Так у асноўным многія і робяць, стараючыся проста ўберагчы малышоў ад усякіх перамен надвор'я, тым самым проста-такі падрыхтоўваючы іх да таго, каб да іх, што называецца, ліплі ўсе хваробы.

Што ж атрымліваецца ў нас? Мы таксама не мелі магчымасці праводзіць загартуванне «паводле ўсіх правіл». Але так ужо выйшла, што мы са сваім першынцам некалькі месяцаў пражылі на адкрытай тэрасе. Мянязь пялёнкі даводзілася па некалькі разоў і ўначы. А летнія ночы бываюць даволі халаднаватыя... Разгорнем, бывала, дзіцятка, а ад яго пара. Нас усе палохалі прастудамі, мы і самі пабойваліся гэтага, але малыш не хварэў. Тады мы не надалі гэтаму значэння, але калі пачалася наша вайна з дыятэзам, мы ўспомнілі і пра тыя халодныя летнія ночы. Малыш лёгка вытрымліваў розніцу тэмператур у 15—20 градусаў! А калі пачалі яго, голенькага, выносіць з цёплага пакоя (плюс 25 градусаў) на марозік (да мінус 10 градусаў), ён цудоўна адчуваў сябе і пры амаль імгненых перападах тэмператур у 30—35 градусаў!

Але ж гэты спосаб быць здаровым вядомы на Русі спакон веку: з лазні — у снег або ў палонку, а потым зноў у лазню. І так па некалькі разоў! Дык што ж і нам баяцца, супакоіліся мы.

Л. А.: Калі ў нас нарадзілася дачка, многія гаварылі нам:

— Ну ўжо з дзяўчынкай вы так абыходзіцца не будзеце!

— Чаму? — здзівіліся мы.— Хіба дзяўчынцы не трэба быць здаровай і дужай? І ў першы ж дзень пасля тыднёвага знаходжання дачкі ў камфорце радзільнага дома я наладзіла ёй у час першага ж дамашняга кармлення паветраную ванну — мінут на трыццаць.

КАРМЛЕННЕ ПЛЮС...

З таго часу так у нас і павялося: кожнае кармленне суправаджалася працэдурамі для загартуўкі. Вось як гэта было. Я сцялю на канапе пялёначку, кладу дачку — яна без чэпчыка, у адной распашонцы — і кладу-

ся побач з ёю ўпоперак шырокай канапы. Нехта з дзяўчатак клапатліва падсоўвае мне пад галаву падушку. Якая асалода! Калісьці і мучылася ж я, спрабуючы карміць седзячы, «як належыць»: абедзве рукі занятыя, спіна стамляецца, нагам нязручна, ды і малышу (спавітаму, сціснутаму) нязручна — і мне, і яму радасці было мала. І вось неяк, стомленая, прыйшла я з работы і паспрабавала карміць напаўлежачы. Здзівілася, як добра: сама адпачываю, і дзіцяці зручна.

З таго часу кармленне зрабілася для мяне і для малышкі хвілінамі адпачынку, асалоды, узаемаадносін і нават часам «працэдур» для гігіены і загартоўкі. Вось ляжыць, прыціснуўшыся да мяне бачком, маленькі чалавечак, ссе, сапе, прыцмоквае. А я ў гэты час магу паціхеньку яго прыласкаць, пагладзіць, прасунуць свой палец яму ў кулачок — няхай хапае мацней, магу спець што-небудзь ласкавае, пяшчотнае, чым гэта не ўзаемаадносіны? Малышы вельмі любяць гэтыя хвілінкі. Памятаецца, як горка плакала аднойчы наша сямімесячная дачушка, калі я, прыйшоўшы з работы, пачала карміць яе, а сама ўткнулася ў кніжку, нават не пагаварыўшы, не пазабаўляўшыся з ёю. Яна нават ссаць адмовілася, пакрыўдзілася, хаця есці вельмі хацела. Для мяне гэта стала ўрокам на ўсё жыццё: з таго часу мы ведалі, што час кармлення патрэбны малышу не толькі для харчавання. Праўда, у самыя першыя дні гэтыя хвіліны звычайна бываюць звязаны з лячэннем. Вось дачка ссе, а я свабоднай рукой асцярожна разгладжваю ёй складачкі на шыйцы, на ручцы і... дзьму на іх. Проста на вачах бялеюць плямы патніцы, з якой малышка з'явілася з радзільнага дома. І я ўжо ведаю, што і з прэласцямі за два-тры дні справімся без усякіх мазей і прысыпак: проста за час кармлення паветра іх высушыць, і ўсё хутка пойдзе на папраўку. Ды і потым не спатрэбяцца нам прысыпкі і мазі, таму што скурка будзе сухая і чыстая. А якая эканомія часу — бо на ўсё гэтыя «працэдур» для гігіены і загартоўкі» не даводзіцца траціць ні мінуты дадатковага часу.

Тут жа дачка прымае і «паветраныя ванны» — бо яна ў адной распашонцы. За шэсць-сем кармленняў такіх «ваннаў» набіраецца гадзіны на паўтары-дзве ў першы ж дзень. А пазней, тыдні праз два-тры, пасля кожнага кармлення яна яшчэ і «гуляе», часцей за ўсё зусім голенькая. Гэта яшчэ гадзіна-дзве, увогуле выходзіць гадзіны тры ў дзень па 20—30 мінут за «сеанс». Працягласць «сеансаў» залежыць толькі ад самаадчування малышкі: калі падабаецца, ляжы на здароўе. Але вось яна завалтузілася, састроіла плаксівую грываску, нават пачала пахныкваць — я бяру яе, трымаю над тазікам, пакуль яна ўсё, што трэба, не зробіць, а потым загортваю для сну: распашонка, падгузак, вялікая пялёначка і цёплая пялёнка на ножкі, якія я абавязкова саграваю далонню. Калі яны застануцца халоднымі, то спаць малышка будзе неспакойна, яна можа лёгка падмокнуць (асабліва гэтым вызначаюцца чамусьці хлопчыкі).

Так з першага дня знаходжання ў доме, а ў цёплы час і на вуліцы: пакуль малыш не спіць, ён або голенькі, або ў распашонцы, або (старэйшы) у трусіках. Пры гэтым тэмпература ў пакоі або на вуліцы можа вагацца прыблізна ад плюс 15 да плюс 25 градусаў, а ў залежнасці ад тэмпературы змяняецца і працягласць «паветраных ваннаў». Калі холадна, малыш хутчэй «пазрабуе» загортвання, а прыемна — з задавальненнем матляе ручкамі і ножкамі, пакуль не захоча спаць.

Б. П.: Памятаем, спачатку нас вельмі здзіўляла: ручкі і ножкі халодныя, пятачкі нават сіняватыя зрабяцца, а малышу хоць бы што! Ляжыць сабе вяселенькі, і ўсё. Толькі потым мы даведаліся, што халодных пятачак баяцца не трэба. Гэта проста знешняя праява адаптацыйных рэакцый на холад. Пры гэтым зніжаецца розніца тэмператур паміж скурай і паветрам і рэзка скарачаецца аддача цяпла. А пачашчэнне пульсу і павышэнне тонусу мышцаў павялічвае ўтварэнне цяпла і аднаўляе цеплавы баланс арганізма. І ўсё гэта, аказваецца, вельмі патрэбна для немаўляці: халадок бадзёрыць і робіць рухі прыемнымі, а без адзежы і пялёнак рухацца лёгка, нішто не замінае. Дзіця лягчэй і хутчэй асвойвае розныя рухі, раней пачынае садзіцца, уставаць, поўзаць. Гэта ў сваю чаргу прыво-

дзіць да яшчэ большых ваганняў тэмператур: у сне пад пялёнкай або коўдрачкай яму цёпла (33—34 градусы па Цэльсію), а працнецца — разгорнуць, і яно адразу трапляе ў пакаёвую тэмпературу (18—25 градусаў па Цэльсію) — атрымліваецца перапад (10—12 градусаў). А калі яго пусцілі поўзаць па падлозе (10—12 градусаў па Цэльсію), перапад яшчэ большы. І так многа разоў у дзень.

Да гэтага дадаваліся яшчэ і розныя «водныя працэдуры»: мы ўмывалі, а ў выпадку патрэбнасці і падмывалі малышку, не падаграваючы вадку — з-пад крана, але не проста пад струменем, а з далоні, набраўшы вадку ў жменю. У першы раз малыш мог злёгка ўздрыгнуць, а на другі-трэці дзень прывыкаў ужо і не выяўляў незадаволенасці, нават калі вада была халаднейшая, чым звычайна.

І НА СОНЕЙКА!

Першае дзіця наша нарадзілася ў пачатку лета. Стаялі цёплыя чэрвеньскія дні. Мы рыхтаваліся да будаўніцтва будучага свайго шчытавога дома і шмат часу праводзілі на ўчастку, расчышчаючы месца для закладкі падмурка. Мы працавалі, а сыноч часцяком быў побач — ляжаў у ложкачку або на коўдры, разасланай пад яблыняй. Мы тады яго надоўга не разгортвалі: яшчэ не ведалі, што гэта можна і трэба рабіць. Але часам усё-такі не ўтрымліваліся — надта ж ласкава грэла сонейка! — і пераносілі яго на некалькі мінут з-пад дрэва на адкрытае месца. Ён гэта прымаў як належнае і ніякага непакою ў нас не выклікаў. Непакоіліся толькі бабулі. А мы тады яшчэ не чыталі папулярных брашур і не ведалі, што ні ў якім выпадку нельга дапускаць дзеяння на дзіцятка прамых сонечных прамянёў. Потым вычыталі ў нейкім папулярным артыкуле, як лісіца выносіць з нары сваіх маленькіх яшчэ лісянят на сонейка, і паказалі артыкул бабулі.

— Гэтага яшчэ не хапала, — абурывалася яна, — дзіця з лісянём параўноўваць!

А нам гэта супастаўленне здавалася пераканаўчым — тым больш што ніякіх кепскіх вынікаў у сыночка мы не выяўлялі: ён і спаў, і еў, і з усімі іншымі сваімі абавязкамі спраўляўся выдатна.

Так мы рабілі і з іншымі сваімі дзецьмі — з першых дзён жыцця. Звычайна хто-небудзь з нас, дарослых або

старэйшых дзяцей, усаджваўся на стул, на калені слаў пялёнку, а на яе ўкладваў малыша. Галоўку мы прыкрывалі ражком пялёнкі, а цельца паварочвалі то адным бокам да сонейка, то другім, то живоцікам, то спінкай. Увогуле пачыналі з 5—6 мінут, а прыкладна праз месяц маглі так загараць і 10, і 20, і 30 мінут — паводле на-строю малыша і надвор'я. У трохмесячнага ўжо добра быў прыкметны загар, і ў 4 месяцы ён лёгка праводзіў з намі час-паўтара, загараючы на беразе Клязьмы, на няяркім падмаскоўным сонцы.

Калі нашай дачцэ не было яшчэ і года, а старэйшаму споўнілася ўсяго чатыры, мы ездзілі з усімі трыма малышамі на поўдзень і пражылі на беразе Чорнага мора ў палатцы каля месяца. Цэлыя дні мы праводзілі то на пляжы, то ў моры, то на пясочку каля палаткі (у ёй днём было вельмі душна), то на вуліцах Феадосіі. Мы, дарослыя, падчас знемагалі ад спякоты і намагаліся адпачыць дзе-небудзь у цені, а на малышоў сонца як быццам бы і не дзейнічала: яны нават панамкі насілі толькі першыя дні, а потым, на наша здзіўленне, зусім абыходзіліся без іх — выявілася, што валасы дастаткова добра ахоўваюць галаву ад сонца.

Праз некалькі гадоў, у час нашага чарговага падарожжа, цяпер ужо на Каўказ, мы ўбачылі ў Кабардзіна-Балкарыі такую карціну. Праз аул у горнай цясніне пракладзены вузенькі арык. І каля гэтага ручайка ў спякотны ліпеньскі поўдзень кіпіць жыццё: качаняты, гусі, козы, дзятва ўсіх дашкольных узростаў. Адзетыя ў сарочкі або ў адны трусікі, часцей басанож, але з пышнымі шавялюрамі, яны ўражвалі нас тым, што не звярталі ніякай увагі на пякучыя прамяні горнага сонца. Не толькі ў вялікіх, але і ў аднагадовых малышоў, якія крочылі яшчэ перавальваючыся і трымаліся за руку старэйшай сястрычкі ці брата, скура была ўжо зусім роўнага шакаладнага колеру. Міжволі ўзнікала пытанне: калі тут не баяцца сонечных прамянёў, то чаму ж нам іх баяцца? Сонца ў нас не такое шчодрое, значыць, тым больш яго трэба выкарыстоўваць як мага лепш. З таго часу адзіным крытэрыем працягласці сонечных ваннаў для нас было, як і ва ўсім іншым, толькі сама адчуванне малыша. І нам ні разу не давялося аб гэтым пашкадаваць.

Вось так у нас атрымлівалася: жыццё ставіла перад намі нейкую праблему (дзе ўзяць час? Як пазбавіцца ад дыятэзу? Як папярэдзіць хваробы? і да т. п.) і штурхала нас на пошукі выйсця, і выйсце гэта не заўсёды супадала з агульнапрынятым і традыцыйным. Мы ішлі спачатку навоабмацак, а таму вельмі асцярожна, затым — назапашваючы вопыт — усё больш усвядомлена, а таму і смялей. Так мы далі нашым малышам задавальненне адчуваць самыя розныя натуральныя ўздзеянні навакольнага асяроддзя: і перапад тэмператур, і прамыя сонечныя прамяні, і ветрык, і халаднаваты дожджык або сапраўдны летні лівень...

Л. А.: ...Пачыналася ўсё з простага: ляжыць побач са мной дачка і не падазрае, што яе халаднаваты бачок і халодныя пятакі — гэта сур'ёзныя прафілактычныя меры для прадухілення многіх-многіх бед. І так з дня ў дзень, з месяца ў месяц. І жывём мы з дачкой, як і з астатнімі дзеткамі, у шчаслівай упэўненасці, што ніякія прастуды нам не страшныя. Ногі прамачылі? Нічога — вытрам, і ўсё. Скразняк? Няхай, ён нам таксама не страшны. Навошта ледзяшы грызці? Дык яны ж смачныя! Па снезе басанож? Але ж гэта толькі прыемна!

І тут вось што важна: упэўненасць, у сваю чаргу, робіцца добрым сродкам для папярэджання хваробы. Пра гэта мы толькі здагадваліся, але па-сапраўднаму даведаліся таксама зусім нядаўна: адзін урач, спецыяліст па аўтатрэнінгу, растлумачыў нам, што здароўе чалавека і яго здольнасць супраціўляцца хваробам залежаць і ад настрою, ад упэўненасці ў тым, што ён не захварэе. Нярэдка хваравіты стан бывае ўяўным або пагаршаецца толькі з-за таго, што чалавек у гэтым пераконвае сам сябе. А дзеці значна мацней паддаюцца ўнушэнню, чым дарослыя.

І не падазраюць многія любячыя мамы і бабулі, што сваімі страхамі і вечнай бояззю («Не бяжы — упадзеш! Не лезь у лужыну — ногі прамочыш! Не пі халодную вадку — захварэеш! Зачыні фортачку — прастудзішся!» і да т. п.) яны толькі прывучаюць малышоў да думкі, што хвароб не мінуць. Тыя, зразумела, і не мінуюць. Атрымліваецца заганны круг: абераганне — ухутванне — спешчванне — хвароба — страх —

яшчэ больш стараннае абераганне і гэтак далей, аж да ўнушэння самому дзіцяці, што яно хваравітае і кволае. А яно можа быць здаровым і дужым, толькі... дазвольце яму гэта і паверце самі, што гэта магчыма.

Да нас часта прыязджаюць таты і мамы са сваімі малымі. Пакуль мы, дарослыя, размаўляем, дзеткі даволі хутка асвойваюцца ў нашым «спартыўным пакоі»: віснучы на кольцах, куляюцца на вялікім матрасе, спрабуюць узлезці на шост. Ім неўзабаве робіцца гарача ў шарсцяных касцюмчыках і калготках, і яны, гледзячы на нашых дзяцей, памаленьку сцягваюць з сябе адну адзежу за другой і, адчуваючы асалоду ад лёгкасці, свабоды і прыемнага халадку, усё больш уцягваюцца ў агульную гульню. Здаралася нават, што хто-небудзь, узбуджаны валтузнёй, выскакваў (распрануты!) следам за нашымі проста на мароз. Бацькі, даведаўшыся пра гэта, ледзьве не млелі, а дзіцяці хоць бы што. Вось што значыць упэўненасць: я магу, я не захварэю!

Чым раней сонца ўсходзіць,
тым вышэй яно падымаецца
да зеніту.

Усходняя мудрасць



ФІЗКУЛЬТУРА З ПЯЛЁНАК І... НАВАТ РАНЕЙ

Б. П.: Усё, пра што мы расказалі вышэй, датычыць самых надзённых праблем першага года жыцця дзіцяці. Кармленне, догляд, загартоўванне — міма гэтага не пройдзе ні адна сям'я, таму што гэта звязана са здароўем і самім існаваннем малыша. Праблемы гэтыя нельга не вырашаць, і, на жаль, на вырашэнне іх выдаткуецца ў асноўным увесь час маці і бацькі ў першы год жыцця дзіцяці.

Але ёсць і іншыя праблемы, на якія, на жаль, мала звяртаюць увагі, якія адкладваюць «на потым», таму што «малы яшчэ, няхай спачатку падрасце». Гэта праблемы фізічнага, разумовага і маральнага развіцця малышоў у першы год жыцця. Так, так, іменна тады.

Праўда, яны робяцца адчувальнымі для бацькоў пазней — праз два-тры гады, але тады ж высвятляецца: штосьці зроблена ўжо не так і трэба перарабляць або наганяць упушчанае. Усе ведаюць, напрыклад, што малыш у першы год к пэўнаму тэрміну павінен навучыцца сядзець, стаяць, поўзаць, хадзіць. Яму дапамагаюць у гэтым, непакоюцца, калі ён дрэнна ўмее рабіць тое, што «належыць», але ў той жа час нярэдка робяць усё, каб ён рухаўся як мага меней: перахутваюць, надзяваюць нязручны абутак з нягнуткай падэшвай, падоўгу трымаюць у ложку або манежы, а на вуліцы скрозь возяць у калясцы, не даючы самому дзіцяці — нават летам! — і кроку лішняга ступіць. Спакойны малыш радуе («Ніякіх з ім турбот»), жвавы лічыцца бедствам («І хвілінкі не дасць пасядзець!»). Пры гэтым

натуральная патрэбнасць дзіцяці ў актыўным руху не толькі не задавальняецца, не развіваецца, але, наадварот, як бы прытупляецца, сыходзіць на нішто. Да таго ж чамусьці на першым годзе жыцця сочаць галоўным чынам толькі за ростам і вагой і толькі паводле іх мяркуюць аб узроўні фізічнага развіцця дзіцяці. І зусім не звяртаюць увагі на сілу яго мышцаў, на жвавасць, спрыт, каардынацыю рухаў. Калі пазней, ужо ў школе, выяўляецца плоскаступнёвасць, скрыўленне пазваночніка, агульная мышачная слабасць, атлусценне, слабае сэрца і іншыя непрыемнасці — вось тады бацькі пачынаюць непакоіцца: што рабіць, калі сыноч не любіць фізкультуру? Як быць, калі ён такі няскладны?

І выяўляецца, што пачатак усіх гэтых непрыемнасцей закладваецца ў тым самым узросце, калі яшчэ ніхто і не думае пра іх: ні маці, ні бацька. З нараджэння дзіцяці. Больш таго, яшчэ да яго з'яўлення на свет.

ГІМНАСТЫКА ДА НАРАДЖЭННЯ

Ну, якое, напрыклад, можа мець значэнне, ці многа варушыцца малыш у мамы да нараджэння, ці мала? Мы таксама не надавалі значэння гэтай «дэталі» і проста здзіўляліся, чаму гэта нашы дзеці, яшчэ не нарадзіўшыся, штурхаюцца так моцна і так часта. Думалі: такія ўжо яны ў нас самі шустрыя. А тое, што сям'я вялікая, што трэба і згатаваць, і паабшываць, і паабмываць, што работы ў маці дома безліч — адну падлогу трымаць у чысціні чаго варта, — тут мы ніякай сувязі не бачылі.

А сувязь, аказваецца, не толькі цесная, але і непасрэдная. Калі маці ўвесь час займаецца фізічнай працай, многа і энергічна рухаецца, то ў яе зніжаецца насычанасць крыві кіслародам. Яна, натуральна, пачынае ўзмоцнена дыхаць, а сэрца яе часцей біцца. А што рабіць дзіцяці, бо і яно ж адчувае нястачу кіслароду! Тады яно пачынае «брыкацца», варушыцца, яго сэрцайка б'ецца часцей, і гэта адразу павялічвае колькасць крыві, якая паступае да яго ад маці. І кіслароду здабыта столькі, колькі яму патрабуецца.

Якраз такая ж карціна атрымліваецца, калі ў крыві маці знізіцца колькасць пажыўных рэчываў (гэта калі маці хоча есці). Дзіцятка і тут пачынае рухацца і тым

самым «здабывае сабе хлеб надзённы». Даследчыкамі было падлічана, што — падумаць толькі! — праз 1,5—2 гадзіны пасля абеду яно робіць толькі 3—4 варушэнні ў гадзіну, а калі маці не ела 10 гадзін, то 50—90. Розніца велізарная — у 20—30 разоў! І прытым, як пры кожнай трэніроўцы, адбываецца развіццё, удасканаленне і ўмацаванне яго мышцаў, сэрца і ўсяго арганізма.

Аказваецца, раіць жанчыне, якая ходзіць дзіцем, «есці за дваіх» і часцей адпачываць — значыць рабіць ёй мядзведжую паслугу. Пры лішку яды і маларухомым спосабе жыцця маці дзіця слаба варушыцца і, значыць, «не трэніруецца». І нараджаецца на свет фізіялагічна няспелым.

Паводле даных лабараторыі прафесара І. А. Аршаўскага, колькасць фізіялагічна няспелых нованароджаных павялічваецца з году ў год. Мы пазбеглі гэтай небяспекі выпадкова (калі і не цалкам, то, ва ўсякім разе, значна) — жылі ў доме без якіх бы там ні было камунальных выгод і дамашняй гаспадаркай займаліся самі, маме даводзілася воляй-няволяй многа рухацца. Заадно «трэніраваліся» і малышы — яшчэ задоўга да нараджэння.

БЕЗ СПЕЦЫЯЛЬНЫХ ЗАНЯТКАЎ

Але вось нованароджаны ўжо дома. Калі ж і як пачынаць яго фізічнае развіццё, калі да яго нават і дакрануцца страшна ў першыя дні? Пра тое, што дзіцятка намнога мацнейшае, чым гэта прынята лічыць, мы даведваліся паступова. Выявілася, што немалую ролю ў развіцці мышцаў адыгрывае... лёгкае адзенне. Не жартачкі, пакуль малыш не спіць, ён голенькі або ў адной кашульцы. Яму халаднавата, і, каб болей выпрацавалася цяпла, у яго моцна напружаны ўсе мышцы. Урачы называюць гэта «гіпертаніяй мышцаў нованароджаных». А варта загарнуць яго пацяплею, як гэты тонус адразу зніжаецца, мышцы расслабляюцца. Значыць, у першы ж месяц дзякуючы халадку трэніруецца і мускулатура.

Але з першых жа дзён мы пачыналі займацца і фізкультурай. І першым «трэнерам» у нас у сям'і заўсёды рабілася мама. Яно і зразумела. Ніхто з малышом так многа не важдзецца і так тонка яго не адчувае, як

маці, і таму яна дакладней за ўсіх можа вызначыць і яго магчымасці, і яго жаданні. Але я з самага пачатку стараўся дапамагаць ёй ва ўсім і паступова браў на сябе ўсё больш і больш «трэнерскіх абавязкаў». Я быў не толькі трэнерам, але прыдумваў і рабіў спартыўныя збудаванні ў доме і на двары, судзіў сямейныя спаборніцтвы і сам у іх удзельнічаў, а часам нават ператвараўся — для самых маленькіх! — у «спортснарад» і цэлы «спорткомплекс». Я таксама вёў найпадрабязнейшыя табліцы вынікаў фізічнага развіцця нашых дзяцей з самага нараджэння і запісваў у дзённіках усе іх дасягненні, кожны крок наперад.

Қарацей кажучы, у нас у сям'і фізічнае выхаванне ў асноўным мой клопат. Але мы падтрымліваем адно аднаго і радуемся адкрыццям і знаходкам кожнага.

Аднойчы мама, напрыклад, заўважыла, што калі з малышом абыходзіцца больш энергічна, то ён, як бы ў адказ, пры гэтым напружваецца, напінаючы мышцы. І наадварот, калі перакладваць яго з рукі на руку або пераварочваць вельмі мякка, нерашуча, яго цельца застаецца расслабленым і вялым. Гледзячы на маму, і я смялей пачаў брацца за дзіцятка і адчуваў, як яно з кожным днём дужэе — таму што браць яго і пераварочваць даводзіцца дзiesiąткі разоў за дзень, ніякая спецыяльная зарадка не параўнаецца з гэтым практыкаваннем па працягласці і частаце, па напружанню ўсіх груп мышцаў. І спецыяльнага часу на заняткі адводзіць не трэба. Неабходна толькі прасачыць, каб энергічнае абыходжанне не ператварылася ў грубаватае, рэзкае, непрыемнае для малыша і навакольных.

Яшчэ не ведаючы пра існаванне многіх прыроджаных рухальных рэфлексаў, мы заўважылі, што дзіцятка ў некаторыя моманты (асабліва перад кармленнем) моцна хапаецца за пальцы дарослага. І гэта літаральна з першых дзён і тыдняў жыцця. Затым, на сваё здзіўленне, мы выявілі, што яно з самага пачатку можа нават вісець, ухапіўшыся за пальцы таты або мамы.

Пачыналі мы з таго, што прасоўвалі ў сціснутыя кулачкі нованароджанага па пальцу і цягнулі яго да сябе, пакуль не сядзе. Пасадзім, а потым пакладзём, пасадзім і зноў пакладзём. Гэта не прычыняла непрыемнасцей малышу, хаця ён яшчэ слаба трымаў галоўку

і яна адхілялася назад. А мы, радуючыся за яго, рабіліся смялейшымі. Месяцы ў два малыш ужо ўставаў, трымаючыся за нашы пальцы, пры гэтым — вельмі важны момант! — мы добра адчувалі, наколькі ён моцна трымаецца. Звычайна рэкамендуюць даваць дзіцяці кольцы і цягнуць за іх, каб малыш мацней хапаўся, але кольцы, мне здаецца, даволі небяспечныя: бо не адчуваеш, наколькі моцна трымаецца за іх дзіця. А пальцы адразу адчуваюць гэта, і, як толькі ручкі дзіцяці пачынаюць слабець (праз 5—10 секунд, а потым і болей), можна адразу пакласці малыша. Так лёгка вызначыць магчымасці дзіцяці і даць яму аптымальную нагрузку кожны раз, калі яно бярэцца за пальцы дарослага.

Гэтак жа выпадкова мы выявілі, што калі пакласці малыша галоўкай сабе на плячо і адной рукой трымаць яго каля грудзей, а другую падставіць яму пад пятакі, то ён у момант упрэцца ножкамі ў далонь. Аказваецца, спрацоўваў «апорны рэфлекс», і малыш выпростаў і напінаў ножкі настолькі, што трымаў на іх ужо ўсю сваю масу. Мы тады яшчэ не ўсведамлялі таго, што, дзейнічаючы так, развіваем у немаўляці прыродныя рэфлексы, ператвараючы кожны дотык да яго ў бесперапынную і дзейсную гімнастыку.

АНУ, СКОК З ЛОЖАЧКА!

З трох месяцаў, калі малыш пачаў ужо сам моцна хапацца за пальцы дарослых і ўпэўнена вісець на іх (Ваня, напрыклад, аднойчы перад «абедам» правісеў... 43 секунды), я ўвёў ва ўжытак яшчэ адно «практыкаванне»: перастаў браць з ложка малыша пад пахі, а замест гэтага працягваў яму рукі так, каб малышу зручна было ўхапіцца за вялікія пальцы. Гэта было сігналам: «Бярыся мацней!» Малыш хапаўся дзвюма рукамі адразу, і я вымаў яго з ложка. Для падстрахоўкі я часам абхопліваў астатнімі чатырма пальцамі ручку малыша. Атрымліваўся «двайны мацунак» хвата.

Л. А.: Хачу заўважыць, што я такім «цыркавым спосабам» (па вызначэнню бабулі) карысталася вельмі рэдка, бо лічыла за лепшае браць малыша як звычайна, пад пахі. Чаму? Мне здаваўся гэты спосаб грубаватым для жанчыны, неўласцівым ёй. Затое я радавалася

таму, што і бацьку, і малышу гэтыя «трукі» даюць надзвычайнае задавальненне і абодвум прыносяць несумненную карысць. Бацька праяўляў усё больш цікавасці да немаўляці і знаходзіў сваю мову зносін з малышом. А немаўляці гэта «мужчынская» мова таксама была неабходна для папярэджання распешчанасці і нясмеласці, гэтых непазбежных вынікаў нашага жаночага, у асноўным усё-такі за сцерагальнага выхавання. Усвядомілі мы ўсё гэта не адразу, вядома, але інтуітыўна адчувалі, што такія розныя адносіны да малыша яму не пашкодзяць, і не заміналі адно аднаму рабіць так, як кожнаму было прыемна. Праўда, бывала, што я ставілася да чарговага бацькавага «вынаходства» скептычна (ці не праз меру?) або ён пакепліваў з маіх «мамчыных пяшчот», але да канфліктаў справа не даходзіла: мы ж бачылі, што малышу і з татам, і з мамай добра. А гэта было для нас га-лоўным.

Б. П.: Пасля таго як быў асвоены нязвычайны спосаб вымання з ложка, я прыдумаў новы: працягваў цяпер малышу толькі адну руку (часцей левую) і даваў яму ўказальны палец і мезенец, а астатнія прыгінаў да далоні. Пры гэтым другая рука магла падстрахоўваць дзіця. Гэта «практыкаванне» з цягам часу ператварылася ў сапраўдны «цыркавы нумар». Малыш спачатку становіўся на ножкі ў ложачку, а потым, крыху прысеўшы, падскокваў угору. Яго ножкі і мая рука дзейнічалі сінхронна, нашы намаганні зліваліся, ператвараючыся ў лёгкі імклівы ўзлёт. Здавалася, што дзіцятка само выскоквае з ложка да мяне на рукі. Гэта ўражанне лёгкасці скачка і дало бабулі падставу назваць яго «цыркавым». Ён у нас вельмі прыжыўся, і малышы з задавальненнем карысталіся ім да пяці-шасцігадовага ўзросту — я толькі так і браў іх да сябе на рукі.

А цяпер падлічыце, колькі разоў за дзень даводзіцца вымаць з ложка трох — пяцімесячнае дзіця і вяртаць яго назад. Дзесяць — пятнаццаць — дваццаць разоў! Звычайна гэта «работа» толькі для дарослага, а ў нас атрымлівалася зноў-такі эфектыўная трэніроўка немаўляці: бо яно напружвалася ўсё, развіваючы мышцы не толькі рук, але і спіны, і жывата, і грудзей.

Малышу вельмі падабаецца такі спосаб абыходжання, яго рукі хутка мацнеюць, але вось «бяда» — ён усё

часцей просіць даць пальцы: яму так хочацца зноў і зноў схапіцца за іх, пасядзець, пастаяць — гэта так цікава! — так бы, здаецца, і скакаў цэлы дзень. Але... як быць нам, дарослым? І я прыдумаў сабе замену: прымацаваў драўляную палачку ў ложкачку так, каб малыш, лежачы, мог да яе дацягнуцца. Так у тры месяцы наша дачушка атрымала ў падарунак «турнічок» — першы спартыўны снарад, прызначаны спецыяльна для яе. Гэткую ж драўляную перакладзінку я зрабіў ёй і ў калясцы. Спачатку мы крыху дапамагалі малышцы намацаць палачку, падстаўлялі далонь да ножак, каб яна магла ўперціся, дапамагалі сесці і ўстаць. Затое пасля гэтага сядзець і стаяць яна магла колькі хоча. Асаблівае задавальненне давала ёй (а потым і ўсім астатнім дзецям) прыдуманая ёю практыкаванне: стоячы тузаць палачку так, што каляска пачынала «хадзіць ходырам». Колькі радасці гэта прыносіла малышу! Але колькі ж было наўкола розных страхав і хваляванняў: «Ну дзе гэта відана — трохмесячнаму стаяць, ды яшчэ так гайдацца, а ножкі ж слабыя — скрывацца» — так гаварылі многія, не заўважаючы, што ножкам дапамагаюць і ручкі, і спінка дзіцяці, што яго маса размяркоўваецца на ўсе мышцы цела. А гэта аказалася не толькі не страшна, але, наадварот, садзейнічала правільнаму развіццю шкілетна-мышачнай сістэмы. Ва ўсіх нашых дзяцей рукі і ногі рана рабіліся не толькі моцнымі, дужымі, але і роўнымі, стройнымі.

НАВОШТА ПОУЗАЦЫ!

Але вось ложкачак ужо асвоены ўдоўж і ўпоперак. І на падлозе на мяккім сенніку, засланым вялікай прасціной, робяцца першыя спробы асвоіць новую прастору — малыш пачынае поўзаць. Мы вельмі хутка — як толькі ён сам здолее — дазвалялі яму перапаўзці з сенніка на падлогу і «падаражнічаць» па ўсім доме. Гэта «вызваленне» аказалася вельмі карысным для развіцця рухаў. Перш за ўсё, гэтыя велізарныя (для яго!) адлегласці, якія трэба пераадольваць, калі хочаш да брацца ў кухню да мамы або ў майстэрню да таты, якая вялікая работа і рукам, і нагам, ды і сэрцай ку таксама. Хіба параўнаць іх з мікраперамяшчэннямі ў ложкачку? А гэтыя дзверы, у якіх ручкі чамусьці на недасягальнай вышыні, ніяк не хочуць расчыняцца,

колькі ні прыкладаеш намаганняў. А гэтыя чыесці вялікія ногі, што крочаць міма або стаяць на шляху, — ці можна за іх учапіцца? І ўсе прадметы, якія зроблены нібыта для волатаў. Колькі ні хапайся за мяч, а ўзяць яго не ўдаецца — маленькая ручка саслізгвае, колькі ні штурхай гэты стул з дарогі, ён ні з месца. Цяжка маленькаму чалавеку ў такіх новых, незнаёмых, незразумелых абставінах. Аднак гэтыя цяжкасці, відаць, і ёсць самы магутны рухавік развіцця, а калі побач тата, або мама, або брацікі з сястрычкамі, якія падтрымаюць настрой у выпадку няўдачы, малыш з незвычайнай упартасцю і неверагоднай для такога ўзросту настойлівасцю спрабуе іх пераадольваць.

Каб дзіця навучылася станавіцца на ногі, мы прыносілі каркас ад старой раскладушкі і ставілі яго пасярэдзіне пакоя на дыванок або сеннічок. Трымаючыся за трубка каркаса (як за турнічок у ложкачку), можна падымацца і тупаць наўкол, не адпускаючы выратавальную апору з рук. Гэта быў другі «спортснарад», які асвойваў наш малыш, а далей — месяцаў з васьмі — справа даходзіла і да сапраўдных спартыўных снарадаў, якія знаходзіліся тут жа, у пакоі (кольцы, перакладзіна, канат з баксёрскай грушай унізе, драбінкі, гарызантальны канат цераз увесь «спартыўны пакой» і інш.). Мы толькі апускалі іх на даступную для малыша вышыню ды часам дапамагалі злавіць кольца, якое выслізгвала з ручак.

У гэтых абставінах ды яшчэ ў кампаніі старэйшых братаў і сяцёр нашы «паўзункі» хутка асвойваліся і пачыналі лёгка перамяшчацца па ўсім доме.

Натуральна, што малодшыя траплялі ў лепшыя ўмовы ў параўнанні з першымі: прыбаўляўся вопыт у нас, з'яўляліся ўсё новыя спортснарады, у кожнага з малодшых было больш «настаўнікаў» — старэйшыя браты і сёстры. Гэта ўплывала на развіццё дзетак вельмі прыкметна і адбілася на спосабах іх поўзання. Атрымалася новая своеасаблівая «дыяграма»: першы сын поўзаў звычайным спосабам — абапіраўся на падлогу «шасцю пунктамі»: рукамі, каленямі і пальцамі ног. Другі ўмудрыўся поўзаць толькі на адным, левым калене, а другую нагу ставіў на ступню, гэта значыць хадзіў «на пяці пунктах», а астатнія вельмі хутка пераключыліся «на чатыры пункты», гэта значыць не толькі хадзілі, але і бегалі, не кранаючыся падлогі каленямі.

Калі параўнаць усе гэтыя спосабы поўзання, то нават недасведчанаму будзе зразумела, што апошні з іх значна больш дасканалы за іншыя — ён дазваляе перамяшчацца намнога хутчэй, але патрабуе і большага спрыту, сілы, вынослівасці. Гэтым спосабам можа карыстацца толькі рухавае, моцнае дзіця, з добрай каардынацыяй рухаў і ўменнем надзейна і хутка арыентавацца ў прастору.

Лічыцца, што поўзання, увогуле кажучы, не абавязковая фаза ў развіцці рухаў дзіцяці. Ёсць дзеткі, якія абыходзяцца без яго, і нішто сабе, ходзяць не горш за іншых. Магчыма. Але ж бываюць выпадкі, калі ў гульнях, у спартыўных практыкаваннях патрэбна хутка і доўга паўзці. Непрывычнаму гэта намнога цяжэй: бо тут выкарыстоўваюцца іншыя групы мышцаў. Апрача таго, у час поўзання развіваюцца і мацнеюць рукі. Наогул, гэта добрая гімнастыка для ўсебаковай трэніроўкі дзіцяці і выдатная падрыхтоўка да будучай хадзьбы.

ВУЧЫМСЯ ХАДЗІЦЬ І... ПАДАЦЬ

Першыя крокі, колькі радасці яны прыносяць усім: і дзіцяці, і дарослым! І колькі трывогі!.. Асабліва пабойваюцца бабулі і мамы: а раптам упадзе? У мяккім ложкачку гэта не так страшна, а калі на цвёрдай падлозе? І дапамагаюць. Вучаць хадзіць так, каб малыш не падаў: трымаюць за ручкі, за каўнер паліто, за шалік, саджаюць у спецыяльныя хадункі або надзяваюць нешта накшталт збруі. І так да таго часу, пакуль дзіця не навучыцца хадзіць.

Каму ад гэтага добра? Вядома, перш за ўсё дарослым — так спакайней. А малышу? Яму ад такой «дапамогі» карысці мала. Бо рухі яго скаваны, ён не ведае сваіх магчымасцей, не адчувае небяспекі і зусім не вучыцца... падаць. «А хіба гэтаму трэба вучыцца?» — спытаеце вы. Абавязкова! Таму што бабуля і мама будуць побач не заўсёды, а ў любой беганіне, рухавай гульні, спорце вельмі часта бываюць сітуацыі, калі падзення не пазбегнуць. Значыць, моцны ўдар, траўма можа быць там, дзе той, хто ўмее падаць, абыдзецца толькі лёгкім спалохам, а часам і зусім такой дробязі не заўважыць.

Спартсменаў, асабліва самбістаў, акрабатаў, гім-

настаў, фігурыстаў, парашутыстаў, нават спецыяльна вучаць падаць: групавацца, напружваць мышцы, змякчаць удар спружыненымі нагамі, рукамі, перакочваннем. Але вось што цікава: усімі гэтымі прыёмамі — значна лягчэй, чым дарослыя, і без якога-небудзь спецыяльнага навучання — авалодваюць дзеці ў першыя гады жыцця, калі, вядома, ім дазваляць.

Шмат разоў, назіраючы, як віртуозна ўмеюць падаць нашы дзеці, як добра валодаюць сваім целам, мы спрабавалі ўспомніць: а з чаго ж гэта пачыналася? Бо мы ж іх гэтану спецыяльна не вучылі...

Але і не перашкаджалі ім — вось у чым справа! Вельмі рана пускаючы іх поўзаць па падлозе, дазваляючы ім падарожнічаць па ўсіх пакоях самастойна, мы не маглі забараніць малышу знаходзіць якую-небудзь апору, уставаць з падлогі, а потым... і падаць. Такія спробы ўстаць, трымаючыся за што-небудзь, дзеці робяць дзесяткі, нават сотні разоў. І многія з гэтых спроб канчаюцца няўдачай — падзеннем. З самага пачатку ў нашых дзетак гэта атрымлівалася вельмі спрытна і нават крыху пацешна. Хістануўшыся назад, малыш лёгка складваўся (ну якраз як сцізорык) і садзіўся мяккім месцам на падлогу, а хістануўшыся наперад, выстаўляў ручкі і станавіўся на карачкі. Калі ручкі моцныя, яны спружыняць, і ні лоб, ні нос да падлогі не дастануць. Часцей за ўсё ён пры гэтым не паспяваў нават спалохацца і працягваў вандроўку — і нічагусенькі. Ні мы, ні малыш гэтым падзенням не надавалі ніякага значэння і не баяліся іх. Толькі аднойчы мы сур'ёзна напалохаліся.

Дзевяцімесячнага Алёшу давалося неяк пакінуць на цэлы дзень у бабулі. А вярнуўшыся дадому вечарам, без усялякіх асцярог, як заўсёды, я пакінуў яго на падлозе пасярод пакоя. І тут убачыў зусім незвычайную карціну. Алёша зрабіў некалькі крокаў, спыніўся, хістануўся назад і пачаў падаць. Але падаў ён неяк дзіўна, выпрастаўшыся і закінуўшы галаву назад, і таму моцна стукнуўся галавой аб падлогу. Што здарылася? Я не мог зразумець, куды прапала яго ўменне падаць.

«Сакрэт» раскрыўся наступнай раніцай, калі да нас прыйшла бабуля. Аказваецца, яна, баючыся, што Алёша, які толькі пачаў хадзіць, можа ўпасці, хадзіла ўвесь дзень за ім следам і прытрымлівала яго патыліцу

рукамі. Ледзьве малыш хістанецца назад, а тут бабуліна рука, ён патыліцай на яе апіраўся. Аднаго дня было дастаткова, каб Алёша замяніў свой спосаб засцярогі ад удараў на бабулін. А ў выніку гузак на патыліцы. Гэты выпадак яшчэ раз пераканаў нас у тым, што ад такой «дапамогі» лепей устрымацца.

Шмат разоў потым нам даводзілася радавацца таму, што нашы дзеці ў крытычныя моманты (спатыкнуўся, паслізнуўся, не ўтрымаў раўнавагі і г. д.) выходзілі са становішча надзвычай лёгка. Вось толькі адзін прыклад.

Мы з дзвюма дочкамі хутка бяжым па асфальтаванай вуліцы. Змяркаецца, мы спяшаемся данесці дадому толькі што купленае марожанае. Малодшая бяжыць, трымаючыся за мой палец, а шасцігадовая Аня на некалькі крокаў наперадзе. У кожнага бегуна ў руцэ эскімо. Бягуць з усёй моцы: марожанае ж растае. І раптам Аня з разбегу спатыкнулася. Я да яе: ох і разаб'е твар аб асфальт! Але яна — падаючы! — паспела выгнуцца дугой, як конь-качалка, і перакацілася з каленняў на живот, потым на грудзі, а ў той жа час выстаўленая наперад вольная рука, як спружына, гасіла інерцыю цела. Тут жа ўскочыўшы, яна пераможна паказала эскімо: вось, зірніце, цалюткае! Я дык баяўся, што Аня моцна разаб'е твар, а яна, выяўляецца, трывожылася за лёс марожанага. У яе нават нос у пыл не паспеў выпацкацца.

І ўсё-такі мы дапамагалі малышам вучыцца хадзіць. Не толькі тым, што пускалі іх у «спартыўны пакой», дзе можна было знайсці шмат усялякіх апор і таптацца вакол іх, мы яшчэ давалі малышу два свае пальцы. Спачатку гэтыя пальцы былі цвёрдыя, надзейныя, дзіця ўчэпіста трымалася і хадзіла са мной, мамай або старэйшымі брацікамі і сястрычкамі па ўсім доме. Але праз некалькі дзён, калі дзіця пачынала тупаць даволі ўпэўнена, адзін з гэтых пальцаў раптам рабіўся ненадзейным, пачынаў хістацца, кратацца, куды яго ні пацягнеш, і ўжо ніяк не мог быць добрай апорай.

Малышу даводзілася падтрымліваць раўнавагу толькі адной рукой, трымаючыся толькі за «цвёрды» палец і кінуўшы другі зусім, бо толку ад яго было мала. А праз некаторы час і другая рука рабілася ўсё менш і менш надзейнай. Мімаволі малышу ўсё больш

даводзілася разлічваць на свае сілы, і ён паступова пачынаў хадзіць самастойна.

Здаралася так, што малыш цалкам мог бы абыходзіцца і без апоры, але ніяк не адважваецца зрабіць першы крок, нават стаяць адзін пабойваецца. Так у нас было з самым старэйшым.

— А вы дайце яму што-небудзь у рукі,— параіла бабуля,— гэта адцягне яго ўвагу, і ён перастане палохацца.

Я працягнуў сынку лісток паперы. Ён узяў яго вольнай рукой, а другой трымаўся за мамін палец. Лісток адразу зацікавіў яго, і, забыўшыся, ён узяўся за яго абедзвюма ручкамі. Першы раз ён прастаяў так з мінуту! А ўжо далей пайшло лёгка. Адною з дачок такі ж кавалачак паперы дапамог зрабіць першыя крокі: яна ішла... трымаючыся за паперку, як за апору. А ішла сама.

Мы і пазней не вадзілі дзяцей за руку, як звычайна прынята, а, наадварот, яны самі трымаліся, калі ім хацелася, за мае або маміны пальцы. Пры гэтым ручкі дзіцяці паступова трэніраваліся і мацнелі настолькі, што, нават спатыкнуўшыся, яно павісала на пальцы і не падала. А даросламу гэта зручна, бо палец на дзіва тонка адчувае, ці моцна трымаецца дзіця, наколькі ўпэўнена яно ўжо ходзіць, ці можна з ім ісці хутчэй, ці яно стамілася і трэба некалькі крокаў прайсці спакайней або нават пасадзіць яго на плечы.

«КОННІКІ» І «КОНІ»

Малышы, вядома, любяць катацца на татавых плячах вярхом, але з мяне заўсёды атрымліваецца «наравісты конь», які не церпіць, каб на ім сядзелі мяшком, затое любіць «коннікаў» дужых, спрытных, смелых. Трымаючы малыша за ногі, я нахіляюся то наперад, то назад, то ўбок, спрабуючы «скінуць седака». І маленькаму ездаку даводзіцца, абхапіўшы маю галаву або ўчапіўшыся ў «грыву», увесь час утрымліваць вертыкальнае становішча. А гэта зусім нялёгка, таму што «конь» да таго ж яшчэ і скача, падскоквае і нават можа прысесці.

Як моцна трымаюцца маленькія ручкі, як напружваецца жывоцік! Я гавару пахвальна: «Ну і коннік дужы трапіўся! Ніяк яго не скінеш. А што, калі адно стрэмя

адарвецца?» — і адпускаю адну ножку. Малыш імгненна сціскае маю шыю абедзвюма нагамі і яшчэ мацней хапаецца за «грыву». Не зразумееш: ці то гэта гульня, ці то фізкультура, затое абодвум весела, і нагрузка атрымліваецца немалая і для «каня», і для «конніка».

Калі ж малыш пачне сядлаць чатырохногую мэблю, тут спачатку прыходзіцца трымаць вуха востра. Зэдлікі і стулы таксама могуць праяўляць «нораў» і скідваць няўмелага седака на падлогу, асабліва калі малыш караскаецца з боку спінкі стула. Што рабіць? Першае, амаль інстынктыўнае жаданне — патрымаць стул, каб ён стаяў моцна. Часцей за ўсё так і робяць і пры гэтым не толькі стул трымаюць, але і дзіцяці дапамагаюць узлезці. Малыш тут у бяспецы, бо побач даросляя. А калі ён палезе без іх? Баяцца яму не трэба, стул жа раней стаяў так моцна. Ён і лезе без усякай апаскі і — трах-тарарах! — ляціць на падлогу, а стул на яго. Значыць, не спускаць з яго вачэй?

Не, мы рабілі інакш. Калі малыш толькі прыступае да «ўтаймавання» самых розных мэблевых «коней», мы абавязкова прадэманструем іх «вераломства»: не ўтрымліваем іх, а наадварот, непрыкметна «дапаможам» ім нахіліцца на малыша, каб той адчуў сам няўстойлівасць стула ці зэдліка. Тады ён прыціскаецца да «каня» як мага бліжэй, лезе вельмі асцярожна і адразу спаўзае ўніз, калі заўважыць, што «конь» нахіляецца. Так мы знаёмім малыша з усёй «вераломнай» мэбляю, на якую ён ужо ў сілах забрацца, але самі не ставім яго на стулы і не падымаем туды, куды ён сам не ўзбярэцца.

Дзіця робіць толькі тое, што само можа, — гэтага падыходу мы прытрымліваемся заўсёды, у тым ліку і ў час знаёмства са спартыўнымі снарадамі. Нават на гушкаркі мы нікога не саджаем і не разгойдаем — кожны павінен навучыцца гэтаму сам. Для яго гэта і карысней (развіваецца!), і цікавей («Ура, я сам магу!»), і... бяспечней (бо ён робіцца больш асцярожным!). А для мамы і бабулі палёгка, таму што пастаянная стамляючая апека робіцца проста непатрэбнай. Самастойнасць не толькі робіць малыша больш дужым, смелым, кемлівым, ініцыятыўным, але і вельмі прыкметна аблягчае жыццё дарослых, калі, вядома, ім патрэбна ў дзіцяці не толькі суцэльная паслухмянасць.

Ствараючы малышам умовы для разнастайнасці гульняў і дазваляючы ім рухацца, колькі яны захоць, мы і не падазравалі, што тым самым не толькі развівалі мышцы дзяцей, але і ўмацоўвалі іх унутраныя органы. Мы даведаліся, што развіццё шкілетна-мышачнай сістэмы дзіцяці, дасягаючы высокай дасканаласці, аказваецца, «выцягвае» (вучоныя гавораць: карэлятыўна выклікае) развіццё ўсіх іншых органаў і сістэм арганізма. Калі дзіця пабегла, то ў яго, натуральна, пачашчаецца пульс, яго пачынае глыбока і часта дыхаць, таму што мышцы ў бегу выконваюць вялікую работу, а сэрца, лёгкія і іншыя сістэмы, якія абслугоўваюць мышцы, павінны натуральна павялічыць сваю прадукцыйнасць, павысіць сваю магутнасць. Значыць, дзіця, якое многа рухаецца і добра развіта фізічна, абавязкова мае і моцныя ўнутраныя органы. Атрымліваецца, што, каб дзіця было здаровае, трэба як мага лепш развіць яго фізічна.

Акрамя таго, актыўная фізічная дзейнасць садзейнічае і... разумоваму развіццю малышоў. Вучоныя ЗША правялі такі цікавы эксперымент.

Шэсць храбрых мам згадзіліся вучыць сваіх нова-народжаных дзетак хадзіць. Яны «ставілі» іх на стол, а фактычна проста трымалі іх пад пахі і ціхутка ішлі ўздоўж стала так, каб малышы спачатку толькі дакраналіся да стала ступнямі ног, але гэтага было дастаткова, каб працаваў «крокавы рэфлекс» і ножкі пераступалі па сталае. Галоўка дзіцяці пры гэтым была апушчана на грудзі, гэта «хадзе» не замінала. Практыкаванні спачатку працягваліся ўсяго па адной мінуце тройчы ў дзень. Неўзабаве малышы пачалі ўжо добра пераступаць нагамі, і мацярам не трэба было трымаць іх на руках, яны толькі дапамагалі дзецям захоўваць вертыкальнае становішча.

У выніку малышы пачалі хадзіць самастойна ў шэсць-сем месяцаў, а іх кантрольныя равеснікі, якія ляжалі ў гэты час спавітыя ў ложках, толькі ў дванаццаць, як належыць усім «нармальным» дзецям. Але здзівіла вучоных не столькі іх ранняе авалоданне хадой, колькі іншая акалічнасць — гэтыя шасцёра малышоў вельмі абганялі равеснікаў і ў разумовым развіцці.

Цяпер вядома, што можна паспяхова выкарыстоўваць плавальны рэфлекс нованароджаных і навучыць плаваць дзетак з першых месяцаў жыцця. І зноў важныя статыстычныя даныя: больш за шэсцьсот дзяцей, якія навучыліся плаваць раней, чым хадзіць, перавышалі па разумоваму развіццю дзяцей, якія не навучаліся плаванню ў такім раннім узросце.

Такім чынам, калі не прымушаць малыша ў першыя месяцы жыцця ляжаць загорнутым у ложачку, калі не чакаць, пакуль знікнуць (гэта адбываецца прыкладна праз тры месяцы) прыроджаныя рэфлексы, а паспрабаваць іх выкарыстаць і развіць, тады малыш будзе паспяхова развівацца не толькі фізічна, але і разумова. Відаць, пры авалодванні хадой, плаваннем і «гімнастыкай» удасканальваюцца не толькі адпаведныя аддзелы мозга, але і ўсе іншыя.

Можа быць, у гэтым узросце авалодванні рухамі і ёсць адзін з галоўных відаў разумовай працы малышоў?!



Галоўнае ў выхаваўчай рабоце заключаецца ў арганізацыі жыцця ў сям'і.

А. С. Макаранка

МАЛЫШ І ТЫЯ, ХТО З ІМ ПОБАЧ

Б. П.: У пачатку свайго бацькоўскага шляху мы нават і дапусціць не маглі, што першы год чалавека — гэта год запуску ўсіх яго магчымасцей да развіцця, усіх здольнасцей, як бы стартвая пляцоўка будучага жыцця чалавека. Ці не перавелічэнне гэта? Бо гаворка ж ідзе ўсяго толькі пра першы год жыцця малыша. Не, не перавелічэнне! Цяпер дык мы цвёрда ведаем: развіццё здольнасцей дзіцяці, нават яго характару шмат у чым залежыць ад таго, што ён спасцігае на першым годзе жыцця, як ён гэта робіць і які спосаб зносін з ім выбіраюць дарослыя. У гэта цяжка паверыць, але як многа яшчэ тут нявысветленага, нечаканага па сваіх выніках!

НА РУКАХ АБО У ЛОЖАЧКУ!

Здавалася б, простае пытанне: трэба малыша насіць на руках ці ён павінен ляжаць болей у ложачку? Многія скажуць: прывучаць да рук нельга — дзіця «рукі звязжа». Відаць, гэта так і ёсць, калі насіць дзіця на руках і займацца толькі ім, усяляк забаўляючы і ўлагоджваючы яго. А мы, прызнаёмся, з самага першага месяца бралі дзетак на рукі часта. Мама пры гэтым нават дамашняй работы не спыняла — прыста-соўвалася: то прыхіне яго да пляча, падтрымліваючы спінку, то пакладзе живоцікам да сябе на калені, то проста трымае, як трымаюць звычайна, толькі адной рукой (другая патрэбна для розных спраў).

Усё гэта без якога-небудзь спецыяльнага намеру:

проста яна адчувала, што малышу лепш з ёй. Не зручней (які ўжо тут камфорт, калі адной рукой яго ціскаеш, а другой кашу памешваеш, ці дровы падкладваеш, ці кнігу перагортваеш), а спакайней (мама побач) і цікавей: ён круціць галавой, глядзіць навокал. У полі яго зроку то акно, то стракаты посуд, то рознакаляровая тканіна, то разгорнутая кніга ці газета з яе шамаценнем — ды ці мала што! А тут яшчэ і гаворыш з ім, называеш розныя прадметы, з якімі маеш справу: «Зараз дастанем лыжкі, кубкі, хлеб... а што там на палічцы?» і г. д.

Важна гэта ці не важна? Мы гэтага не ведалі, але часта насілі на руках малышоў. Заўважылі нават, што пасля такіх «прагулак» дзіця і ў ложкачку гуляла ахвотней і даўжэй, як быццам бы на нейкі час зараджалася ўражаннімі. І тады мы зусім перасталі апасацца, што яно прывыкне да рук.

Калі паяўляюцца ўласныя дзеці, хочаш не хочаш пачынаеш болей назіраць за дзецьмі на вуліцы, спакваля нават параўноўваць сваіх з іншымі. Можа, таму мы звярнулі неяк увагу (паназірайце самі — праверце!) вось на што: у некаторых малышоў у калясцы погляд абыякавы, лянівы, нейкі цьмяны, як у стомленых жыццём дзядкоў. Яны не глядзяць па баках, не здзіўляюцца нічому і не радуюцца, сытыя, маларухавыя, нецікаўныя.

Нас гэта здзівіла: мы не бачылі такога ў сваіх дзяцей, якім усё заўсёды было цікава. У чым справа? Можа быць, тут выяўляюцца нейкія прыроджаныя асаблівасці псіхікі? На гэта пытанне мы адказаць не маглі. А потым неяк прачыталі вось што.

Афрыканскія маці носяць звычайна нованароджаных за спінай. Дзіця пастаянна пры маці: у час хады, любой працы, на святах, уначы і ўдзень. Тое, што бачыць яна, бачыць і яно — якая змена ўражанняў! Ды яшчэ і пастаяннае пачуццё абароненасці, фізічнай блізкасці да маці. І што ж? Афрыканскія двухгадовыя малышы па інтэлектуальнаму развіццю намнога абганяюць сваіх «ложкавых» еўрапейскіх равеснікаў з цывілізаванага грамадства. Потым, вядома, можа ўзнікнуць адставанне — так на дзіцяці адбываецца ўзровень развіцця грамадства.

У апошні час псіхалагі эксперыментальна даказалі, што ў першыя месяцы жыцця малых вельмі многа

атрымлівае ад простага разглядання прадметаў навокал сябе. Нават звычайнае паварочванне малыша на бачок або ўкладванне на живоцік дазваляе яму адразу бачыць шмат таго, што адбываецца наўкола. А пры гэтым ён і галоўку пачынае трымаць раней, гэта значыць дужэе фізічна.

Вось да якіх дзівосных адкрыццяў прывёў роздум над простым пытаннем: ці варта насіць дзіця на руках або трымаць яго ў ложкачку і вазіць у калясцы, загарадзіўшы ад усяго белага свету, пакінуўшы для агляду толькі кавалачак неба ды мамін твар, які часцей за ўсё звернуты не да яго, а да кніжкі або... да другой мамы з каляскай.

УВАГА: НЕБЯСПЕКА!

Малыш расце. Вось ён ужо садзіцца, сам устае, поўзае, робіць першы крок. Звычайна яго ў гэты час трымаюць — для бяспекі! — у ложкачку, у манежы, у зацярожаным кутку пакоя. А мы, верныя свайму прынцыпу даваць дзецям як мага большую свабоду і поле дзейнасці, пускаем сваіх паўзункоў вандраваць па ўсім доме, дазваляем памацаць свет сваімі рукамі. Але колькі небяспек падсцерагае маленькага чалавека на яго шляху! Ледзь недаглядзеў — і стукнуўся лбом аб дзіўна непрыемны рог ножкі стала ці стула, ледзьве пацягнуў да сябе маленькую лавачку, а яна ўпала проста на пальцы другой рукі. Рэчы бяздушныя і зусім бязлітасныя — не даруюць ніводнай памылкі, ніводнага промаху — караюць, і часам вельмі балюча. Як быць? Хадзіць за «вандроўнікам» цэлы дзень па пятах? Прыбраць усе небяспечныя прадметы? Загарадзіць кожны востры рог падушкай? Не, мы зрабілі іначай. Мы пачалі знаёміць малыша з небяспекай, каб ён сам рабіўся ацярожным.

Мы ўжо расказалі пра тое, як малыш спасцігаў «вераломства» рознай мэблі. Так мы рабілі і з астатнімі рэчамі. Пакідалі, напрыклад, у даступных для малыша месцах розныя прадметы і цацкі, каб ён мог узяць іх, пакаштаваць на смак, на зуб, на стук — словам, даследаваць усімі даступнымі яму сродкамі. Сярод розных бяспечных прадметаў «трапляліся» (зноў-такі з нашай дапамогай) і рэчы з «сюрпрызамі».

Вось высока на сталі стаіць кубак, які пакінуты

тут быццам бы незнарок. Ён ужо знаёмы дзесяці-месячнай дачцэ, быў у яе руках з малаком або чаем. Малышка без боязі цягне яго да сябе — і якая непрыемнасць: з кубка выплюхнулася вада проста на трусікі — страшная непрыемнасць! Але і карысць: пасля двух-трох такіх «сюрпрызаў» яна не цягне ўжо са стала не толькі кубак, але і іншыя прадметы.

Так, абавязкова ў нашай прысутнасці, мы давалі магчымасць пазнаёміцца малышам з іголкахі, шпількамі, нажніцамі... Дапусцім, мама шые, а малыш сядзіць на высокім стульчыку побач з ёю, перабірае розныя абрэзкі, шпулькі, гузікі, сярод якіх на першым часе дробных няма, але вось іголка (не без маінай дапамогі) можа і трапіцца. А часам мама нават спецыяльна кладзе бліскучую шпільку на відным месцы. Малыш, вядома, цягнецца да яе, вось-вось возьме.

— А! А! — гаворыць мама (гэта сігнал, які папярэджвае аб небяспецы). — Вострая, балець будзе!

Шпільку ён усё-такі ўзяў, хаця і з некаторай боязю. А мама бярэ яго руку, паўтараючы:

— Балюча! Вострая! — і ціхутка ўколвае кончыкам шпількі яго пальчык. — А! А!

Малыш моршчыцца, яму крышку і сапраўды баліць, ён з апаскаю адхоплівае руку. А праз два-тры такія «ўрокі» сам паказвае на кончык іголки або шпількі і гаворыць заклапочана: «А! А!»

А які прывабны для малышоў агонь! Яны гатовы схапіць рукамі полымя запалкі, распалены вугольчык — гэта ж так прыгожа! А бліскучы нікелевы чайнік, прас — ну як да іх не пацягнуцца?

Схаваць? Тады яны зробяцца яшчэ больш прывабнымі: забаронены плод салодкі. І мы дазваляем схапіць, дакрануцца — так, каб гэта не было небяспечна, але адчувальна. І заўсёды папярэджваем: «А! Балець будзе, гарача!» Але пасля гэтага нічога не хаваем: паспрабуй сам, ці так гэта. Затое праз некаторы час дастаткова сказаць: «А! Балець будзе!», і малыш ужо верыць на слова, можа нават заплакаць ад засмучэння. А самае галоўнае, ён сам робіцца ўсё больш асцярожны і ўважлівы. А гэта куды больш надзейная засцярога ад усялякіх небяспек, чым самая старанная апека дарослых.

Недарэмна, відаць, гавораць індусы: «Разумныя бацькі часам дазваляюць дзецям абпальваць пальцы».

З астатнім — бяспечным — светам малыш знаёміцца сам, мы не спяшаемся бегчы на дапамогу, калі ён можа да чагосьці дадумацца сам, не перапыняем яго заняткаў, калі ён нечым захоплены. Нас нярэдка здзіўляла здольнасць малышоў, нават такіх малюсенькіх, да працяглай, засяроджанай дзейнасці.

Вось запіс мамы ў дзённіку: «Сёння Олі споўнілася адзінаццаць месяцаў, і яна здзівіла мяне сваімі даследчымі здольнасцямі. Я мыла бялізну на нізенькай лавачцы, а яна больш за гадзіну стаяла побач і выконвала розныя аперацыі з бурбалкамі і агрызкам алоўка: то пускала аловак плаваць, то вывуджвала ім бурбалкі і назірала, як яны лопаліся, то рабіла рэчку з лужын на падлозе... Час ад часу мне толькі трэба было паглядзець і здзівіцца: «Ну і цуды! Вось дык Оля!» — і яна зноў працягвала забаўляцца, робячы нейкія свае вельмі важныя адкрыцці і дзелячыся са мною сваёю радасцю.

Я паспела ўсё, што трэба, перамыць, а для дачкі гэты час таксама не прапаў дарэмна».

Пазней мы зразумелі, што дзецям якраз і патрэбна не ўвага-апека, а ўвага-цікаваасць. І чым далей, тым патрэбна больш.

Амерыканскія псіхолагі звярнулі ўвагу на тое, што розніца ва ўзроўні развіцця, яшчэ непрыкметная ў дзесяцімесячным узросце, хутка расце і да паступлення ў школу робіцца велізарнай: адны дзеці развітыя, кемлівыя, лёгка вучацца, а другія ніяк не зразумеюць, чаго ад іх патрабуе настаўнік.

Што ж робяць з дзецьмі бацькі, і ў першую чаргу маці, калі ў школу дзеці прыходзяць такія розныя? Псіхолагі склалі праграму назіранняў і паслалі даследчыкаў у сем'і з дзесяцімесячнымі малышамі. Выявілася, што адны маці (і такіх большасць) добрасумленна і ўзмоцнена апякаюць і ахоўваюць сваіх дзяцей і трымаюць іх у ложкачках або ў манежах, акружаючы стракатымі і бяспечнымі забаўкамі. У гэтых умовах маці спакойна займалася сваімі справамі, не баючыся, што дзіця ўдарыцца, што-небудзь возьме або сапсуе. Затое дзіця знаходзілася ў становішчы вязня — тая ж мізэрныя зносіны з людзьмі, тая ж вузкасць поля дзейнасці.

А вось некалькі мацярэі адважыліся пусціць дзетак самастойна поўзаць па ўсёй кватэры. Пры гэтым яны не спынялі хатніх спраў, не забаўлялі сваіх малышоў, але ніколі не адмаўлялі ім у «кансультацыі» і дапамозе ў выпадку неабходнасці. Малыш атрымліваў велізарнае «поле для даследавання» і мноства прадметаў з самымі рознымі ўласцівасцямі. А разам з тым ён меў невымерна больш магчымасцей быць у сувязі з маці, якая магла паклікаць яго да сябе, даць параду, магла пахваліць за якія-небудзь поспехі, падтрымаць у выпадку чаго, пагаварыць з ім або проста ўсміхнуцца для падтрымкі настрою. Такім чынам, дзіця тут было свабодным даследчыкам і мела ўвесь час мудрага і добрачылівага кансультанта. Вучоныя былі ўражаны, наколькі хутка развіваліся такія дзеці ў параўнанні са сваімі равеснікамі, якія сядзелі ў манежы. Яны і ў далейшым намнога абагналі былых «взняў» у развіцці.

Мы не ведалі аб гэтых эксперыментах амерыканскіх вучоных і ў сваіх дзеяннях кіраваліся не столькі педагогічнымі меркаваннямі, колькі простаі неабходнасцю. Нашаму першаму сыну было ўсяго пяць месяцаў, калі мы пабудавалі сабе дом і перайшлі ў яго жыць. Трэба было ўцяпляць і абсталёўваць дом, кожны дзень нарыхтоўваць дровы, вугаль і паліць у печы, насіць з калонкі ваду. Праўда, я тады выкладаў працу ў школе і быў заняты раніцай, а мама загадвала бібліятэкай і працавала ў асноўным вечарамі, так што нехта з дарослых быў звычайна дома. Але работы ў доме было столькі, што спецыяльна сынам займацца зусім не было калі. Затое ў кожнай рабоце нам нязменна «дапамагаў» Алёша. Пакуль мама мыла посуд, ён мог перабраць у сваёй калясцы ледзь не ўсё кухоннае начынне. Калі яму гэта надакучала, мама ўмудралася, трымаючы яго на левай руцэ, рабіць усё ў кухні адной правай. Але ж мне для работы патрэбны былі абедзве рукі, таму што ні малатком, ні рубанкам, ні пілою адной рукой многа не напрацуеш. І вось я ставіў каляску з малышом бліжэй да майстэрні, і мы абодва браліся за работу: я забіваў малатком цвікі — сын стукаў кубікам па кубіку. Я арудаваў адвёрткай або пласкагубцамі — сын перабіраў маточкі рознакаляровых правадоў. На нашу радасць, Алёша з шасці месяцаў ужо з задавальненнем поўзаў, а ў восем з палавінай пачаў хадзіць.

З таго часу я выкарыстоўваў яго «мабільнасць» поўнасю — пускаў сына адразу на падлогу. Яго чакалі там розныя цацкі і будаўнічыя матэрыялы, скрынкі, з якіх можна было штосьці даставаць або ўкладваць у іх многа-многа кубікаў (цаглінак); вядзерца, поўнае самых маленькіх мячыкаў, якія можна схапіць адной рукой і даставаць іх адтуль адзін за адным або, наадварот, кідаць туды і зазіраць усярэдзіну, дзе ж гэты мячык там ляжыць. Гэтых заняткаў хапала на паўгадзіны, а потым Алёша прыпаўзаў да мяне і цягнуў рукі да майго малатка. Даводзілася малаток уступаць сынку, а гэта не заўсёды было магчыма, ды і малаток быў яму велікаваты, таму хутка я набыў цэлы набор цацачных сталярных інструментаў, і Алёша з задавальненнем абстукваў маленькім малаточкам усё, што навокал можна было абстукаць. Калі я што-небудзь прыбіваў, ён любіў вымаць з банкі або скрынкі па цвічку і падаваць іх мне. А яшчэ вельмі падабалася яму збіраць рассыпаня на газеце цвікі і ўкладваць іх у скрынку ці баначку — гэта захоплівала яго надоўга. Я быў, вядома, задаволены «памочнікам», пахвальваў яго і... высыпаў цвікі на газету нават часцей, чым гэтага патрабавала неабходнасць.

А калі Алёша пачаў падымацца на ножкі і, трымаючыся за сценкі, падарожнічаць «на дзвюх», я ўсталяваў у пакоі маленькі турнічок, а потым павесіў кольцы (на вышыні ўсяго 80 сантыметраў ад падлогі). Паступова з'явіліся і канат, і шост, і драбінкі. Падымаючыся з каленак і хапаючыся за турнік, Алёшка ўсміхаўся задаволены. Дадатковая апора, калі на ногі спадзяванні яшчэ слабыя, аказваецца, вельмі дарэчы малышу.

Цяпер Алёша «вывучаў» не толькі стулы, зэдлікі, канапы і мае сталярныя інструменты, але мог ужо наладжваць сабе «фізкультмінуткі». Спачатку ён проста падціскаў ногі і павісаў на кольцах, задаволена ўсміхаючыся і гледзячы ў наш бок, чакаючы пахвалы, а потым пачаў нават пагойдвацца на іх.

Я стараўся яго падтрымаць і ў вольную хвіліну таксама падыходзіў да турніка або кольцаў — крыху размяцца. Колькі ж задавальнення гэта прыносіла нам абодвум!

Так наша простае жыццёвае імкненне неяк выкраіць час для сваёй работы і ў той жа час не пакідаць

дзяцей адных выявілася педагагічна вельмі мэтазгодным: у дзяцей была шырокая прастора для разнастайнай дзейнасці, і раслі яны самастойнымі (маглі забаўляцца самі, без кіраўніцтва і ўдзелу дарослых), ініцыятыўнымі (ахвотна прыдумвалі новыя заняткі, практыкаванні, гульні), таварыскімі (лёгка ўступалі ў кантакт з равеснікамі і дарослымі) і дапытлівымі (цікавасць да ўсяго з кожным годам у іх толькі расце).

Аднойчы да нас прыехала мама з двухгадовым сынам і скардзілася на тое, што яна з ім зусім замучылася.

— Здаецца, усё рабіла як належыць, а ён нейкі вялы, да ўсяго абыякавы. І я яму таксама не патрэбна. Нават крыўдна! Можна, ён адстае ў развіцці?..

— А дзе вы працуеце? — спытаў я. — Ці многа бываеце з хлопчыкам дома?

— З ранку да вечара. З-за яго я звольнілася з работы, вырашыла да школы з яго вачэй не спускаць, як мага лепш падрыхтаваць да школы.

Калі мы паназіралі за ёю і сынам, то даволі хутка пераканаліся, што мама, штосекундна «выхоўваючы» сына (то прагулка, то яда, то навучанне па карцінках і г. д.), ні мінуты не пакідае яму для самастойнага пазнання свету — усё падносіць гатовым, ды прытым «перакормлівае» яго ўсім: і ежай, і клопатам, і рэжымам, і ўражаннямі. Мы з сумам назіралі, як ідзе гэта «звышпрамернае» выхаванне, і прыйшлі да адзінадушнага вываду: малышу не хапае занятай мамы, а ад вольнай яго ўжо нудзіць.

Потым мы даведаліся, што ў яе нарадзілася другое дзіця, яна пачала працаваць, і ўсё прыйшло ў норму: яе ўвага мімаволі разгрупавалася і перастала быць гіпертрафіраванай і шкоднай.

Вось гавораць: чым бы дзіця ні цешылася, абы не плакала. Нам здаецца, што гэта няправільна. Вельмі важна, чым, як, калі займаецца малыш. І як ставяцца да гэтага дарослыя.

ГУЛЬНІ І ЗАБАЎКІ

Даўно вядома, што першыя цацкі немаўляці — бразготкі. Назбіралася і ў нашага першынца іх даволі многа — дарылі родныя і знаёмыя. Але чамусьці яны

вельмі нядоўга цікавілі сына: пастукае ён імі аб ложкачак і кідае праз якую хвіліну. А вось Маша-неваляша, якая выдавала меладычныя і пяшчотныя гукі, надоўга стала яго любіміцай. Можна, сакрэт тут быў іменна ў розніцы гукаў: аднастайнае шамаценне «бразготных размоў» дзіцяці надакучала, а чысты, тонкі перазвон Машы-неваляшы прывабліваў і радаваў яго, як голас знаёмага чалавека. Потым мы заўважылі, што дзеткі да гукаў прыслухоўваюцца вельмі рана, а затым спрабуюць выдаваць іх самі з дапамогай розных прадметаў: стукаючы лыжкай па кубку, накрываючы аб каструлю і г. д. Напэўна, у гэты час добра прыдаюцца музычныя забаўкі тыпу кілафона — толькі з харошымі чыстымі тонамі. На жаль, у продажы іх няма, а мы самі падумалі пра гэта пазнавата — дзеткі падраслі ўжо. А вось сёе-тое мы выявілі даволі рана і шырока карысталіся гэтым «адкрыццём» у гульнях са ўсімі сваімі малышамі. Мы заўважылі, што ў параўнанні з яркімі і прывабнымі цацкамі сын яўна аддае перавагу ўсякім няцацачным рэчам: рознаму посуду, друшляку, збівалцы-венчыку, ёршыку, накрывкам, кошыкам, ніткам, кавалачкам рознай матэрыі, шпулькам, малаткам, колам, палачкам, а з цацак яго больш за ўсё прыцягвалі буйныя пластмасавыя дэталі канструктара, кубікі...

Паступова мы зразумелі, у чым справа. Ну, вядома, малышы аддаюць перавагу тым прадметам, якімі можна што-небудзь рабіць або маніпуліраваць (надзяваць — здымаць, адчыняць — зачыняць, укладваць — вымаць, высоўваць — засоўваць, вазіць, круціць, калыхаць і да т. п.), прычым мноства разоў і рознымі спосабамі. Відаць, цацкі хутчэй вычэрпваюць сябе ў гэтых адносінах. Да таго ж малышы вельмі рана спрабуюць пераймаць старэйшых, таму цягнуцца да тых рэчаў, якімі карыстаюцца навакольныя, і спрабуюць капіраваць іх рухі, дзеянні.

Заўважыўшы ўсё гэта, мы стараліся задаволіць гэту патрэбнасць дзіцяці: я пішу або чытаю — і ў сына, які сядзіць за сталом на высокім стульчыку, таксама аркуш паперы і аловак або дзіцячая кніжка; мама посуд мые, а дачка кладзе лыжкі ў мыльную вадку. Часам трапляюць туды і чыстыя — нічога, галоўнае, нешта паласкаць у вадзе, «як мама». Мы цярпелі некаторыя страты ў часе: трэба было выціраць лішнія

лужыны, больш прыбіраць пасля сумеснай «працы», але мы ішлі на гэта, таму што было цікава назіраць, як такі крошка нечаму вучыцца.

Л. А.: А яшчэ мы наладжвалі гульні, абавязкова выкрываючы для гэтага час. І любімай гульні, як і ва ўсіх дзетак, ужо да года рабіліся хованкі.

Вось скокнула лыжка ў мыльную вадку:

— Люба, дзе лыжка? Няма!

Дачка і ў трэці, і ў пяты, і ў дзесяты раз не перастае здзіўляцца: куды ж дзелася лыжка? Потым мацае ручкай у вадзе, і вось яна! У вачах здзіўленне і захапленне.

Часам я хітрывала: непрыкметна вымала лыжку і хавала яе за місачку. Зноў маленькая ручка ловіць нешта ў вадзе, але нічога не знаходзіць. Разгубленаць, амаль крыўда.

— Любаша, а зірні сюды.— Паказваю ёй кончык лыжачкі з-за міскі.— Ага, знайшлася!

Вельмі любяць малышы і самі хавацца. Для гэтага дастаткова адгарадзіць дзіця пялёначкай ці накінуць на яго пялёнку зверху і сказаць:

— Ку-ку! Дзе Любачка? Вы не бачылі Любачку?

Малышка замірае на некалькі секунд. Для яе гэта так дзівосна: свет імгненна знік з вачэй. Затое колькі радасці прыносіць кожны раз новае адкрыццё гэтага дзівоснага свету. Калі малыш усё лягчэй поўзае, а потым ходзіць, ён ужо спрабуе схавання сам за стул, за крэсла, пад стол. Пры гэтым ён не клапоціцца, каб яго не было відаць (часам хавае адну галаву), галоўнае для яго — самому не бачыць. Тут ужо трэба гульні не сапсаваць:

— Любачка, дзе Любачка? Куды яна пабегла?..— і шукаць зусім не ў тым месцы, дзе сядзіць дачка, а потым, пасля доўгіх старанняў, нарэшце знайсці яе, а яна замірае ад хвалявання і шчасця. Гэта гульні нязменна выклікае буру перажыванняў. Можна, гэта крокі да першых самастойных рашэнняў, да праяўленняў цярапліваці і вытрымкі? А можна, гэта падрыхтоўка да будучых расставанняў і сустрэч?

Калі забаўляешся з дзецьмі, пачынаеш лепей іх адчуваць і разумець. Іменна дзякуючы гульні мы выявілі, напрыклад, што дзеткі інстынктыўна шукаюць для сябе нейкую невялікую прастору: любяць забірацца пад сталы, ложка, стулы, у якія-небудзь зацішныя

куточкі — ім там неяк больш утульна, больш сувымерна з іх памерамі. Калі дзеці старэйшыя будавалі з вялікіх паралонавых падушак ад крэслаў лабірынты і «кватэры» з мноствам маленькіх «пакоікаў», як жа там падабалася хавацца і «жыць» паўзункам. І мы не забаранялі дзецям узводзіць «дамы», будаваць «падводныя лодкі» і «касмічныя караблі» пад сталамі, за крэсламі і нават у «гняздзечку» са старой раскладушкі пад столлю.

Зразумелі мы і яшчэ адну вельмі важную рэч, якая нам пазней дапамагла забаўляцца і з больш старэйшымі дзецьмі: гульня не церпіць прымусу і фальшу. Дарослы толькі тады «прымаецца» дзецьмі ў гульню, калі гуляе ўсур'ез, гэта значыць гэтак жа адчувае, перажывае, радуецца, жыве гульнёй, а не робіць ласку дзецям з іх «пусцяковымі заняткамі» дзеля нейкай там дыдактычна-выхаваўчай мэты. Гэтаму навучыцца нялёгка, але трэба, таму што ў абыходжанні з дзецьмі трэба ведаць іх мову — мову фантазіі і з а б а в ы. Вучацца ж яны разумець нас, чаму ж і нам у іх не павучыцца? Так хутчэй выпрацуецца агульная мова, якая вельмі патрэбна для далейшага ўзаемаразумення з уласным дзіцем.

Мы гэтаму таксама вучыліся. Часта не атрымлівалася: то гаворым нейкім павучальным тонам («Што ты забыўся зрабіць?», «Што трэба сказаць, калі выходзіш з-за стала?»), то пачынаем паўтараць, як папугай («Ты чуеш ці не?», «Колькі табе паўтараць?», «Доўга мне чакаць?»), то раптам упадаем у сюсюканне («Хто ў нас такі халёсенькі ды прыгозенькі?», «Ты ўжо естачкі захацеў?»). Пакрысе мы вызваліліся ад гэтых фальшывых нот і набывалі мову простую і шчырую. У той жа час выпусцілі на волю і ўласную фантазію з клеткі дарослых уяўленняў і абмежаванняў. Мы паспрабавалі фантазіраваць разам з дзецьмі.

Неяк у Юлі прапаў з гатавальні цыркуль:

— Я ім чарціла, а потым ён некуды знік.

— З тваёй дапамогай знік? — пытаюся я.

— Ну, мама! — абураецца і бянтэжыцца Юля адначасова.

Праходзіць дзень, два... На трэці дзень у кухню, дзе сабралася ўся дзятва, уваходзіць тата і гаворыць з заклапочаным выглядам

— Іду я зараз па пакоі, раптам чую нехта плача,

ды так горка-горка. Гляджу — вось ён, маленькі, скардзіцца на нейкую дзяўчынку і пра гатавальню штосьці пішчыць...

Усе дзеці, нават старэйшыя, шырока расплюшчылі ў чаканні вочы: што ж далей?

— Я ісці хачу, а ён за ногі чапляецца — я ледзьве не спатыкнуўся! — і гаворыць: «Вазьмі мяне з сабой, калі ла-а-аска, я дамоў хачу, да мамы-гатавальні, ёй без мяне блага».

Усе весела рагочуць, Юля чырванее, але смяецца разам з усімі і, узяўшы ў таты цыркуль, адразу кладзе яго на месца, у гатавальню.

Мы ўспамінаем зараз, якія мы былі (ды і бываем яшчэ!) бездапаможныя ў падобных выпадках, калі пачынаем папракаць:

— Зноў на месца не паклала!

— Колькі ж можна?!

— Ну і разявака ты ў нас! і г. д. і да т. п.

А вынік? Крыўда, слёзы і ўпартае: «Ну і няхай!», «Ну, і не трэба! Так, я такая! Такая! Такая!»

Б. П.: Вы спытаеце: пры чым тут аднагадовы малыш? А пры тым, што, чым раней пачынаць, тым лепей.

НАВОШТА ТАК РАНА!

Такое пытанне нам задаюць нават пасля самага падрабязнага расказу. Асабліва мамы.

— Падумаць толькі,— гавораць яны,— ад нараджэння вучыць стаяць, хадзіць, плаваць, спяваць, гаворыць, ледзь не чытаць — ды шкада ж крошку! А потым: вырастаюць жа людзі і без гэтага.

Вядома, вырастаюць, але...

Ці многія сустракалі чалавека, які свабодна гаворыць на трох-чатырох мовах? Такое не кожнаму дадзена, патрэбны асаблівыя лінгвістычныя здольнасці, скажуць многія і... памыляцца. У інтэрнацыянальнай школе пры ААН у Нью-Йорку, дзе з маленства, а часам ад нараджэння жывуць, вучацца і паступова ўступаюць у зносіны дзеці многіх нацыянальнасцей, веданне трох-чатырох моў — звычайная з'ява. Усе па-ліглоты!

Цяпер уявіце сабе, што дзіця, псіхічна зусім нармальнае, са слыхам і зрокам, на працягу многіх год не можа авалодаць нават адной, роднай мовай і

застаецца фактычна нямком. Неверагодна, праўда? Аднак навуцы вядомы трагічныя выпадкі, калі дзеці ў раннім маленстве траплялі ў бярогу да дзікіх звяроў. Калі іх вярталі да людзей пазней, чым у шасці-сямігадовым узросце, яны не маглі навучыцца гаварыць, як ні стараліся гэтаму навучыць іх цяроўныя і добрыя выхавальцы. Не маглі!

Яшчэ прыклад. Ці можа абсалютны музыкальны слых быць здабыткам кожнага чалавека? Нам уявіць сабе гэта цяжка. Але вось жыхары В'етнама — усе! — валодаюць надзвычайным музыкальным слыхам. Цуд? Не, проста в'етнамская мова чатырохтанальная, і, каб разумець адзін аднаго, в'етнамцы павінны з маленства дакладна адрозніваць вышыню гукаў.

З ранняга маленства! Але ж іменна тады — з першых дзён жыцця — і акупаецца маленькі в'етнамец у стыхію роднай мовы. З першых дзён — вось у чым справа!

Ці падазраём мы, што, гаворачы свайму немаўляці ласкавыя словы, напяваючы яму простыя песенькі, мы ўжо вучым яго гаварыць і разумець мову? Не, проста так прынята, усе так робяць. Ды і нам, дарослым, з ім так цікавей, весялей, забаўней. І ніхто не думае пра перагрузку, пра тое, што гэта рана, што дзіцяці цяжка, шкодна, небяспечна. Надыходзіць момант, і першае слова, яшчэ да года, вымаўляе сам малыш. Як проста! Але як няпроста ўсё робіцца, калі мы будзем мала гаварыць з дзіцем. Як затрымліваецца адразу яго развіццё. У доме дзіцяці, дзе дзеці выхоўваюцца з дня нараджэння і на кожнага дарослага прыходзіцца 20—25 малышоў, дзеці могуць не загаварыць і ў два, і ў тры гады, з вялікай цяжкасцю асвойваюць маўленне і нярэдка доўгія гады адстаюць потым у развіцці.

Такім чынам, цяжка асвойваюць мову (або не асвойваюць зусім) тыя, хто пачаў вывучаць яе занадта позна (дзеці-маўглі), і тыя, моўныя зносіны якіх былі вельмі бедныя. Час пачатку і ўмовы для развіцця — вось што вызначае паспяховасць авалодання роднай мовай. Але чаму не дапусціць, што дакладна гэтак жа ідуць справы і з астатнімі здольнасцямі?

Надзвычай пашырана думка, што здольнасці атрымліваюцца ў спадчыну, даюцца ад прыроды. Але вось што сцвярджаюць генетыкі: «...У нашы дні, пасля

канчатковай перамогі ў генетыцы прынцыпу неперадачы ў спадчыну саманабытых прыкмет, стала відавочна, што **духоўнае развіццё не запісваецца ў генах**. Яно фіксуецца ў сацыяльнай праграме, якая перадаецца шляхам выхавання, ускладняецца і развіваецца з кожным новым пакаленнем». Гэтыя словы знаходзім мы ў акадэміка М. П. Дубініна² (падкрэслена намі.— *Б. П. і Л. А. Н.*). Але ў першы год жыцця дзіцяці гэта сацыяльная праграма цалкам у руках бацькоў. І ад таго, як здолеюць бацькі выкарыстаць гэты час Пачатку Усіх Пачаткаў, будзе шмат у чым залежаць будучае развіццё іх дзіцяці.

Л. А.: Падрабязней мы раскажам пра гэта ў другой частцы кнігі, дзе гаворка пойдзе аб дзецях старэйшых. Але пачатак нармальных (або ненармальных) адносін з дзіцем закладваецца вельмі рана — бадай, нават да яго нараджэння. Зразумела, што тут шмат што залежыць ад агульнага маральнага клімату сям'і. Але ад чаго залежыць сам сямейны клімат? Вядома, на яго ўздзейнічае многае, што залежыць і не залежыць ад членаў сям'і: ад жыллёвых умоў да асабістых настрояў. І ўсё гэта накладвае адбітак на будучы характар дзяцей, якія растуць у сям'і. Ці можна ўсё прадугледзець? Нельга. Ці можна за ўсё адказваць? Па-мойму, трэба! Часта чую, з якой лёгкасцю скардзяцца маці адна адной: «Мой такі няласкавы», або «Такая ўжо яна ў мяне плаксівая», або «А мой упарты расце, і ў каго ён такі?» і г. д. і да т. п. І ніякага намёку на тое, каб пашукаць прычыну ва ўласных сваіх бацькоўскіх дзеяннях! Такі, маўляў, урадзіўся...

Я ж не ўспомню ніводнага прыкладу, каб які-небудзь недахоп нашых дзяцей не знаходзіў сваіх вытокаў у непрадуманых, безадказных, няправільных дзеяннях навакольных, перш за ўсё родных, блізкіх людзей, і асабліва, вядома ж, нас, бацькоў. Спахопішся, пакутуеш, думаеш, аналізуеш — і пачынаеш усё спачатку, усё па-іншаму. Не выходзіць. Зноў і зноў шукаеш выйсця. І знаходзіш! Гэта ўжо заваяванне, адкрыццё, маленькая перамога. З многіх такіх дасягненняў складваецца вопыт — вопыт адносін і... вопыт адказнасці. Добра, калі пачынаеш назапашваць гэты вопыт як мага раней.

² Дубинин Н. П., Шевченко Ю. Г. Некоторые вопросы биосоциальной природы человека.— М., 1976.— С. 17.

Аднойчы ў скверыку мы назіралі такую замілавальную сцэнку. На лаўцы ажыўлена размаўляюць дзве маладыя жанчыны. Да адной з іх не-не ды прыкавыляе малыш гадоў двух, ткнецца ёй у калені, пастаіць так некалькі секунд і тупае назад да чародкі дзетак у пясочніцы. Яна не пытае яго ні аб чым, проста пакладзе сынку руку на галоўку, пагладзіць віхры, шапне штосьці на вушка, і ён, быццам глытнуўшы жывой вады, зноў вяртаецца да гульні. Яго ніхто не крыўдзіў, мама яму была добра відаць ад пясочніцы, але ён упарта прыходзіў і прыходзіў да яе, каб проста дакрануцца, адчуць жывую цеплыню яе рук, каленяў — без гэтага ён проста не мог забаўляцца спакойна.

Вось гэту прагу не проста бачыць мяне, але і адчуваць блізка фізічна я заўважыла ў сваіх малышоў, на жаль, не адразу. Толькі паступова я зразумела, што гэта не капрыз — бачыць маму пастаянна, адчуваць яе побач або чуць яе голас. Спачатку я слухалася не ўласнай інтуіцыі, а ходкай завядзёнкі: не распешчвай дзіця, а то яно табе на шыю сядзе (памытаецца: да рук прывучыш — рукі звяжа). І першынца свайго з самага пачатку спрабавала не песціць: плача — не падыходзіла, пакуль не перастане; спаць пакладу і знарок пайду — няхай засынае сам; люляць, песні спяваць — ні-ні, а то прывыкне...

Ну і што выйшла? З-за дзятэзу ён кепска спаў, часта плакаў уначы, я, вельмі стараючыся «вытрымліваць характар», не брала яго на рукі і... змучылася сама дарэшты. А потым, адчаяўшыся, махнула рукой на ўсе «нельга» і «не заведзена» і паклала сынка спаць побач з сабой. За паўгода яго жыцця гэта была першая ноч, калі мы абое выспаліся ўсмак. І ўсе наступныя ночы перасталі быць для нас праблемай.

Іменна пасля гэтага мы і ўдзень пачалі браць часцей яго на рукі, а потым гэтак жа абыходзіцца з усімі астатнімі малышамі. Нашага тату бабулі часам нават «ёлкай» называлі, таму што варта яму з'явіцца, як на ім віснуць усе, хто можа павіснуць, а хто не можа, таго ён сам бярэ на рукі і носіць усіх доўгадоўга або ваядаецца з малышамі, пакуль усе не стамяцца. Не, гэта не было для нас цяжарам. Мы бачылі, колькі радасці прыносяць гэта дзятве, ды і нам,

дарослым, было добра. А таму не засмучаліся, што парушылі нейкія забароны.

І вось цяпер у друку мы ўсё часцей сустракаем пацвяджэнні правільнасці сваіх «неразумных» дзеянняў. Выявілася, што фізічны кантакт з блізкімі людзьмі дае дзіцяці пачуццё абароненасці і бяспекі, а гэта неабходна для нармальнага развіцця псіхікі. Апісанне аднаго доследу асабліва ўразіла нас, хоць гаворка ішла ў ім не пра людзей, а пра малпаў. Біёлагі Харлаў і Суомі расказваюць, што яны вывучалі эксперыментальна, у якім узросце маленькія малпачкі лепей за ўсё навучаюцца. Але для ўрокаў даводзілася малпачак аднімаць ад маці, каб тыя не заміналі «вучобе». Для маленькіх малпачак кожнае расставанне з маці ператваралася ў трагедыю. Гэта так падзейнічала на іх, што спынілася іх псіхічнае развіццё: шасцімесячныя малпачкі засталіся на ўзроўні трохмесячных (якраз тады іх і пачалі адрываць ад маці). Карціна эксперыменту так сказала, што яго давялося спыніць і пачаць другі.

У другім эксперыменце малпачак аднялі ад маці адразу пасля нараджэння, а ў клетку да кожнай паставілі па крэсла з махнатай абіўкай, якая нагадвала поўсьць маці. У спінку крэсла ўставілі бутэльку з соскай і выкормлівалі малпачак штучна. Навучанне цяпер ішло проста ў клетцы, крэсла яму не перашкаджала, але, калі для пробы крэсла выносілі з клеткі, дзіцянё падала на падлогу, дзе яно стаяла, і горка «плакала» — вішчала. Варта было, аднак, вярнуць крэсла ў клетку, як дзіцянё скакала на яго, моцна ўпівалася ў махнатую абіўку і некалькі мінут прыціскалася да яго, не адважваючыся пакінуць.

Эсперымент закончылі, а «бязмамных» малпачак, якія падраслі ўжо, выпусцілі ў агульную чараду малпаў. Але выявілася, што яны настолькі некантактныя, некамунікабельныя, што не змаглі нават стварыць сямейныя пары і былі агрэсіўна настроены ў адносінах да іншых малпаў. Тады звярнуліся да штучнага апладнення і дачакаліся ад гэтых малпаў, якія выраслі без мам, патомства. І што ж? Яны не праяўлялі да ўласных дзяцей ніякіх пяшчотных пачуццяў. Адна адарвала руку свайму дзіцяці, другая раскусіла галаву, як кокасавае арэх. Яны не звярталі ўвагі на тое, што малыш «плача», тады як у чарадзе ў падобным выпадку да

яго адразу ж кідаецца маці або нават хто-небудзь з іншых малпаў. Гэта ўразіла вучоных: у «бязмамных мам» зусім адсутнічаў мацярынскі інстынкт, які спакон веку лічыўся прыродным.

Вось як страшна — расці без мамы. Як жа не хварэць дзеткам у яслях? Як жа ачуньваць малыхам у бальніцах — без мам? Паводле трапнага выразу доктара Б. Спока, цяпер нярэдка ператвараюць грудное дзіця ў ложкавае. А калі яшчэ дадаць сюды і штучнае ўскормліванне? Што ж з гэтага атрымаецца?

ПАТРАБУЮЦА БАБУЛІ І ДЗЯДУЛІ

Настолькі ж вялікую патрэбнасць маюць малышы ў моўных і эмацыянальных зносінах. Вось тут незаменнай з'яўляецца роля бабуль, таму што бацькі з-за вечнай сваёй занятасці вельмі абдзяляюць дзяцей зносінамі. Са старэйшымі мы размаўлялі шмат і падоўгу, выклікаючы ў іх жаданне ў адказ паўтараць за намі гукі, вымаўляць склады, у гэтым нам дапамагалі бабулі, якія тады жылі разам з намі. І дзеткі да года ўжо шмат што разумелі, нават вымаўлялі з дзесятак простых слоў, гэта значыць развіваліся зусім нармальна.

А з сярэднімі справа застопарылася: мы паспадзяваліся, што ўсё само па сабе ўладзіцца, і, заўсёды занятыя, не заўважылі, як яны пачалі адставаць у развіцці мовы. Атрымалася гэта так. Пасля сьнедання ці абеду мы адпускалі маленькіх гуляць са старэйшымі (рознца ў два — чатыры гады). Справы і гульні ў тых звычайна былі такія, што малодшыя ўдзельнічалі на роўных: «жылі» ў доме, пабудаваным пад сталом, з'язджалі з горкі, зробленай з раскладушкі, і г. д. Дзеці неяк прыстасоўваліся да таго, што малодшы не ўмее гаварыць, а патрэбнасць навучыць яго ніяк не ўзнікала. Малыш вымаўляў нейкі няпэўны гук «ы», які быў прыдатны на ўсе выпадкі жыцця, і ўсе яго разумелі.

Вось цягне маленькі ручку да старэйшага і «гаворыць»: «Ы-ы!» Той дае яму руку, і малыш вядзе старэйшага ў кухню. Тут стаіць высокая лаўка, а на ёй вядро з вадой. Малыш бярэ з лаўкі пустую конаўку, уручае яе старэйшаму, а сам ляпае другой ручкай па вядру. Усё зразумела. Старэйшы акупае конаўку ў вядро і поіць малыша. І нават «ы» ў гэтым выпадку не патрэбна. Мы і не заўважылі, што яны пад паў-

тара года гаварылі меней слоў, чым звычайна гавораць у год. Як жа цяжка было іх «разгаварыць» потым! Запатрабавалася шмат сіл і часу, каб нагнаць упушчанае.

А калі нарадзілася апошняя дачка, Любаша, да нас перасяліўся дзядуля. Малодшая ўнучка стала яго любіміцай. Ён падоўгу мог размаўляць з ёй, чытаць ёй вершы, разглядваць карцінкі, і Люба ў паўтара года ўжо гаварыла маленькімі фразамі.

Цяпер неяк адыходзяць з нашага жыцця тыя цудоўныя, адшліфаваныя стагоддзямі народныя пацешкі для самых маленькіх, розныя жарты-прыгаворкі, забаўныя гукаперайманні, якія суправаджаліся рознымі нескладанымі, але вясёлымі дзеяннямі, што так радавала дзіця. «Ладачкі-ладкі», «Ідзе каза рагатая», «Сарока-варона» і г. д. — ці шмат мы іх ведаем? А іх жа не адзін дзесятак. А казкі? А песні? Расул Гамзатаў заўважае, што ў Дагестане пра благога чалавека гавораць: над ім маці спявала благія песні або не спявала зусім.

А якія песні слухаюць дзеці сёння? Нават казкі зрабіліся цяпер тэлеказкамі і радыёказкамі. Прачыталі мы неяк, што нават прапануюць малым слухаць казкі па... тэлефоне: набяры нумар — і калі ласка! Але ж песня, казка — гэта перш за ўсё сродак эмацыянальных узаемазносін. Як жа наладзіць зносіны з тэлефонам?! Тут штосьці не так. Няхай казка будзе немудрашчя, няхай расказана яна будзе без належнай артыстычнасці, але родным голасам, родным чалавекам. Памятаеце:

*...Я на печ залезу да сівой бабулі,
І пачну ў бабулі казку я прасіць,
І пачне бабуля казку гаварыць?..*

Няхай не падумаюць чытачы, што мы супраць тэле- і радыёказак. Наадварот, яны вельмі патрэбны ўсім, у тым ліку і дарослым: узноўленыя ў мастацкіх вобразах майстрамі слова, кіно, тэатра, гэтыя казкі моцна дзейнічаюць на ўяўленне дзяцей і шмат чаму іх вучаць. Але ўсё ж... усё ж яны тут толькі глядачы і слухачы. Казку на экране не пераб'еш, пытанне не задасі: глядзі, слухай і... пераварвай. А вось чытае мама казку ўголос або тата расказвае нешта. Тут жа ўспыхвае то смех, то спрэчкі, то рэпліка, то пытанне. Тыя ўрыўкі,

якія спадабаюцца асабліва, чытаем яшчэ раз... Цеплыня і паэзія гэтых хвілін застаюцца з чалавекам на ўсё жыццё. Іх не можа даць ні магнітафонная стужка, ні грампласцінка, ніякае самае сучаснае вынаходства — нішто не заменіць жывых зносін з дзіцем.

ЯБЛЫК РАЗЛАДУ

Першае дзіця амаль заўсёды з'яўляецца як бы пробным каменем педагогічных поглядаў усіх дарослых, так ці іначай звязаных з малышом. Вакол яго ледзь не з першага дня разгараюцца азарт і спрэчкі — як карміць, купаць і г. д. і да т. п. Самае сумнае ў тым, што кожны са старэйшых удзельнікаў спрэчкі, нават калі ён не выгадаваў ніводнага дзіцяці, лічыць сябе глыбокім знаўцам у справах выхавання, ведае нават, як абыходзіцца з самым маленькім, і бясконца дае парады і ўказанні. Або, сціснуўшы губы, моўчкі асуджае ўсе спробы маладых вырашыць процьму праблем сваімі сіламі. А бацькі-пачаткоўцы, якія не маюць ніякага вопыту, але перапоўненыя самымі добрымі намерамі самастойна гадаваць дзіця, — вядома, сучаснымі спосабамі! — не прымаюць ніводнай парады, не згодны ні з чыёй думкай. У іх ужо ёсць свае (часам у кожнага свая, што толькі пагаршае абставіны). Так, два «варагуючыя лагеры» вакол калыскі, — на жаль, з'ява тыповая. Не абмінулі яе і мы.

Цяпер, калі азіраешся назад — у той цяжкі час пастаяннай нашай «вайны» з навакольнымі, — шмат што бачыцца іначай, шмат што хацелася б вярнуць і выправіць, але гэта, на жаль, немагчыма. Затое магчыма іншае: папярэдзіць падобныя памылкі ў іншых.

Можа, наш расказ дапаможа гэта зрабіць хаця б часткова.

Амаль тры гады мы жылі ў адным доме са сваёй раднёй. Вакол нашых сыноў (двухгадовага і шасцімесячнага) сабраліся шасцёра дарослых: бацькі, дзве бабулі, дзядзька і цётка — людзі ўсе вельмі розныя — з тых, хто не паддаецца на ўплыў і ўгаворы. Атмасфера нязгоды і напружання запанавала з самага пачатку: родныя насцярожана і абсалютна адмоўна паставіліся да ўсіх нашых педагогічных пачынанняў: нязвычайнай загартоўкі, спортснарадаў у пакоі, дазволу поўзаць па ўсім доме і г. д. Іх нежаданне хоць бы част-

кова ўнікнуць у тое, чаму мы так рабілі, іх прадказанні страшнай будучыні нашых дзяцей (а выказваліся яны з упэўненасцю прарокаў) — усё гэта не магло не абудзіць у нас пратэсту і імкнення абараніць сябе ад замаху на наш суверэнітэт. На шчасце, мы самі былі шмат у чым салідарныя і дзейнічалі сумесна, падтрымліваючы адно аднаго. Гэта не выключала нашага рознагалосся, але яно, як правіла, заставалася паміж намі і не рабілася набыткам навакольных. У гэтым была наша сіла — мы гэта адчувалі і даражылі сваёй салідарнасцю.

Але мы не здагадваліся аб сваёй слабасці, аб тым, што самі ўвесь час правакавалі новыя праявы нездавальнення і абурэння навакольных і выклікалі на сябе агонь іх крытыкі. Чым? Слова гонару, цяпер сорамна пісаць пра гэта, але што было, тое было: захопленыя сваімі педагагічнымі пошукамі і адкрыццямі, мы фактычна не лічыліся з навакольнымі, з іх думкамі, перакананнямі, прывычкамі, традыцыямі, пачуццямі, нарэшце. Не лічыліся не таму, зразумела, што хацелі камусьці зрабіць наперакор, а тым больш назло — нікчэмнае і дробнае гэта пачуццё нам было неўласціва з самага пачатку. А нас падазравалі ў жаданні вылучыцца, што называецца, быць не як усе добрыя людзі. Гэта, у сваю чаргу, таксама крыўдзіла нас.

Але галоўная бяда была ў тым, што мы проста рабілі так, як лічылі правільным і патрэбным, і не звярталі ўвагі на тое, як гэта адбіваецца на жыцці і самаадчуванні навакольных. Мы натхняліся мудрым выслоўем: «Ідзі сваёй дарогай, і няхай гавораць, што хочучь». Нават ганарыліся тым, што здатныя ісці проста скрозь строй грамадскай думкі і грамадскіх забабонаў.

Мы і зараз гэтым ганарымся. Хораша мы выглядалі б, калі б замест цвёрдага курсу выбралі «вілянне пад уплывам» кожнага сустрэчнага. Тут гаворка пра іншае.

Зусім нядаўна мы назіралі ў электрычцы такую вось сумную сцэну. У бітком набіты вагон ледзьве праціснуўся бацька з залітым слязьмі сынам гадоў чатырох на руках.

— Хачу да бабулі, дзе бабуля?.. — паўтараў малыш зноў і зноў.

— Перастань раўці, — сурова выгаворваў яму бацька, — бабуля засталася, мы едзем дадому.

— Хачу да бабулі, — безнадзейна цягнуў хлопчык,

яшчэ ўсхліпваючы, але ўжо ў асноўным перастаючы плакаць. Бацька не ўлавіў гэтай перамены і, страціўшы цяжарнасць, паставіў сына на падлогу.

— Будзеш раўці — не вазьму на рукі.

Што тут пачалося! Хлапчук голасна расплакаўся і пачаў лямантаваць ашалела:

— Да бабулі! Да бабулі хачу!

Пасажыры, зразумела, страпянуліся: хто чытаў, кінуў на самым цікавым месцы, хто гаварыў, абарваў гутарку на паўслове, хто драмаў, ачнуўся... Увушшу ва ўсіх звон стаяў ад рэзкага дзіцячага ляманту:

— Да ба-а-булі-і-і!

Бацька стаяў, прыхіліўшыся да сцяны, і час ад часу вымаўляў як мага больш спакойна і цвёрда (давалася яму гэта нялёгка):

— Крычыш? Ну крычы, крычы, а мы паслухаем.

Пасажыры, якія стаялі побач, асабліва, вядома, жанчыны, спрабавалі суняць малыша, загаворвалі з ім, паказвалі нешта, многія прапаноўвалі бацьку сесці каля акна, адцягнуць увагу дзіцяці. Бацька быў непакіхны і ад дапамогі адмаўляўся:

— Няхай параве, усё роўна па-ягонаму не будзе, і ўгаворваць яго няма чаго.

Узбударажаны вагон між тым перажываў здарэнне: хто асуджаў бацьку, хто працягваў суцяшаць крыкуна, хто раіў «паддаць гэтаму дурасліўцу як след, каб ведаў наперад», а адна пажылая жанчына дастала з сумачкі валідол:

— Не магу я дзіцячага крыку чуць, мне робіцца нядобра...

Бацька працягваў «выхоўваць» сына яшчэ мінут пятнаццаць, да самай Масквы, і на рукі ўзяў яго, асіплага і знямоглага, толькі калі выходзіў з вагона.

Мы зірнулі адно на аднаго: шкада, маўляў, і бацьку, і сына.

— А ведаеш, каго ён мне нагадаў? — спытала я. — Ты толькі не крыўдуй — нас з табой.

— Ну ведаеш! У нас так дзеці ў вагонах ні разу не гарлапанілі!

— У вагонах — не, а дома?

І мы прыгадалі даўнюю гісторыю, якую апісалі ў сваёй першай кніжачцы «Ці маем мы рацыю?», гісторыю пра тое, як мы вучылі сына быць акуратным і не далі яму чаю, калі ён перакуліў сваю шклянку. Больш

за гадзіну працягвалася «змаганне» паміж намі і двухгадовым карапузам і закончылася, зразумела, нашай перамогай, пра якую мы з задавальненнем і напісалі так: «...калі за абедам і на наступны дзень мы бачылі, як Алёша прадбачліва адсоўвае ад краю стала шклянку... усякія сумненні прападаюць: трэба рабіць так, як мы робім».

Мы тады не заўважалі не сувымернасці гэтай перамогі з цаной, якая была за яе заплачана. Мала таго, што самі мы былі выбіты з каляіны не толькі на гадзіну, але і значна больш; галоўнае, разбалелася галава ў бабулі, не мог працаваць за тонкай перагародкай дзядзька Валодзя, прачнуўся і расплакаўся шасцімесячны малыш. Мы «выхоўвалі» сына за кошт нервознасці ўсіх навакольных. І тым самым далі яму адзін з самых шкодных урокаў: няважна, што перажываюць астатнія, важна, што адчуваю і раблю я.

Так, не жадаючы таго, мы абуджалі ў сыне эгаістычныя пачуцці. І яны неўзабаве праявіліся. Мы заўважылі, што старэйшы не звяртае ніякай увагі на плач браціка — кропля ў кроплю, як мы не звярталі ўвагі на яго ўласны плач. Гэта нас насцярожыла і навяло на роздум і сумненні. Мы пачалі пакрысе выкарасквацца з нетраў, куды трапілі па ўласнай недальнабачнасці і недасведчанасці.

Раслі дзеткі, і мы бачылі, наколькі важная для іх добрасардэчная атмасфера ў доме, цёплыя адносіны блізкіх паміж сабой. Але як дамагчыся гэтых цёплых адносін, калі кожны стаіць на сваім і не саромеецца ў выказваннях?

Бабуля: Прыкрый яго, ён змёрз зусім! Замарыць дзіця хочаш?

Бацька: Не слухай яе! Няхай голенькі паляжыць!

Маці: Адстаньце ад мяне! Я сама ведаю, што раблю!

Але што тут зробіш? Рэцэпт адзін: пэўна, трэба старацца зразумець перажыванні адно аднаго і ашчаджаць нервы блізкіх людзей.

Бабулі, можа быць, варта было крыху пацярпець, паназіраць за малым і бацькамі і не спяшацца з падказкамі. Бо мудрасць няспешная і недакучлівая.

Бацьку, вядома ж, трэба было не крыўдзіць бабулю і прапанаваць маці больш мякка: «Можа быць, паспрабуем яго ўкрыць лягчэй, паглядзім, як ён да гэтага паставіцца».

Маці павінна была зразумець перажыванні бабулі, якой самой зябка, а таму і за малыша боязна, і супакоіць яе: «Паглядзі, мама, на яго — ён жа вясёленькі. Калі б яму холадна было, ён бы заплакаў, я ўжо навучылася распознаваць гэта. Не хвалюйся, яму добра». А бацьку проста растлумачыць: «Ведаеш, я спрабую па-рознаму, як лепей атрымаецца, пакуль не ведаю. Я стараюся не перахутаць, а голенькі ён у мяне ўжо ляжаў пасля кармлення».

Так атрымліваецца куды лепш — мы ў гэтым пераканаліся на ўласным вопыце. Вось толькі сачыць за сабой бывае цяжка, затое, калі атрымаецца, бывае так прыемна!

ПЕРАКУЛЕНАЯ ШКЛЯНКА

Часам мяне пытаюць, успамінаючы гісторыю з пралітым чаем:

— Ну а зараз што б вы зрабілі ў апісанай сітуацыі?

І я адказваю: гэта залежыць ад многіх абставін.

Калі гэта адбылося ад няўмеласці і няўважлівасці, а да таго ж выклікала збянтэжанасць і пачуццёвіны ў малыша — а так яно ў нас тады і атрымалася, — трэба было б паспачуваць яму:

— Якая прыкрасць! — Выцер лужыну? Ну садзіся, нальём яшчэ. Толькі куды ж паставіць шклянку, каб не зваліць?

Калі дзіця хацела адсунуць шклянку і раптам яе перакуліла, а само збянтэжылася да слёз, хутчэй за ўсё мы б яго суцешылі, дапамаглі выцерці лужыну, налілі чаю зноў і павучылі б яго адсоўваць шклянку, даючы яму магчымасць самому паспрабаваць, як лепш гэта зрабіць.

Магчыма і такое: малыш ужо зусім засынае — з-за гэтага і ўсё няшчасце. Ну тады лепей за ўсё пакласці яго ў ложка, лужыну выцерці і не ўспамінаць пра гэта болей, быццам нічога і не было.

Ну а калі наша дзіця капрызна запатрабуе: «Не хачу чаю, хачу малака!», адштурхне ад сябе шклянку ды пры гэтым яшчэ і губы надзьме, лічачы гэта справядлівым (не тое, бачыце, яму падалі), то тут і разлавацца не грэх, і выставіць з-за стала, і не даць яму болей нічога да наступнай яды. Тут ужо справа не столькі ў шклянцы, колькі ў яго панскіх паводзінах, якія дапускаць проста нельга.

Мы пералічылі толькі некаторыя з магчымых ва-
рыянтаў. А па сутнасці, кожны падобны выпадак
індывідуальны, і рэагаваць на яго немагчыма па раз і
назаўсёды прынятаму шаблону.

ГЭТА НЕЛЬГА, А ГЭТА МОЖНА

Але ёсць сітуацыі, якія маюць — павінны мець! —
дакладныя і пэўныя ацэнкі. Гэта вельмі важна для
правільнай арыенціроўкі малыша ў свеце незнаёмых
для яго рэчаў і адносін.

Я памятаю, як аднойчы мне давялося размаўляць
з кімсьці з гасцей, трымаючы на каленях васьмімесяч-
нага сына. Размова яшчэ не была закончана, а малыш
пачаў капрызіць. Тады я, каб яго супакоіць, паказала
яму гадзіннік на руцэ і прыклала да вушка: «Чуеш:
цік-так!» Зацікаўлены малыш пацягнуў гадзіннік за
раменьчык і паспрабаваў зняць. Ах, як патрэбна было
мне закончыць важную размову, і я, нядоўга думаючы,
зняла гадзіннік і, трымаючы раменьчык за спражку,
дала яго сыну пабавіцца. Размова была паспяхова
закончана, цяпер гадзіннік трэба было вярнуць на
месца, але дзе там. Сын не захачеў аддаваць гадзін-
нік — яшчэ не нагуляўся.

— Нельга забавляцца гадзіннікам! — разгублена
спахапілася я. — Нельга!

— Але ж ты сама яго дала яму, значыць, можна, —
заўважыў бацька. — Ён так цяпер і зразумее: нельга —
гэта значыць можна. Ты яго забытала.

І праўда — давялося паваяваць з сынам, каб ён
гадзіннік больш не браў, каб зразумеў: чапаць гэта
нельга!

З таго часу мы сталі асцярожней з гэтым словам,
пастараліся навесці парадак у яго ўжыванні. Перш за
ўсё зразумелі: калі што-небудзь нельга, яно павінна
быць н е л ь г а з самага пачатку і без усякіх хістанняў.
Скажам, браць гадзіннік, секундамер, чапаць пішучую
машынку, магнітафон, тэлевізар і іншыя рэчы, якія лёг-
ка сапсаваць, нельга! Кідаць лыжкі і відэльцы на
падлогу, ірваць кніжкі і пісаць на іх н е л ь г а! Пляс-
каць — нават жартам — бабулю або каго-небудзь па
твары, тузаць кацяня за хвост нельга! Прычым гэта
слова павінна вымаўляцца строгім тонам, без угавораў
і растлумачэнняў.

Але — і гэта важна — забарон не павінна быць вельмі многа, толькі самы неабходны мінімум. Калі абгарадзіць дзіця суцэльнымі «нельга», ды яшчэ і сурова караць за ўсе парушэнні забарон, можна або яго запалохаць, або справакаваць бурны пратэст. Бо незадавальненне ўзнікае з кожным «нельга», таму што «нельга» азначае пазбаўленне якога-небудзь жадання, а гэта заўсёды крыўдна, горка, прыкра, не пакідае надзеі на будучыню.

Мы стараемся не дапускаць гэтага: забараняючы што-небудзь малышу, адразу гаворым яму, а што можна. Дапусцім, кідаць хлеб нельга, а мячык — можна; рабіць балюча кацяняці — ні-ні! Нельга! А паглядзіць — ціхутка, ласкава — можна. Гадзіннік чапаць нельга, а вось гэта кольца або шпульку — можна, сёння да бабулі паехаць нельга, але заўтра будзе можна. Тады ў дзіцяці ёсць надзея, перспектыва, магчымасць дзейнічаць і правільнае ўяўленне аб гэтым. І тады знікаюцца магчымыя канфлікты, капрызы і непаразуменні. Яно як бы стрымлівае компас для арыенціроўкі ў навакольным свеце і робіцца спакайнейшым і больш упэўненым у сабе.

І МАМУ ТРЭБА ПАШКАДАВАЦЬ

Жывыя зносіны з малышом, увага да яго — без гэтага немагчыма нармальнае развіццё дзіцяці. Ніхто прырэчыць супраць гэтага не будзе. Але ж... і зносіны зносінам не роўныя, і ўвага не заўсёды на карысць ідзе. Мы пераканаліся ў гэтым на горкім вопыце. У той жа брашуры «Ці маем мы рацыю?», якую мы прыгадвалі ўжо, ёсць такі раздзельчык: «Бабулін рай».

Наш сыноч трапляе на цэлы дзень да трох бабуль, яны акружаюць яго такой ласкай, увагай, такім клопатам, што яму самому і рабіць нічога не застаецца — усе яго жаданні выконваюцца неадкладна і нават угадваюцца загадзя, але, самае галоўнае, усе клопаты накіраваны ў адзін бок: ад дарослых да дзіцяці. І ніякага намёку на ўзаемнасць, клопат у адказ — дзіцяці — аб дарослых.

Малыш прымае знакі ўвагі як належнае, проста на вачах ператвараючыся ў маленькага дэспата. Праявіць жа клопат аб бабулях яму проста не прыходзіць у галаву, бо гэта не патрабуецца — «ён яшчэ маленькі».

Але ж і маленькі можа суцешыць пакрыўджанага, спачуваць, дапамагаць. І трэба, абавязкова трэба даваць гэту магчымасць нават самаму малюсенькаму чалавечку.

— Ды што ад яго толку? — скажуць многія. А гэта гледзячы які толк мець на ўвазе. Вось абіраю я бульбу на кухні і («нездагадлівая!») нахіляюся за кожнай бульбінай да кошыка на падлозе. Бачыць Алёша (яму адзінаццаць месяцаў) гэтыя паклоны і сам... дастае бульбіну з кошыка, а потым працягвае яе мне. Я, вядома, расчулена:

— Дзякуй табе, памочнік ты мой харошы! Кладзі вось сюды, на мой стол.

А Алёша, задаволены маёй пахвалай, ужо адшуквае другую бульбіну, большую. Я не паспяваю абабраць першую, а на сталe з'яўляецца новая.

— Бачыш, як хутка ў нас справы пайшлі? Малайцы мы з табой, праўда?

Ужо да года малыш шмат разоў трапляе ў такія сітуацыі, калі ён можа стаць клапацілівым і ўважлівым памочнікам. Нясе з калонкі тата поўныя вёдры вады, а Алёша бяжыць наперадзе і адчыняе яму ўсе дзверы па чарзе. Накрываю на стол, а Алёша кожнаму кладзе лыжку да талеркі. Працуючы, тата панасмечваў на падлозе — Алёша ў кухню за шуфлікам скіраваўся.

Мы стараліся не забываць пахваліць малыша, падзякаваць яму і не смяяліся, што дапамога яд яго маленькая. Колькі разоў даводзіцца бачыць карціны, якія зусім засмучаюць. Малыш стараецца, сапе, хоча дапамагчы, а старэйшыя яму:

— Выбірайся адсюль! Толку ад цябе мала, болей замінаеш.

І не разумеюць яны, што толк не ў тым, колькі здолее зрабіць дзіця, а ў тым, што яно хоча дапамагчы і ўжо дапамагае — паводле сваіх магчымасцей. Як важна падтрымаць яго ў гэтым імкненні!

Хто не чуў такіх вась гаротных нараканняў ад бацькоў ужо дарослых дзяцей:

— Карміла, паіла, гадала. З усіх сіл старалася, каб ні ў чым адмовы не ведаў. І вась вырас і забыў, што маці ёсць.

Адчуваецца, што чалавеку да слёз балюча ад такой няўдзячнасці сына, але дапамагчы яму ўжо нельга. Усё жыццё ішоў клопат толькі з аднаго боку — ад маці

да сына, і ёй у галаву не прыходзіла, што іменна так узрошчваецца будучая сынава няўдзячнасць.

Калі ў сям'і ёсць некалькі дзетак, клопат пра сама а маленькага, здавалася б, павінен быць уласцівы старэйшым дзецям. Аднак само па сабе гэта не атрымліваецца. Вельмі многае і тут залежыць ад паводзін дарослых. Можна, напрыклад, загадаць старэйшаму:

— Пакармі Любу кефірам! — даць бутэльку, каб патрымаў, пакуль тая ўсё выссе.

У гэтым выпадку старэйшы ўспрымае прапанову як за г а д, які зыходзіць ад таты або мамы і які трэба выконваць, хочацца таго ці не хочацца, а пра саму сястрычку і клопату ніякага няма.

Але можна сказаць гэта дзіцяці зусім інакш:

— Наша Любаша, відаць, прагаладалася. Трэба ёй бутэлечку патрымаць, а ў мяне рукі занятыя. Як жа цяпер быць?

— Я патрымаю, мама, — тут жа прапануе нехта.

Вось так атрымліваецца куды лепш: тут узнікае жаданне дапамагчы і сястрычцы, і маме. І калі я да таго ж не застануся абыякавай да гэтага, абрадуюся:

— Які ты клапатлівы брацік! — гэта можа толькі ўмацаваць і развіць толькі што народжаны клопат пра другога.

Тата гаворыць нешта дачцэ, якой толькі адзін год:

— Любачка, мама стамілася, у мамы галоўка баліць. Палячы яе.

Дачка цалуе мяне ў лоб, гладзіць па валасах — «лечыць». І я ўсміхаюся:

— Вось мне і лепей, дзякуй, мой доктар!

— Давай будзем гаварыць шэптам, — прапаную я старэйшаму сыну, — дзяўчаткі робяць урокі...

— Дзеткі, давайце гуляць цішэй — няхай Любачка паспіць...

— Цішэй! — чую голас старэйшай дачкі. — Мама працуе.

Калі б думаць пра гэта раней, у нас магло быць так за ўсёды...

Але да ўсведамлення ўсяго гэтага мы прыходзілі, на жаль, метадам спроб і памылак. А трэба, ТРЭБА, ТРЭБА было ведаць з самага пачатку, што малышу патрабуецца не толькі клопат пра яго, але і абавязкова яго клопат пра нас, пра бабуль, пра другіх людзей. Інакш яму не вырасці сапраўдным чалавекам.



РУХ, РУХ, РУХ!

Д а ш к о л ь н а е дзяцінства. Сама назва быццам нагадвае: наперадзе школа. Як палохася яна зараз бацькоў новымі праграмамі, непрывычнымі патрабаваннямі. І, жадаючы як мага лепш падрыхтаваць свайго малыша да будучага школьнага жыцця, так непадобнага на дамашняе, таты і мамы часам наладжваюць дома са сваімі пяці-шасцігадовымі дзецьмі «сапраўдныя» школьныя ўрокі: «Сядзь як след», «Не круціся», «Паўтары яшчэ раз», «Дай поўны адказ», «Вывучы на памяць», «Пакуль не вывучыш, гуляць не пойдзеш».

Бачачы, што вынікі, як ні біся, невялікія, бацькі пачынаюць маркоціцца: «Непаседа, няўважлівы, упарты — ну які з яго вучань?» І шукаюць адказ на пытанне: а як жа трэба рыхтаваць да школы? Чытаюць пра гэта ў часопісах і брашурах, дзе падрабязна расказваецца, чым і як варта займацца да школы. І ў сваіх шматлікіх лістах да нас часта звяртаюцца з просьбай: «Раскажыце, як вы вучылі сваіх дзяцей чытаць, лічыць, быць уважлівымі, уседлівымі. Чаму яны ў школе трацяць мала часу на дамашнія заданні, могуць нават «пераскокваць» цераз класы? Гэта што, прыроджаныя здольнасці або ў вас асаблівая сістэма падрыхтоўкі? Раскажыце пра яе!»

Вось пра гэта і будзе цяпер наш расказ. І пачнём мы яго не з навучання лічэнню і чытанню, не з выпрацоўкі ўважлівасці і цікаўнасці (пра іх будзе гаворка потым), а... са здароўя малышоў, з іх фізічнага развіцця. Чаму? Ды таму, што школа — гэта перш за ўсё

п а р т а, с я д з е н н е за ёй па некалькі гадзін у дзень, гэта, апрача таго, сядзенне за дамашнімі заданніямі, за чытаннем дзсяткаў і соцень кніг...— гэта, карацей, рэзкае абмежаванне рухавасці дзіцяці ў той самы час, калі яно асабліва мае патрэбу ў інтэнсіўным, разнастайным, радасным руху.

Вядома, калі-небудзь гэта супярэчнасць будзе перадолена, але пакуль, на жаль, застаецца ва ўсёй сваёй вастрэні, і пакутуюць ад гэтага больш за ўсё якраз дзеці фізічна нядужыя, маларухавыя, вялыя. Ім вучыцца цяжэй, хварэюць яны часцей, займаюцца больш, таму сядзяць даўжэй, а значыць, усё больш слабеюць. Атрымліваецца заганны круг, з якога выбірацца вельмі цяжка. А дужае дзіця (яму ж так хочацца рухацца!) хоць часткова ды возьме сваё — на перапынках, паза ўрокамі, у стыхіі рухавых гульняў, а каму пашанцуе (на жаль, адзінкам з соцень) — у арганізаваных спартыўных секцыях, гуртках.

Вось і выходзіць, што перш за ўсё трэба паклапаціцца аб тым, каб дзіця ўжо да школы стала дужым і моцным. Як? Напэўна, ёсць розныя спосабы і шляхі для гэтага. Мы раскажам пра свой.

КАЛІ ХОЧАШ БЫЦЬ ЗДАРОВЫ

Б. П: Так, давядзецца пачаць зноў-такі з загартоўвання, хоць абыходзіліся мы, як і на першым годзе жыцця дзяцей, без спецыяльных працэдур для гэтага.

Такое пытанне мы не толькі чуем ад многіх, але і літаральна чытаем уваччу кожнага, хто назірае нашу дзятву дома. Некаторыя не вытрымліваюць, бяруць Любачку на рукі і дакранаюцца да яе халодных пятак:

— Табе холадна?

— Не, ніколучкі! — весела адказвае Люба і, саслізнуўшы з рук на падлогу, імчыцца пагойдацца на баксёрскай грушы, прывязанай да каната.

Гэта сапраўды так. У нашых малышоў на дзіва добра працуюць усе «тэрмарэгулятары». Ноччу ў спальным мяшку плюс 33—34 градусы, і цела, і ножкі ў іх цёплыя. А вылезлі ранкам з мяшка — вакол толькі плюс 18—22 градусы, а на падлозе ўсяго толькі плюс 15 градусаў (зімой у моцныя маразы нават плюс 8—10 градусаў). Калі б скура заставалася цёплай, яна

аддавала б шмат цеплыні. Вось яна і набывае тэмпературу, блізкую да тэмпературы паветра, а ступні ног — да тэмпературы падлогі, і тады чалавек не мерзне. Аказваецца, такое тэрмарэгуляванне ёсць ва ўсіх млекакормячых: тэмпература падушчак на лапах сабак, ваўкоў, зайцоў роўная тэмпературы глебы, а зімой у маразы — нулявая. Пры нулі градусаў кроў не можа замерзнуць (яна салёная), снег і лёд пры гэтай тэмпературы не растаюць, а скура аддае мінімум цеплыні. «Ну ў жывёлін гэта зразумела для чаго. Але навошта гэта чалавеку: у яго ж ёсць адзенне і абутак?» — спытаеце вы. Так, але адзенне і абутак былі вынайздзены для таго, каб прадухіліць пера ахалджэнне і перагрэў. Гэта некалі надзвычайна расшырыла магчымасці чалавека ў пераадоленні неспрыяльных уздзеянняў навакольнага асяроддзя. А цяпер роля адзення часцяком зводзіцца да забеспячэння тэрмастата — падтрымання пастаяннай тэмпературы вакол цела. Ды і сучасная кватэра той жа тэрмастат. Да чаго гэта прыводзіць? Да страты адаптацыйных (прыстасавальных) рэакцый і да зніжэння супраціўляльнасці пераменам у навакольным асяроддзі: і кліматычным, і пагодным, і жыццёвым. Вось і атрымліваецца: ногі прамачыў — ужо чхае, ветрык падзьмуў — ужо кашляе. Такому чалавеку толькі на печы і жыць — настолькі вузкі яго дыяпазон прыстасавальных магчымасцей.

А мы пастараліся гэты дыяпазон для сваёй дзятвы расшырыць, каб не было ні ў нас, ні ў іх боязі скразнякоў, прамоклых ног, сонечных удараў, летняга дажджу і шмат чаго такога. І зрабілі мы гэта не шляхам спецыяльных працэдур з іх маруднасцю і паступовасцю, а проста... дазволілі ім хадзіць у трусіках і басанож дома і на вуліцы, нават — калі захочацца — выскокваць на снег і з гарачай лазні, і з цёплага пакоя. Ведаеце, як добра раніцай замест зарадкі прабежчыся па бегавой дарожцы, а вечарам — па сняжку вакол дома, — так мы часам «моем ногі» перад сном...

Нават мы самі, дарослыя, расхрабрыўшыся, следам за малышамі пачалі хадзіць басанож па падлозе, па зямлі, па снезе. Як жа гэта аказалася прыемна... Да таго ж яшчэ трэба ўлічыць, што, і выходзячы з дома, мы апранаемся прыкладна на адзін сезон лягчэй, чым прынята, гэта значыць восенню па-летняму, а зімой —

па-асенняму (калі не ніжэй чым мінус 10 градусаў).

І якія ж атрымліваліся вынікі?

Па-першае, мы пазбавіліся ад прастудных захворванняў (гэта 90 працэнтаў усіх дзіцячых хвароб!), а заадно і ад вечнага страху перад імі, які так атручвае існаванне і бацькам, і дзецям. Неяк адзін са старэйшых успомніў: «Калі я ў школе вучыўся, нават крыўдна было: усе прастуджваюцца, а я ніяк. Ну што гэта за жыццё — і ўрокаў не прапусціць на законнай падставе». Усім бы такую «крыўду».

Па-другое, лёгкае адзенне, а тым больш яго адсутнасць, не абмяжоўвае рухаў, а прахалода бадзёрыць і стымулюе большую рухавасць — рухацца ў такіх умовах не проста хочацца, а нават прыемна.

Па-трэцяе, хада басанож прадухіляе плоскаступнёвасць, робіць скуру ступні больш шчыльнай і моцнай, а паходку і бег больш лёгкімі і свабоднымі, гэта значыць спрыяльна ўплывае на паставу дзіцяці і каардынацыю яго рухаў. Босыя ногі і на спортснарадах — падмога, а не перашкода (паспрабуйце ў чаравіках забрацца на шост, напрыклад). Вось чаму мы стойка вытрымліваем заўвагі некаторых навакольных аб тым, што «быць голым і незвычайна, і непрыстойна». І песцім таемную мару, што калі-небудзь ідэалам зробіцца стройны, дужы і моцны, як спружынка, малыш, адзін выгляд цельца якога будзе выклікаць усмешку захаплення. Тады палічаць незвычайным хаваць пад адзеннем гэту прыгажосць.

Л. А.: Тут варта было б нагадаць, што мы дазволілі хадзіць басанож і ў трусіках нашым дзецям з самых першых іх крокаў і нават раней. Гэта вельмі важна! Дазволь падобнае маленькаму чалавеку, які перахварэў ужо атытам, ангінай, пнеўманіяй ці прастуджваецца бясконца. Што з гэтага выйдзе?

— Пашчасціла вам на здаровенькіх дзетак, вось былі б яны ў вас слабенькія ды хваравітыя, мабыць, дрыжалі б над імі і хуталі не менш, чым іншыя, — так часам гавораць нам. Што сказаць на гэта? Думаю: шчасціць, калі за шчасце змагаешся. Мы ўжо гаварылі, што ў шасцярых нашых дзяцей быў эксудатыўны дыятэз. А гэта азначае, што ўсе яны былі схільныя да захворванняў, а сабліва да прастудных (цытую з папулярнай медыцынскай энцыклапедыі: «...Эксудатыўны дыятэз праяўляецца ў схільнасці

дзіцяці... да частых запаленняў дыхальных шляхоў, захворванняў страўнікава-кішачнага тракту, нервовай узбуджанасці і інш.». Нішто сабе «пашчасціла на здаровенькіх»... Нават не ўяўляю сабе, што б з іх выйшла, калі б не нашы «прафілактычныя» меры, якія распачынаем з ранняга маленства.

Гавораць нам і так:

— Гэта вы смелыя таму, што вас ні разу яшчэ не прыхапіла як след. Вось станецца што сур'ёзнае, адразу адмовіцеся ад сваіх «снежных працэдур».

Сталася — не адмовіліся. Вось як гэта было. Здарылася ў нас у сям'і пнеўманія — за 17 гадоў першы раз, у двухгадовай Любачкі — ускладненне пасля грыпу. Не дапільнавала я, з тэмпературай адпусціла гуляць зусім лёгка апранутую, як заўсёды, а надвор'е было восеньскае, золкае... Да гэтага часу ўспамінаю з жахам, як яна непрытомная ляжала ў мяне на руках у прыёмным пакоі бальніцы, як мы доўга ўгаворвалі дзяжурнага ўрача пакласці і мяне разам з ёй у палату, як я не магла ніяк адысці ад бальнічных дзвярэй і як падкошваліся ў мяне ногі, калі я на досвітку пайшла даведвацца: як? што? Стан дачушкі быў цяжкі, некалькі дзён усе мы жылі ад аднаго наведвання бальніцы да другога... Ды што гаварыць — кожны, у каго цяжка хварэла дзіця, перажыў тое ж. А мы з гэтым сутыкнуліся ўпершыню. Вось калі я зразумела па-сапраўднаму, як гэта яно, калі хварэюць дзеці... Нарэшце дачку выпісалі. І вядома, першыя дні мы баяліся на яе дыхнуць.

— Ужо цяпер, мусіць, не пусціце яе па снегу басанож? — пыталіся ў мяне.

— Пушчу абавязкова, — гаварыла я, — таму што не хачу, каб гэта паўтарылася.

Але, гаворачы так, я яшчэ не ведала, як я гэта буду рабіць. Што ж атрымалася? Вось урыўкі з дзённіка:

31.10.73 г. «Любу выпісалі з бальніцы».

2.11. «Павысілася тэмпература да 38,5°».

9.11. «Упершыню пасля хваробы мінут 20 бегала басанож па падлозе і супраціўлялася надзяванню сарочкі».

17.11. «Захварэла зноў. Тэмпература 38,5°, дробная высыпка: адзёрная краснуха».

3.2. 74 г. «Люба зноў бегала па снезе басанож!»

З часу выпіскі з бальніцы прайшло тры месяцы, усяго тры! Але для таго каб ужо на дзевяты дзень

пасля выхаду з бальніцы «супраціўляцца надзяванню сарочкі», трэба было, каб Любаша намнога раней ужо адчула радасць і задавальненне ад хады ў адных трусіках. Значыць, і тут выручыла наша «голапрафілактыка» — ранняе загартоўванне без спецыяльных працэдур.

БЕЗ ЛЕКАУ

Б. П.: Нагадаю, што, пазбавіўшыся ад прастудных захворванняў, мы пазбавіліся прыкладна ад 90 працэнтаў усіх дзіцячых хвароб. Засталася толькі 10 працэнтаў, у асноўным грып і дзіцячыя інфекцыйныя хваробы. Іх нашы дзеці звычайна пераносяць лёгка — без лекаў і лячэбных працэдур, часам і без павышэння тэмпературы. Высокая тэмпература трымаецца дзень-два, мы яе не стараемся штучна збіць ні аспірынам, ні іншымі лекамі, бо лічым, што арганізм павінен сам змагацца з хваробай, ад гэтага імунныя сілы яго растуць. Так і выходзіць: хвароба праходзіць бурна, востра, папраўка надыходзіць хутка і, як правіла, без усякіх непрыемных вынікаў і ўскладненняў — мы гэта заўважылі ўжо ў першых малышоў і зусім адмовіліся не толькі ад самадзейнага шпігавання дзяцей лекамі, але нават і ўрачоў просім не выпісваць іх, асабліва антыбіётыкаў, — усё роўна мы іх не даём.

Л. А.: Неяк Антон, адшукваючы анальгін (папрасіў дзядуля), наладзіў «рэвізію» ў нашай аптэчцы — вываліў усё яе небагатае змесціва на стол, пачаў корпацца ў стракатых пакеціках і кардонках і раптам рассмяўся:

— Мам, ды ты паглядзі — у нас тут усё дзесяцігадовай даўнасці!

Я нават не паверыла. Але ён мне паказваў адно лякарства за другім: тэрмін прыдатнасці канчаўся ў 1966, 1967, 1968 гадах. А ішоў ужо 1977-ы! Я ўспомніла: тады года паўтара жыла ў нас бабуля Валя, якая часта прыхворвала, вось і застаўся ад яе ў спадчыну ўвесь гэты лекавы «запас».

Дык, значыць, зусім не лечым? Не, лечым: пасцель, малінавае варэнне, чай з лімонам, мокрая павязка на лоб, гарачае малако з мёдам, калі хочацца есці — што-небудзь любімае, няма апетыту — сілком нічога не даём... Што яшчэ? А яшчэ... казкі або якія-небудзь вя-

сёлыя гісторыі, якія мы чытаем ці расказваем хвораму па чарзе.

Часам дзеці жартуюць: «Пахварэць бы крыху: усе табе дагаджаюць, кніжкі чытаюць, варэнне даюць — хораша!»

Ну, вядома, бываюць выпадкі і складаныя, калі не да казак, не да жартаў. Я ўжо расказвала пра тое, як хварэла на пнеўманію Любаша. Перанесла аперацыю з прычыны апендыцыту дзевяцігадовая Юля. З падазрэннем на дызентэрыю праляжаў у бальніцы двухгадовы Алёша. Асабліва горка было нам, калі ў другі раз у бальніцу, ужо школьніцай, трапіла Люба — зноў пнеўманія. І зноў віна тут была мая, а дакладней мая пастаянная звышзанятасць (маці так нельга!): не вытрымала яе ў пасцелі, не вылечыла да канца грып, а паўторна захварэць на пнеўманію аказалася куды прасцей.

Падвядзём некаторыя вынікі. З семярых дзяцей за 18 гадоў пабылі ў стацыянары толькі трое, усяго чатыры разы. Выклікаем мы ўрача дадому і звяртаемся ў паліклініку з прычыны хвароб усіх семярых да сямі-васьмі разоў у год, хаця паводле існуючых статыстычных «нормаў» наша сям'я павінна была б непакоіць урачоў толькі з-за дзіцячых хвароб да ста разоў у год. А ў нас былі гады, калі зусім не было неабходнасці звяртацца да ўрача.

Аднойчы з-за гэтага нават канфуз атрымаўся. Пайшла я запісваць некага з малодшых на прыём да зубнога ўрача. Прыходжу ў паліклініку, іду ў рэгістратуру...

— Мы тут дзяцей не абслугоўваем, ідзіце да дзіцячага ўрача, — сярдзіта сказалі мне ў акенца.

— А дзе ён прымае?

— Ды вы што, не ведаеце, дзе ў нас дзіцячая кансультацыя? — здзівілася рэгістратарка. — Прыезджыя, ці што?

Мне было і няёмка, і смешна. Бальніца вось ужо два гады як была размешчана ў новым будынку, а я трапіла сюды толькі першы раз. Да гэтага можна яшчэ дадаць, што бюлетэніла я з-за дзяцей на працягу 17—18 гадоў усяго шэсць-сем разоў, хаця гадавым адпачынкам пасля нараджэння дзіцяці ні разу не карысталася, гэта значыць выходзіла на работу адразу пасля заканчэння дэкрэтнага адпачынку, калі малышу спаў-

нялася не болей за тры месяцы. Мне не страшна было: дзеткі раслі здаровыя, і мы з бацькам маглі спакойна працаваць і спраўляцца з усімі сваімі шматлікімі абавязкамі.

НАС ПЫТАЮЦЬ: А КАЛІ ДЗІЦЯ ЧАСТА ПРАСТУДЖВАЕЦЦА?

Л. А.: Зусім магчыма, што, убачыўшы ў змесце такое пытанне, вы адгорнеце нашу кнігу якраз на гэтай старонцы — занадта ўжо гэта вялікая праблема для многіх бацькоў: як загартаваць дзіця, якое схільна да прастуды і прывыкла ўжо да пастаяннага перахутвання?

Раней у адказ на падобнае пытанне мы толькі рукамі разводзілі: «Няма ў нас такога вопыту, не мелі мы справы з распешчанымі дзецьмі, таму не можам прапанаваць методыкі іх загартоўвання. Мы ўяўляем, як не даводзіць дзіця да такога стану, але як вывесці з яго, не ведаем». Мы гаварылі і бачылі такія расчараваныя твары, такія засмучаныя вочы, што... не вытрымлівалі гэтых поглядаў і спрабавалі хоць неяк падбадзёрыць — нічога, маўляў, не адчайвайцеся! — і нават спрабавалі даваць нейкія не вельмі пераканаўчыя парады.

З цягам часу мы адчулі, што пазбягаць гэтага пытання нельга, трэба сабраць усё, што мы ведаем, што назіралі, што самі зазналі, і расказаць.

Гэта не інструкцыя, не методыка (мы не спецыялісты, каб іх даваць), гэта вопыт. Мы будзем рады, калі ён хоць крыху вам дапаможа.

Самае цяжкае — пераадолець уласную сваю боязь і набыць нейкую долю ўпэўненасці ў тым, што вашы намаганні абавязкова прывядуць да поспеху. Некаторым у такіх выпадках дапамагае псіхалагічная падрыхтоўка: нейкі час трэба аддаць на чытанне, роздум, на абмеркаванне з блізкімі (каб не было разладаў і рознагалосся!), як перабудаваць агульны ўклад жыцця. Гэта непазбежна, бо аднымі працэдурамі для загартоўкі, не змяняючы ўмоў жыцця дзіцяці, наўрад ці можна дамагчыся значных зрухаў.

Калі вы, дапусцім, пачынаеце водныя абціранні і абмыванні, але пры гэтым на прагулку будзеце свайго сына збіраць па-ранейшаму, як на Паўночны полюс,

а дома будзеце зноў баяцца лішні раз адкрываць фортачку і не знімеце з яго калготак і цёплых сарочак, то толку ад такога «загартоўвання» не будзе.

Вопыт падказвае, што не даважкай, не дабаўкай павінна быць загартоўванне, а зменаў усяго спосабу жыцця, набліжэннем яго да больш спартанскага, які не распешчвае, а загартоўвае як бы сам па сабе — у гэтым, па-нашаму, павінна заключацца ваша канчатковая мэта.

З чаго можна тут пачаць? Трэба, напрыклад, адмовіцца ад выказванняў тыпу: «Не падыходзь да дзвярэй — прастудзішся», «Не пі халодную ваду — горлачка забаліць», «Марожанае табе нельга — кашляць будзеш», гэта значыць наогул адмовіцца ад упамінання хвароб пры дзіцяці — не палохаць яго імі, не дапускаць, што яны ў яго абавязкова будуць. Добра было б затым навучыцца гаварыць замест: «Апраніся цяплей! Звяжы шалік! Надзень яшчэ адны цёплыя шкарпэткі...» — хоць бы так (нібы раячыся з дзіцем, даючы яму права вырашаць самому): «Ну, што мы сёння апранем? На вуліцы марозік, але невялікі, сімпатычны такі мароз. Варта ці не варта яшчэ шкарпэткі надзець?» Калі малышу захочацца апрануцца лягчэй, пахваліце яго — гэта ўжо ваша перамога.

Прасцей за ўсё пачынаць з адзення ў пакоі. Прычым пачынаць не дзіцяці, а... самім дарослым. Па ўласнаму вопыту ведаем, што націск на малыша ні да чаго добрага прывесці не можа, калі ён сам не будзе імкнуцца да таго, чаго хочацца і яго бацькам. Уся задача таму, на наш погляд, і зводзіцца да абуджэння ў самога дзіцяці жадання крыху лягчэй апрануцца, зняць адну з дзвюх сарочак, надзець шкарпэткі замест калготак, а потым ступіць на падлогу басанож. Можа быць, першым пакажа прыклад бацька (а мама яго пахваліць) або маці (тады тата парадуюцца за яе)? Галоўнае, каб было зразумела, што гэта добра. Але да самога малыша не варта пры гэтым прыставаць з папрокамі, маўляў: «Што ж ты, глядзі, які тата малайчына, а ты...» Затое першую яго спробу: «А я таксама хачу...» — сустрэць ухваленнем: «Малайчына, ты зусім як тата!»

Тое самае можна прарабіць і з ваднымі працэдурамі: у час купання спачатку не дзіця абмываць халаднаватай вадой, а каму-небудзь з дарослых самому абліц-

ца: «Эх, добра, прыемная вадзічка!» А ў малыша спытаць: «Хочаш?» Не захоча — адкласці раз-другі, а захоча, то абліць яго сапраўды прыемнай (не занадта халоднай!) вадой ды пахваліць пры гэтым. А потым расцерці насуха, прымаўляючы што-небудзь вясёлае, накшталт:

*Отчего течет вода
С этого младенца?
Он недавно из пруда —
Дайте полотенце!*

А ў наступны раз няхай малыш сам вызначыць, якой вадой яго абліць: больш цёплай ці халаднейшай... як тата. Гэта маленькая хітрасць, як правіла, дзейнічае безадмоўна: малышу вельмі хочацца быць «як тата, як мама». Значыць, нам самім — нічога не зробіш! — трэба рабіцца ўсё лепшымі, а заадно больш бадзёрымі і вясёлымі. Радасць і смех малыша, яго «Яшчэ, яшчэ!» — вось ключ да поспеху, гарантыя таго, што ўсё ідзе нармальна.

Ну а калі раптам зноў насмарк? Сустрэньце яго без маркоты і панікі, нават, калі зможаце, з жартам:

— Гэта з цябе, напэўна, найапошнія прастудзінькі вытрасаюцца — няхай, не страшна.

Вельмі важна ўсяліць дзіцяці (і сабе) упэўненасць у тым, што яно вельмі здаровае, дужае і ніякая немач яму не страшная.

Б. П.: Вось яшчэ адно важнае назіранне: пераход да новага ўкладу жыцця не павінен быць занадта рэзкі і «валявы»: неабходна пэўная паступовасць, якая залежыць у асноўным ад настрою і поспехаў самога дзіцяці. Але і зацягваць гэты пераход не трэба. Відаць, месяц-паўтара, не болей як два, — самы адпаведны для гэтага тэрмін. За гэты час арганізм можа ўжо ў асноўным прыстасавацца да новых умоў — гэта адно. А другое вось што: дзіця не можа доўга на чым-небудзь засяродзіцца, а тут трэба ўздзейнічаць на яго псіхіку, настройваць яго на іншае ўспрыманне жыцця. Гэта варта рабіць насычана, у тэмпе. Лепш за ўсё выкарыстаць пры гэтым летні адпачынак і дачныя ўмовы, калі можна пусціць у ход адразу тры фактары загартоўвання: сонца, паветра, вяду. І не забываць яшчэ адно, надзвычай важнае — рух, рух, рух: не ляжаць, а хадзіць, не хадзіць, а бегаць, не пераступаць,

а пераскокваць, не сядзець у гамаку, а... лазіць па якім-небудзь разгалістым дрэве...— пра ўсё гэта мы раскажам у наступным раздзеле, а пакуль давядзецца спыніцца яшчэ на адным пытанні, з якога звычайна пачынаюць, калі гавораць пра здароўе, а мы, наадварот, адклалі яго на самы канец.

«ПРАБЛЕМА» ХАРЧАВАННЯ

Л. А.: Тое, што мы паставілі слова «праблема» ў двукоссе, вядома, не азначае нашых пагардлівых адносін да гэтага важнага пытання. Клопат аб харчаванні заўсёды будзе для чалавека першаступенным, а для любой сям'і, безумоўна, значным. Мы маем на ўвазе іншае: у праблему ператвараюць нярэдка тое, што, на нашу думку, праблемай зусім не з'яўляецца. Раз-пораз маці скардзяцца: «Зусім нічога не есць, проста змучылася. Толькі са слязьмі ды з угаворамі ледзь-ледзь паўпорцыі ўвапхнеш у яго, і ўсё. Што рабіць?» Вось і «праблема»: як увапхнуць у дзіця яго норму карысных, вітамінозных, зразумела, каларыйных, асабліва пажыўных рэчываў? І вось: індывідуальнае меню, штодзённая разнастайнасць, ледзь не рэстаранная сервіроўка, асобная ад сям'і ўрачыстая трапеза з угаворамі, спектаклямі, пагрозамі: «Пакуль не з'ясі, не выйдзеш з-за стала». Апошнія хаця і не рэкамендуецца, але ўсё ж ніяк не знікае з практыкі гэтага «свяшчэннага дзейства». Так бывае ў дзіцячых садах, у школах, што ўжо гаварыць пра сям'і. Нават вершы і казкі складаюцца з гэткам «гваздом маралі»: харошая дзяўчынка Маша — здаровая і вясёлая, таму што яна з'ядае ўвесь абед, а кепскі хлопчык Вася — кволы і слабы, таму што не любіць маннай кашы.

Мы лічым гэта не толькі абсалютна ненатуральным, але нават амаральным, таму што ўсе гэтыя намаганні выклікаюць у канчатковым выніку калі не агіду, то грэбаванне да яды — выніку велізарнай працы многіх людзей.

Адно лета трое нашых хлопчыкаў адпачывалі ў піянерскім лагеры. Вярнуўшыся, яны з абурэннем расказвалі мне, як многа добрай ежы заставалася на талерках; яе тройчы ў дзень збіралі ў вялізныя каструлі і скормлівалі свінням ці нават выкідвалі. Вось дзе праблема без усякага двукосся: як зрабілася звычайным,

прывычным, непрыкметным такое абуральнае марна-траўства, па сутнасці, сапраўднае маральнае злачынства? А пачынаецца ж усё з «нявіннага»: «З'еш за маму, з'еш за тату», «Ну яшчэ хоць крышачку!».

Нават калі падысці да яды з чыста фізіялагічнага боку, і то, апрача шкоды (перакорму, атлусцення), нічога не выходзіць з гэтага насільнага выкармлівання па раз і назаўсёды ўсталяваных нормах. Бо жаданне есці залежыць ад многіх прычын, галоўная з якіх, на наш погляд, элементарная: чалавек павінен прагадацца. І ўсё. І ніякіх складанасцей. У нас у сям'і гэта праблема і не ўзнікала, таму што: «Хочаш — еш, не хочаш — не трэба, але ўжо да наступнай яды ніякіх кавалкаў». Выключэнні, вядома, бываюць, асабліва для малышоў, але ўгаворваць і охаць з гэтай прычыны нікому нават і ў галаву не прыходзіць. У выніку ва ўсіх дзяцей выдатны апетыт, які не мае патрэбы, дарэчы, ні ў спецыяльнай псіхалагічнай падрыхтоўцы, ні ў эlegantнай сервіроўцы, ні ў спецыяльных стравах.

На апошнім дзевядзецца спыніцца больш падрабязна. Колькі разоў мне прыходзілася і чытаць, і чуць аб тым, што дзецям неабходна асобнае меню, якое адпавядае іх узросту. І кожны раз гэта выклікае ў мяне здзіўленне і сумную ўсмешку: на каго разлічаны гэтыя рэкамендацыі? Можна падумаць, што ў кожнай сям'і ёсць повар або кухарка ці, прынамсі, вызваленая ад усіх іншых спраў бабуля. Нават калі ў сям'і двое дзетак, адна- і пяцігадовае, то ўжо трэба гатаваць кожны раз тры варыянты розных страў: маленькаму асобна, старэйшаму адпаведна таксама, а дарослым нешта сваё. Некаторыя жанчыны спрабуюць гэта рабіць і...

— Ох, гэтыя разнасолы — увесь свабодны час каля пліты тырчу! — скардзілася мне адна знаёмая. — Больш ні на што часу не хапае!

Калі ж я ў адказ заікнулася: маўляў, можна б і прасцей, яна здзівілася:

— Капусту ды кашу? Ха-ха! Не той час! Мае мужыкі (у яе муж і пяцігадовы сын) кашы якія-небудзь і бачыць не хочуць. Мясца смажанае падавай, а сыну катлеткі дамашнія або курачку...

— І падаеш? — спытала я не без іроніі.

— А як жа! У мяне не сямёра па лаўках, ва ўсякім

разе на нармальнае харчаванне хапае,— не ўтрыма-
лася ад шпількі і яна.

Мы не зразумелі адна адну. Ёй было шкада маіх
дзяцей, якія «не могуць нармальна харчавацца», а мне
было сумна па іншай прычыне: у гэтай мамы ўвесь час
і сілы трацяцца на харчаванне, а на выхаванне ўжо
нічога не застаецца.

Я аддала перавагу іншаму: як толькі магчыма,
выслабаныць час для выхавання, для ўзаемаадносін
з дзецьмі. За кошт харчавання? Не. Проста паспраба-
вала знайсці рацыянальнае рашэнне гэтай няпростай
жыццёвай задачы. Такім чынам, дадзена: вельмі мала
часу, не вельмі многа сродкаў і сем-восем і больш ча-
лавек ад малога да вялікага. Патрабуецца: усіх на-
карміць своєчасова, дасыта і дабраякасна.

Рашэнне задачы.

Улічваем, што дабраякаснаць харчу далёка не пра-
ма прапарцыянальная дарагоўлі прадуктаў і адварот-
на прапарцыянальная працягласці іх цеплавой апра-
цоўкі. Бярэм самую розную агародніну, крупы і...
купляем скараварку.

Улічваем далей, што ў сям'і ёсць малыя дзеці, якім
вострыя стравы, вяндліна, тлустае мяса, касцістая
рыба і лішак салодкага — без патрэбы. Выдаляем усё
гэта з агульнага рацыёну.

Улічваем, апрача таго, што існуе мноства прадук-
таў (асабліва малочных!), ужо гатовых да ўжытку:
хлеб, малако, тварог, кефір, сыр, смятана, сметанковае
масла і алей, мёд. Гэтыя прадукты — паводле магчы-
масці і жадання — кожны дзень.

Нарэшце, садавіна. Уволю дарагавата, даводзіцца
дзяліць пакрысе на ўсіх (абавязкова на ўсіх, не толькі
дзецям!). Апрача таго, ёсць жа і сухая садавіна. Вы
думаеце: недастаткова? Садавіны, можа, і так. Але
вітамінаў? Заморскія апельсіны, напрыклад, можна
паспяхова замяніць салодкай, сакавітай (і таннай!)
айчынай морквай, а замест дэфіцытных мандарынаў
заўсёды можна зрабіць цудоўную салату са свежай
капусты з зялёнай цыбуляй і гарошкам.

Што ў выніку: агароднінныя і крупяныя супы, барш-
чы часцей на мясным булёне, усемагчымыя кашы
(манная — адна з найлюбімейшых), бульба ва ўсіх
выглядах: ад печанай у мундзірах да смажанай; асаб-
ліва любімая тушаная з мясам і пюрэ; макароны з сы-

рам, тварагом, смятанай, разынками, смажанай цыбуляй, капуста, вінегрэт, рыба, рыбныя кансервы (там ёсць размякчаныя костачкі, неабходныя для прафілактыкі карыесу). Ну і, вядома, хлеб, малако, малочныя прадукты. Святочныя стравы: фруктовы сок, пельмені і пірагі з самымі рознымі начинкамі, пячэнне ўласнага вырабу, торты, цукеркі.

Задача, лічу, у асноўным вырашана: часу, сіл, сродкаў — мінімум, але ежы ўдосталь, яна хоць і без разнасолаў, але свежая і разнастайная. І ўсё-такі загваздка ёсць: як жа быць з рознымі ўзростамі?

Адкрыю два сакрэты, якія мне дапамаглі вырашыць і гэту праблему. Пра адзін я ўжо ўпамянула: мы наблізілі агульны стол да дзіцячага рацыёну, гэта значыць выключылі да пары да часу ўсё, што дзецям некарысна (а яно, як выяўляецца, некарысна і дарослым), значыць, такая перамена атрымалася нікому не на шкоду.

Другім было вось што: за стол мы заўсёды садзімся ўсёй сям'ёй, асобна я (апрача грудных, зразумела) нікога не карміла, хаця часцяком брала на калені да сябе самага маленькага і за агульным сталом давала паспрабаваць тое, што яму было «па зубах»: лыжачку булёну, пюрэ, кісялю, кашы — з таго, што елі ўсе астатнія. Паступова малыш каштаваў самую разнастайную ежу і ніякіх цяжкасцей з пераходам да новага харчу ў нас з ім ніколі не ўзнікала. Дзіця лёгка прывыкала да любой новай для яго ежы, напэўна, таму, што пачынала з самых маленькіх порцый і ела, колькі яму хацелася. Усё гэта поўнасю вызваліла мяне і ад спецыяльнага прыгатавання харчу для дзяцей, і ад траты часу на яго асобнае кармленне. Гэта выявілася карысным і яшчэ ў адных адносінах. Малыша за агульным сталом намнога лягчэй было прывучыць да ахайнасці і ўмення карыстацца шклянкай, лыжкай, відэльцам, хаця зноў-такі спецыяльнага часу гэта навучанне ў нас не аднімала — усё ішло «між іншым». Пры гэтым я сама цалкам паспявала нармальна, не спяшаючыся, паесці, таму што абслугоўваннем за сталом ужо не займалася — гэта забяспечваў хто-небудзь з сям'і. Малыш — ці сядзеў ён у мяне або ў таты на каленях, ці, пазней, на сваім высокім стульчыку — быў увесь час пад наглядам дарослага. Гэта аказалася вельмі важна ў самым пачатку — тады было параўнаўча няцяжка прывучыць дзіця да

правільных паводзін за сталом і не даводзілася яго потым доўга і нудна перавучваць.

З цягам часу мы выразна зразумелі, што першая ж спроба шпурнуць на падлогу лыжку, размазаць кашу або пляснуць рукой па кісялі павінна быць строга спынена: можна адсунуць ежу, адабраць лыжку, нават высадзіць з-за стала. Першая ж! А калі трэба, і другая, і трэцяя. Тады далей будзе лёгка. Калі ж пачаць угаворваць або караць пасля дзесяці размазванняў, на якія не звярталі раней увагі, то скандалаў, капрызаў і нервознасці не пазбегнуць. Думаю, з самага пачатку павінна быць некалькі выразных забарон: нельга нічога разліваць і пэцкаць, нельга крышыць, кідаць хлеб і забаўляцца ім, нельга (для дзяцей старэйшых) пакідаць пасля сябе аб'едкі, кавалкі хлеба, ежу на талерцы. Для гэтага мы заўсёды пытаем: колькі пакласці? Калі малыш не разлічыў і ніяк не можа справіцца: адкладзём: «Даясі потым». Часам яму могуць дапамагчы тата ці мама. Але выкідваць — ні-ні, гэта злачынства!

Калі прыходзіў час (у нас гэта было ў 1 год — 1 год 3 месяцы) і дзіця само цягнулася за лыжкай — не для гульні, а каб паспрабаваць ёю есці, мы давалі яму лыжачку, маленькую, зручную для яго. Але давалі (у першы ж раз!) правільна, не ў кулак і не ў жменю, а як належыць, і прытрымлівалі яго непаслухмяныя пальчыкі сваёй рукой. Фактычна ў першыя часы даводзілася трымаць лыжку разам з ім і дапамагчы яму данесці кашу не ў вуха, не да шчакі, а ў раток. І так з дня ў дзень можа прайсці цэлы тыдзень. Даводзілася набірацца цярплінасці. Затым мы паступова спрабавалі адпускаяць ручку малыша. Пры гэтым кожны раз давалі яму лыжку толькі правільна, сачылі за тым, каб ён іначэй лыжку ў час яды не браў. І не сварыліся за няўдачу, а хвалілі, калі атрымліваецца. А ўжо калі малышу ўдавалася самому з'есці некалькі лыжак кашы (я яе варыла не надта вязкай для пачатку), то мы наладжвалі нават маленькае свята: дарылі, напрыклад, яму асобную лыжку з яго ініцыяламі.

На ўсе гэтыя «дробязі» ў дарослых часта не хапае цярплінасці і ўмення (хаця спасылаюцца яны пры гэтым на няхватку часу), а гэта ўжо не дробязі — у гэтым таксама нараджаецца самастойнасць. Трэба абавязкова дапамагчы гэтаму найважнейшаму працэсу ў раз-

віцці дзіцяці, не пашкадаваць часу, не правароніць самыя першыя яго праявы ні ў чым — гэта акупіцца ў сто разоў потым.

Нешта ў мяне атрымліваецца ўсё не пра здароўе, а пра іншае, зусім з ім і не звязанае.

Б. П.: Ну і што ж, урэшце, мы ж пісалі яшчэ ў першай сваёй брашуры «Ці маем мы рацыю?», што не згодны з прымаўкай: «Слабы, таму што мала кашы еў». Гэта тады, калі людзі галадалі, яна часткова была справядлівай, ды і то толькі часткова. І сіла, і здароўе куды больш залежаць зусім ад іншага. Да гэтага мы зараз і пяройдем.

НАШ СПАРТЫЎНЫ ПАКОЙ

Мы ведалі, што з ростам дабрабыту і камфорту гарадскога жыцця аб'ём і напружанасць фізічнай дзейнасці дарослых і асабліва дзяцей знізіліся — значна ніжэйшыя за аптымальную дозу, неабходную для нармальнага развіцця, што гіпакінезія і гіпадынамія робяцца хваробамі стагоддзя і прычынай многіх, асабліва сардэчна-сасудзістых, захворванняў. Мы спрабавалі процістаяць гэтай тэндэнцыі стагоддзя і пачалі — у меру сваіх магчымасцей — мяняць умовы і ўклад нашага сямейнага жыцця так, каб не толькі максімальна задавальняць патрэбнасць дзяцей у руху, але і развіць у іх гэту патрэбнасць. Нам надзвычай дапамагло тое, што не пабаяліся зрабіць спартыўны куток у адзіным пакоі, дзе жылі тады разам з двума дзецьмі. Мы яшчэ не ведалі, што спортаграды абсалютна неабходны не толькі ў пакоі, але і ў дзіцячым садзе, у двары, у дзіцячых парках, на пляжах — усюды, дзе ёсць дзеці, таму што гэта адзін з найбольш эфектыўных сродкаў для задавальнення патрэбнасці дзіцяці ў руху, неабходным для яго развіцця. Калі мы ўпершыню купілі дзіцячы спартыўны набор (кольцы, трапецыі, арэлі), нашаму старэйшаму сыну было ўсяго два гады, а другому паўгодзіка. Мы і не здагадаліся, што гэтыя «два кольца і два веревочных конца» будуць першым крокам да нашага будучага спартыўнага пакоя, да універсальнага дамашняга спорткомплексу У. Скрыпалёва, які здолеў на 3,5 квадратнага метра сваёй гарадской аднапакаёвай кватэры размясціць адзіннаццаць спортаградаў і тым самым падарыў сваім

дзеям радасць руху, а значыць, сілу, спрыт, здароўе...

Многія гавораць: «Вось і грэба ўсе гэтыя спартыўныя збудаванні змайстраваць у дзіцячых садзіках, у школах, у дварах, нарэшце. Але ў пакоі?!» У тым жа і справа, што калі спорта снарады ёсць дома, то малыш пачне карыстацца імі як мага раней — як толькі будзе для гэтага гатовы. Такі своечасовы пачатак патрэбен не толькі для фізічнага, але і для разумовага развіцця дзіцяці. Важна і тое, што дома пры адным-двух малышах ёсць як мінімум адзін-два дарослыя або старэйшыя — ёсць каму павучыць, падстрахаваць на першым часе. У яслях гэта забяспечыць цяжэй. І яшчэ: у пакоі спорта снарады заўсёды даступныя, таму дазваляюць малышу пастаянна чаргаваць розныя заняткі, узбагачаць кожную гульню рухам, спалучаць з фізічнай нагрузкай разумовую, рабіць разнастайнымі сферы дзейнасці — не па запланаванай праграме, а па патрэбнасці. Вельмі важны момант, на якім мы пазней яшчэ спынімся.

Калі мы перайшлі жыць у новы дом, то перш за ўсё самы вялікі пакой абсталявалі як спартыўны. Праўда, тут жа на паліцах размясціліся цацкі, гульні, лялькі, будаўнічы матэрыял, але галоўнымі ў пакоі адразу зрабіліся спартыўныя снарады. Вось іх кароткае апісанне.

Дзве розныя па таўшчыні перакладзіны, вышыню ўстаноўкі якіх можна мяняць па жаданню ў залежнасці ад росту дзіцяці.

Два шасты са сталёвых труб. Адзін з іх, упіраючыся ў сталёвую бэльку, з'яўляецца апорай для перакладзін. Другі праходзіць праз люк у столі ў мансарду і, «пранізваючы» два пакоі, дасягае вышыні 5,7 метра.

Драбінкі з перакладзінамі з джуралевых трубак. Яны стаяць вертыкальна каля сцяны, але могуць лёгка знімацца і ператварацца ў мост, бар'ер, качалку, агароджу і нават «самалёт» (калі іх падвешваюць на канатах).

«Ліянны» — зроблены з кабелю і каната. Яны працягнуты ад снарада да снарада так, што атрымліваецца цэлая сістэма «паветраных дарог», па якіх можна перамяшчацца, не дакранаючыся да падлогі.

Гімнастычныя кольцы — самыя любімыя дзіцячы снарад. Яны падвешаны на вярхоўках да столевай бэль-

кі. Спецыяльная прылада («васьмёрка») дазваляе лёгка і хутка мяняць вышыню падвескі кольцаў.

Канат з вузламі вісіць побач з кольцамі. Унізе да яго падвешана баксёрская груша — седзячы вярхом на ёй, вельмі зручна гушкацца. Часам мы падвешваем замест каната эспандэры, або гумовыя бінты, або вакуумную гуму, якая добра расцягваецца, — для вялікіх «месячных» скачкоў, якія дзеці вельмі любяць.

Уздоўж сцяны выстраіліся «паводле росту» мяшочки з дробнай галькай. На кожным з іх выразна абазначана вага — ад 1 да 18 кілаграмаў. Ёсць і маленькая штанга, зробленая з гантэляў (вага да 15 кілаграмаў).

Палавіну падлогі займаюць два вялікія мяккія матрацы. На іх ідуць схваткі «барцоў», займаюцца «акрабаты», робяць свае асаны «ёгі» і проста куляецца дзятва ўсіх узростаў.

Уся гэта маленькая спартзала знаходзіцца ў параджэнні дзяцей з ранку да вечара. Цяжка ўявіць, што адбываецца тут, калі збіраюцца ўсе ад малога да вялікага і ўсіх ахоплівае спартыўны азарт! Дзеці пераходзяць са снарада на снарад, практыкаванні ідуць адно за адным, тут жа прыдумваюцца і выпрабавуюцца новыя. У дзяцей ёсць свае вынаходствы і любімыя практыкаванні — у кожным узросце свае.

Самы маленькі (месяцаў у восем-дзевяць) пачынае з таго, што топчацца вакол шаста, а потым бярэцца за кольца або перакладзінку. Пазней ён спрабуе падціснуць ножкі і, калі яму ўдаецца правісець некалькі секунд, мы ўзнагароджваем «спартсмена» апладысмантамі — гэта ўжо вялікі поспех, і яму радуецца ўсе.

Калі ж ручкі малыша падужэюць, ён можа не толькі вісець на кольцах, але і разгойдвацца на іх, колькі сам зможа. У паўтара-два гады ў нашых дзяцей гэта атрымлівалася вельмі няблага. Тады ж яны авалодвалі складаным практыкаваннем, якое выдатна развівае брушны прэс, — падыманнем ног з вісу да перакладзіны або да кольцаў. Калі гэта атрымліваецца добра, то следам пойдзе ўжо і «жабка» на кольцах, і віс на падкаленках на перакладзіне і на кольцах уніз галавой. Дужыя рукі дазваляюць рана авалодаць падцягваннем, з якога атрымаўся потым наш «піражок», калі трэба, падцягнуўшыся да падбародка, падняць да падбародка і калені і правісець так, колькі зможаш.

Паступова дзеці авалодваюць і рознымі элементамі спартыўнай гімнастыкі. Пад гадоў пяць-шэсць яны могуць «выйсці ва ўпор» на кольцах і зрабіць «вугал ва ўпоры», а на перакладзіне нават зрабіць «пераварот ва ўпор» — практыкаванне, якое даецца з цяжкасцю навабранцам у арміі. Чым дужэйшымі робяцца малышы, тым больш ім хочацца рухацца і прыдумаць новыя нязвычайныя рухі на снарадах. Адно з любімых і самых пашыраных дзіцячых практыкаванняў — «верталёт»: дзіця, павіснуўшы на кольцах, круціцца вакол сваёй восі і скручвае вяртоўкі кольцаў у жгут, а потым падціскае ножкі і раскручваецца ў адваротным напрамку.

Самыя моцныя, дужыя і спрытныя любяць лазіць па канатах і шасце, прычым часам вынаходзяць свае спосабы лажання. Ваня, напрыклад, у сем гадоў мог браць у левую руку мяч і ўзбірацца па шасце да столі з дапамогай ног і толькі адной правай рукі. Калі адкрыць люк, то можна пранікнуць у мансарду такім арыгінальным спосабам — без дапамогі лесвіцы, а проста па шасце. А яшчэ прыемней саслізнуць праз люк уніз, як пажарніку па трывозе. Часам, калі бываюць госці, дзеці распачынаюць вясёлае прадстаўленне з пераапананнямі. Называецца яно «Колькі ў нас дзяцей». Наверсе ў мансардзе рыхтуецца куча рознага адзення, і кожны з дзяцей, нацягнуўшы на сябе чарговы «касцюм», саслізгвае ўніз па шасце і, зрабіўшы рэверанс, называе сябе: Оля, Ваня, Аня і г. д. А затым па лесвіцы бягуць наверх, апранаюць нешта іншае, зноў слізгаюць уніз і зноў «прадстаўляюцца»: Пеця, Соня, Коля... Яны сыплюцца зверху ўніз адзін за адным як гарох, і хутка ўжо збіваешся з ліку: пятнаццаць, дваццаць, дваццаць пяць! Госці нашы смяюцца: «Проста і не злічыць, колькі ж у вас дзяцей сапраўды?»

Расказаць пра гэта цяжка, лепей хоць бы раз паказаць. Калі паглядзяць фільмы «Ці маем мы рацыю?», «Дзень у сям'і Нікіціных», «Нікіціны», «Самы доўгі экзамен» або калі пабываюць у нас дома ды яшчэ з малышамі, якіх потым сілком даводзіцца адрываць ад «гэтых вярвак і турнікоў», тады не пытаюць, навошта яны, а просяць: «Парайце, дзе дастаць, як зрабіць».

Л. А.: Праўда, спачатку некаторыя палохаюцца: «Ой, упадзе! Ой, надарвецца!» — і пытаюцца ў мяне: «Як вы можаце на ўсё гэта спакойна глядзець? Вы маці, няўжо вам ніколько не страшна за дзяцей? А рап-

там...» І недаверліва слухаюць мой адказ: «Што вы! Мне было б куды страшней за іх, калі б усяго гэтага не было. Бо дзеці дзякуючы такой спартыўнай атмасферы робяцца не толькі дужымі, спрытнымі, але і вельмі асцярожнымі».

СИЛА, СПРЫТ І... АСЦЯРОЖНАСЦЬ

Б. П.: У нас ніводнай сур'ёзнай траўмы ў дзяцей не было, хаця магчымасцей для гэтага ў іх больш, чым у іншых дзяцей. Ubачыўшы аднойчы, як я падымаю турнік пад столь, наша бабуля калісьці зрабіла прагноз:

— Ужо ногі сабе хлапчукі абавязкова пераламаюць! Папомніш маё слова.

Але прагноз не спраўдзіўся, хаця дзетак замест двух стала сямёра, а спортснарадаў прыбаўляецца кожны год і дома, і ў двары. І цяпер мы ўжо ўпэўнены — верагоднасць траўмаў у нас мізэрная. Чаму?

Вядома, дзеці вельмі дужыя. Жартачкі, ухапіўшыся толькі адной рукой за турнік, правісець цэлую мінуту або паўтары. І значыць, трымаюцца яны за снарады вельмі моцна. Але, галоўнае, яны тонка адчуваюць меру сваіх магчымасцей, гэта значыць, штó ім пад сілу, а штó яшчэ не.

Вось наладзілі яны ў пакоі «скачкі ў ваду» з рознай вышыні і паставілі ў рад чамадан, лавачку для ног, дзіцячы стульчык, стул, дзіцячы высокі стул, стол ды і яшчэ на стол паставілі стул, так што выйшла лесвічка. Старэйшаму са «скакуноў» пяць гадоў, а малодшай, Олі, яшчэ няма двух. Саскочыўшы з нізенькай прыступкі на дыванок (гэта «вада»), узлазяць на наступную — вышэй — і зноў саскокваюць. Оля ўважліва сочыць за братамі, робіць так, як яны, і следам за імі падымаецца пасля кожнага скачка ўсё вышэй. Вось яна саскочыла з дзіцячага высокага стула і ўзлезла на наступную вышыню — на стол. Але паглядзела са стала на падлогу і... не асмелілася скакаць. Спусцілася на высокі стул і тады толькі саскочыла «ў ваду». Розніца ў вышыні стала і высокага стула ўсяго 12 сантыметраў, але дзяўчынка добра адчувае гэта і з вышыні 65 сантыметраў саскоквае, а з большай ужо не, хаця браты тут жа скачуць з вышыні і 100, і 130 сантыметраў. Вось гэта дакладнае «адчуванне меры сваіх магчымасцей», развітае ў нашай дзятвы пры занятках на снарадах,

і ахоўвае іх надзейна ад усякіх непрыемнасцей, а нам дазваляе не баяцца за іх.

Мы ўжо расказвалі пра тое, як знаёмілі малышоў з небяспекай, як яны вучацца быць асцярожнымі. Так і са спортамі — спецыяльных заняткаў «па тэхніцы бяспекі» мы не праводзім, але і на самацёк усё не пускаем. Мы робім іначай.

Вось карціна, якую нам даводзілася назіраць, калі ў нас бываюць госці з малымі.

Тата-госць падводзіць свайго чатырохгадовага сына да кольцаў (а кольца вісяць высока!) і без усякіх асцярог, падхапіўшы яго пад пахі, падымае да кольцаў.

— Трымайся мацней! — раіць ён сыну, а той яшчэ не вельмі ведае, як гэта — мацней. І бацька, таксама не адчуваючы, наколькі моцна ўхапілася дзіця, яшчэ і разгойдваць яго пачне.

Мы спыняем схільнага да захаплення тату:

— Так нельга — малых можа сарвацца! Пры разгойдванні ж нагрузка на рукі рэзка ўзрастае.

Самі мы робім іначай: ніколі не пачнём падымаць малых на такую вышыню, да якой яму самому не дабрацца, а апусцім яму кольца, каб ён дастаў сам. І ніхто ў нас не пачне яго разгойдваць, пакуль ён гэтаму не навучыцца сам. І ніхто яго не папракне, калі нешта яшчэ не атрымліваецца або выходзіць кепска. Але затое вельмі ўважліва будуць сачыць за малым, калі ён у першы раз падыходзіць да снарада.

Вось, дапусцім, узлазіць двухгадовая Оля ўпершыню на вертыкальныя драбінкі, уверх узбірацца ёй лёгка. Відаць, за якую перакладзіну трэба ўхапіцца, а ножкі пераступаюць следам за рукамі. Злезці ж уніз малышцы неверагодна цяжка. Апусціць нагу ўніз, а там прыступку не знаходзіць. Паглядзець уніз яшчэ не ўмее... вось і крытычны момант. Як тут быць? Падысці і адразу зняць дачку вельмі неразумна. Яна нічому не навучыцца, ніякага вопыту не набудзе. Палезе заўтра зноў, і ўсё паўторыцца спачатку (калі не будзе побач дарослых, можа і сарвацца з драбінак, і моцна ўдарыцца).

Я стаю побач, але не здымаю дачку, а толькі падыходжу бліжэй, каб злавіць яе, калі абарвецца. І тут пачынаецца «ўрок». Малышка пішчыць, ёй страшна, ножка ніяк не знаходзіць перакладзіны. Праходзіць

паўмінуткі, а то і мінутка, пакуль ножка нарэшце на-мацавае перакладзіну — не без маёй дапамогі, калі трэба. Колькі непрыемных перажыванняў і ў мяне, і ў дачкі, затое заўтра... О! Самае цікавае будзе заўтра. Маленькая Оля абавязкова палезе зноў на гэтыя злашчасныя драбінкі. Але, памятаючы ўчарашнія непрыемнасці, яна ўзлезе толькі на адну прыступку ўверх, пераможна паглядзіць на мяне і... тут жа злазіць на падлогу.

— Малайчына, Оля! — радуюся я. Так паўторыцца шмат разоў, і толькі потым яна пакрысе асмее і ўзлезе на дзве, на тры прыступкі. Вось так і вучацца ў нас дзеці з першага ж года жыцця вызначаць свае магчымасці і быць асцярожнымі.

Л. А.: У дзяцей тут свае цяжкасці, а ў нас, дарослых, іншыя. Бацькам часцей за ўсё цяжэй пазбегнуць залішняга фарсіравання, пануквання, падганання. А націск на дзіця абуджае ў яго або страх, або ўпартасць і, ужо ва ўсякім выпадку, скоўвае, як бы паралізуе жаданне і волю самога дзіцяці. Наўрад ці гэта пры х-воціць малыша да заняткаў. А вось мацярам трэба было б устрымацца ад імгненнай, часцей за ўсё дачаснай дапамогі пры першай жа цяжкасці малыша. Ведаю па сабе, як гэта цяжка, але трэба! Залішняя апека, «дрыжанне» над малышом, папярэджанне найменшых удараў і любых падзенняў нараджае ў ім нерашучасць, несамастойнасць і неасцярожнасць: бо за яго ж пра небяспеку думае мама!

Што ж выходзіць: прымушаць — кепска, апекаваць — яшчэ горш, а што тады патрэбна, каб атрымалася? Р а д а в а ц ц а, проста радавацца, калі малышу нешта ўдаецца, — гэта, паводле нашых назіранняў, галоўны стымул для паспяховых заняткаў з дзіцем. Самы дасканалы спорткомплекс не выклікае ў яго цікавасці, не «спрацоўвае», калі мы, дарослыя, застаёмся абыякавымі да таго, што з ім робіць дзіця, як у яго атрымліваецца.

Ну, а калі ўпала? А калі няўдача? Тады мы сучешым, вядома, сучешым, вытрам заплаканыя вочы, падбадзёрым («Не бядуй, яшчэ атрымаецца!»), але чуць пазней таго, як яму давялося самому папрацаваць, пакрактаць, нават паплакаць ад чарговай няўдачы. Я толькі заўсёды стараюся пазбягаць сучашэнняў такога тыпу: «Ах, якія нехарошыя кольцы, не слу-

хаюцца Ванечку». Я хутчэй скажу так: «Шкада, кольцы хацелі цябе пакатаць, а ты не здолеў... Ну нічога, давай яшчэ разок паспрабуем...»

А ўзроставыя нормы!

Б. П.: На гэта пытанне мы адказваем падчас контрпытаннем: хіба ёсць нормы для таго, колькі гуляць у лялькі ці ў кубікі, а колькі ў рухавыя гульні? Ды няхай гуляюць, колькі хочуць!

Вось пяцігадовая Аня і трохгадовая Юля адна за адной узлазяць на стул, са стула на стол, а адтуль саскокваюць на дыванок і зноў на стул, на стол...

— Калі ім надакучыць скакаць? — пытае мяне Лена, занятая шывом.

— Я зараз палічу, — пачынаю я ставіць палачкі на палях свайго сшытка. І што ж? Яны спыніліся каля 72-й адзнакі. 232 скачкі «жабкай» зрабіў амаль запар двухгадовы Ваня, асвойваючы гэты спосаб перамяшчэння па падлозе, які яму спадабаўся, 500 прысяданняў зрабіў неяк пяцігадовы Антон («Я мог бы болей, ды абедаць паклікалі», — гаварыў ён потым). Па 10—15 мінут малышы могуць не злазіць з каната, з баксёрскай грушы (яны любяць «садзіцца вярхом» і гойдацца на ёй), кольцаў, турніка. Выяўляецца, падлога — гэта «вада», і там можна «патануць», таму ўсе перамяшчэнні адбываюцца паветрам.

Вы бачыце, што мы амаль поўнасю даверыліся тут малышам і не пашкадавалі: яны с а м і тонка вызначаюць межы, карысныя для арганізма. Проста дзіву даешся, як доўга, без стомы, дзеці могуць паўтараць адно і тое ж практыкаванне. І не менш дзіўна, што бываюць цэлыя дні, калі ніхто з іх ні разу не падыдзе да спортарада. Як жа вызначыць якую б там ні было норму для іх заняткаў? Хто, апрача іх с а м і х, зможа вызначыць штодзённую, штогадзінную, маментальную патрэбнасць у рухах, магчымасці, а п т ы м а л ь н у ю нагрузку? Ніхто! Ніводны, самы дасведчаны трэнер у свеце, па-мойму, не зробіць гэтага лепей за само дзіця. Дык чаму ж і тут не даверыцца прыродзе? Так мы думалі, так зрабілі, і ні разу нам не давалося аб гэтым пашкадаваць.

Калі дзіця, напрыклад, доўга бяжыць, яно проста стоміцца, і бегчы далей яму будзе непрыемна. Спрацуе

пачуццё стомленасці, і яно адпачне. Перагрузка, такім чынам, магчыма толькі там, дзе дзіця прымусяць бегчы насуперак яго жаданню або рабіць нешта праз сілу. У гульні такога не бывае, значыць, абставіны гульні — надзейная ахова ад перагрузак, у тым ліку і сілавых.

Вось ляжаць у нас у спартыўным пакоі мяшкі з дробнай галькай самай рознай вагі — 1, 2, 3, 4, 5... 18 кілаграмаў. У іх зручныя мяккія ручкі зверху і знізу, іх можна браць і адной рукой, і дзвюма, падымаць і насіць аднаму і ўдваіх. Ну а калі малыш ухопіцца за цяжкі мяшок, які яму не пад сілу? Мы такую карціну назіралі часта. Старэйшыя будуць якую-небудзь крэпасць і просяць малодшых: «Цягнуце сюды ўсе мяшкі!» Малыш хапае спачатку першы мяшок, які трапіў пад руку, але калі той ад яго намаганняў нават не зварухнецца, то малыш яго тут жа кіне і схопіцца за другі, трэці, які нарэшце «паддасца». Тут, відаць, таксама адбываецца стыхійнае вызначэнне сваіх магчымасцей, патрэбнае для жыцця ў многіх выпадках.

Неяк наладзіла дзятва спаборніцтва — таксама гульня, якая нарадзілася пасля прагляду выступленняў штангістаў у Манрэалі. Замест штангі ўсё тых жа мяккія мяшкі з галькай. «Радыекаментатар» Юля паведамляе праз рупар: «Майстар спорту Ваня, з каманды СССР, падымае вагу 12 кілаграмаў!» А падымаць над галавой пачынаюць спачатку лёгкія мяшкі, а потым даходзяць і да «асабістых рэкордаў». Вось ужо мяшок у 14 кілаграмаў «майстар спорту Ваня» здолеў толькі «ўзяць на грудзі», а ўзняць над галавой яму не ўдалося. Напружанні пры гэтым максімальныя, да мяжы магчымасцей, але з той прычыны, што яны бываюць вельмі часта і зведваюцца і ў адна-, і ў двухгадовым узросце, і пазней, то не толькі не з'яўляюцца небяспечнымі, але — мы лічым — яны вельмі карысныя. «Навуцы вядома, што найбольш выгадны рэжым для паўнацэннай функцыі арганізма — набліжэнне да яго максімальнай нагрузкі» — так піша ў сваім артыкуле «Здароўе і шчасце дзяцей» член-карэспандэнт АМН СССР С. Далецкі. Напэўна, таму развіццё сілы ў нашых дзяцей ідзе значна хутчэй, чым пры невялікіх нагрузках, а, апрача таго, мацнейшымі робяцца не толькі іх мышцы, але і звязкі, і косці. Відаць, таму пяцігадовая «медсястра» Любачка можа насіць на спіне «параненых»

Ваню і нават Юлю, якая важыць на 10 кілаграмаў больш, чым «медсястра». Мы цяпер перакананы, што ахоўваць дзіця ад нагрузак, як гэта часта робяць мамы і бабулі, баючыся надрываў і ўдараў,— гэта значыць, наадварот, падрыхтоўваць глебу для ўсякіх непрыемнасцей накшталт пераломаў, расцяжэнняў і іншых траўмаў.

Л. А.: Я не апалчалася б толькі на жанчын. На тое мы і ёсць мамы і бабулі, каб ахоўваць і аберагаць,— у гэтым наша біялагічная і сацыяльная патрэбнасць, нават абавязак. Ну, бывае, перастрахоўваемся, перабіраем меру ў апекаванні, але ж гэта ад залішняга старання. А можа быць, яшчэ ад таго, што не хапае зараз у сем'ях мужчынскага «процістаяння» нашаму жаночаму ахавальнаму выхаванню? Мне самой часам бывае цяжкавата ў першы раз глядзець на некаторыя новыя практыкаванні, якія вынаходзяць дзеці пры непасрэдным удзеле таты, нашага галоўнага спартыўнага завадатара. А вось гляджу і думаю: «Так, уберагчы, так, абараніць — гэта, увогуле, няцяжка, а вось даць добрую нагрузку я, бадай, не адважылася б. Дзякуй тату: ён можа».

ВЫНІКІ РАДУЮЦЬ

Б. П.: Для вызначэння вынікаў неабходны крытэрыі: «У дзіцячых садах і школах ацэнка фізічнага развіцця дзяцей даецца на падставе даных вымярэння росту, вагі і акружнасці грудзей» (з кнігі «Родителям о детях». — Л., 1975. — С. 92).

Вось паводле гэтых крытэрыяў нашы дзеці сярэднія, некаторыя нават ніжэйшыя, чым сярэднія,— так і запісана ў іх школьных медыцынскіх картах. І сапраўды, ніхто з іх не дасягнуў сучасных акселератыўных нормаў «прывагі» і «прыросту». Але нас гэта не палохае, а, наадварот, радуе, бо «са шкодных уплываў акселерацыі неабходна адзначыць парушэнне паставы, тэндэнцыю да астэнізацыі, павелічэнне захворванняў на рэўматызм і праяву яго ў раннім узросце, больш частыя гіпертаніі ў падлеткаў» (Усов И., Мазо Р. Пособие по педиатрии для врачей. — Мн., 1969. — С. 13) і скарачэнне агульнай працягласці жыцця (вызначана ў эксперыментах на жывёлінах).

Калі ж меркаваць паводле іншых крытэрыяў, па

якіх трэнеры адбіраюць дзяцей у спартыўныя школы і секцыі (сіла, хуткасць, гібкасць, спрыт, вынослівасць), то тут карціна будзе зусім іншая: нашы дзеці шмат у чым апярэджваюць сваіх больш рослых ровеснікаў. Гэту розніцу мы выявілі даволі рана. Спачатку параўноўвалі з кніжнымі данымі. Чытаем, напрыклад, у кнізе для бацькоў, што ўменне бегаць у тры гады толькі пачынае фарміравацца; у малыша ў гэты час яшчэ няма «фазы палёту», гэта больш падобна на хуткі крок перавальваючыся, а не на бег. І здзіўляемся: нашы трохгадовыя лёгка і па-сапраўднаму бегаюць. Яны папросту саскокваюць са стала на падлогу, у той час як з вышыні 70 сантыметраў дазваляецца саскокваць толькі сямігадовым. Або, напрыклад, сказана, што бегаць навыверадкі 5—6-гадоваму можна на 30 метраў, а хадзіць на прагулку — не болей як на 500 метраў. А ў нас ужо трохгадовыя могуць бегаць трушком і 2, і 3 кіламетры, не адстаючы ад мяне, нават калі я іду поўным крокам і хутка. Што ж да 4—5-гадовых, то тыя ў турпаходах праходзяць да 20—25 кіламетраў у дзень і ўражваюць нас сваёй нястомнасцю. На прывале дарослыя з асалодай прылягуць пад дрэвам і выцягнуць стомленыя ногі, а дзеткі знімаюць рукзакі і тут жа пачынаюць гульню ў квач або скіроўваюцца «на разведку» незнаёмай мясцовасці.

Нас здзівіла такое разыходжанне кніжных нормаў з сапраўднасцю. Мы ўбачылі, што магчымасці дзяцей значна большыя, чым нашы ўяўленні пра іх. Але як іх змераць? Як знайсці такія крытэрыі, якія дазволілі б параўнаць узровень развіцця дзяцей, розных паводле ўзросту, росту, масы? Задача аказалася складанай. Але ў першым набліжэнні мы яе ўсё-такі, думаю, рашылі. Праўда, спачатку мама крыху пакеплівала з маіх шматлікіх табліц, рознай «арыфметыкі», але неўзабаве пераканалася, што без лічбаў немагчыма было б нічога аб'ектыўна вызначыць, параўнаць, ацаніць. Бо сказаць проста: «Мацней, хутчэй, вышэй» — гэта значыць мала сказаць, паколькі невядома: на колькі мацней, на колькі хутчэй. Я паспрабаваў знайсці такія крытэрыі, якія дазволілі б гэта «на колькі» вызначыць.

Галоўны з гэтых крытэрыяў, вядома, сіла. І прыбор для яе вымярэння вядомы — гэта станавы дынамометр, ён паказвае, які максімальны груз чалавек можа адарваць ад зямлі. Малышы з задавальненнем

«вымяраюць сілу» па шмат разоў, але... прымаюць для гэтага зручную позу. Яны, як грузчыкі і штангісты, калі трэба паказаць максімальны вынік, не згінаюць спіны. Мы назвалі гэты паказчык: «максімальны груз, які можа адарваць ад зямлі чалавек у найвыгоднейшай паставе». Але мераць гэты груз мы пачалі не толькі ў кілаграмах, але і ва ўласнай масе — гэта значыць дзялілі гэты груз на масу самога дзіцяці.

І вось што выявілася: трохгадовы гарадскі малыш можа адарваць ад зямлі груз, роўны ў сярэднім яго ўласнай масе, а шасцігадовы — паўтарачнай «уласнай масе». Наша 5-гадовая Люба ўжо адрывае 2,5 сваёй масы, а старэйшыя 2,8; 2,9; 3,1, гэта значыць у сярэднім каля 3. Відаць, таму яны могуць насіць адзін аднаго на спіне, нават малодшыя старэйшых.

Але сіла — гэта, так сказаць, статычны паказчык. І каб ахарактарызаваць дынамічныя магчымасці дзіцяці, я ўзяў за крытэрыі максімальную хуткасць, якую малыш развіае ў бегу (на 30 метраў з ходу). Пры гэтым хуткасць бегу я пачаў вымяраць не ў метрах, а ў сваіх ростях у секунду (р/с). Тады выявілася, што можна параўноўваць «бегавыя здольнасці» дзяцей розных узростаў. Пераможцам пры такім падліку можа аказацца не самы старэйшы і не самы рослы, а самы хуткі, ім можа быць і самы маленькі па росту.

Выявілася, што дзеці пяці-шасці гадоў у сярэднім бегаюць з хуткасцю 3 р/с, а нашы ў тым жа ўзросце — 4 р/с, а пад сем-восем гадоў хуткасць узрастае да 4,5 р/с. У дзевяць гадоў у Ані гэты паказчык быў роўны 5,2 р/с. Вядома, мне захацелася вызначыць гэтым жа спосабам хуткасць бегу нашых майстроў спорту. Яна аказалася ў сярэднім 5—5,4 р/с (у алімпійскага чэмпіёна В. Барзова — 5,48 р/с), гэта значыць аказалася... сувымернай з хуткасцю нашых дзяцей. Гэта было нечакана: бо спецыяльных трэніровак мы з імі не праводзілі і самі яны рэгулярна бегам не займаліся, а вынікі высокія. Напэўна, тут дапамагло тое, што яны многа і з вялікім задавальненнем рухаліся.

Каб мець падобныя аб'ектыўныя даныя, тры-чатыры разы ў год мы праводзілі вымярэнне «ўзроўню фізічнай дасканаласці» дзяцей амаль па 20 розных паказчыках. З іх можна ўбачыць, што ўжо ў 4—5-гадовым узросце малышы ўмеюць падцягнуцца да падбародка на перакладзіне (7-гадовы Ваня, напрыклад,

мога зрабіць гэта 11 разоў запар, а 10-гадовая Юля — 14), у тры-чатыры гады — узлазіць па вертыкальным металічным шасце на вышыню 4—5 метраў (старэйшым на гэта патрабуецца 6—10 секунд). З вісу на перакладзіне 5—6-гадовыя могуць да 40—50 разоў запар падняць ногі ўверх і дакрануцца імі да рук. Могуць цэлую мінуту або нават паўтары правісець на турніку, трымаючыся за яго адной рукой, і да т. п. Няма патрэбы пералічваць тут усе змераныя намі паказчыкі, і немагчыма паказаць, на жаль, параўнаўчыя даныя аб развіцці нашых дзяцей і іх равеснікаў — а яны ў нас ёсць. Скажу толькі пра адно важнае назіранне: найлепшыя вынікі ў спартыўных спаборніцтвах паказваюць, як правіла, тыя самыя дзеці, якім у школьных медыцынскіх картах у графе «фізічнае развіццё» пішуць «сярэдняе» або нават «ніжэйшае за сярэдняе». Хіба гэта не крыўдна?

ДЗЕЦІ ПАЙШЛІ У ШКОЛУ I...

Вядома, у іх жыцці шмат што змянілася, як і ва ўсіх дзяцей. Зрэшты, кантраст паміж дамашнім і школьным жыццём для нашых дзяцей выявіўся нават большым, чым у іншых: замест лёгкіх трусікаў — нязграбная школьная форма, замест гульні — урокі, замест вольнага чаргавання заняткаў — строгі расклад.

— Вы зусім не рыхтуеце дзяцей да школы, — засмучалася бабуля, — ім будзе вельмі цяжка прывыкаць да школьных патрабаванняў і дысцыпліны.

А нас трывожыла іншае: ці лёгка будзе ўсе дзець за партай нашым непаседам? Чаго-чаго, а ўседлівасці мы ад іх ніколі не патрабавалі, наадварот, заўсёды заахвочвалі рух, рух, рух...

Уявіце сабе, якраз гэта іх па першым часе і выручыла! Тут няма супярэчнасці. Парта, вядома, іх стамляла, але прывычная прага рухаў, развітая патрэбнасць у іх знаходзіла выйсце. «Я так любіла бегаць на перапынках, насілася ўвесь час», — успамінала пачатковую школу Анечка. «А нам не дазвалялі, — уздыхала Оля, — а так хацелася...» Гэта жаданне задавальнялася дома: бо тут жа былі зноў трусікі, тыя ж спартыўныя снарады і тая ж свабода ў перамене заняткаў і іх паслядоўнасці. А тое, што ў іх былі моцныя мышцы і косці, аказалася самым надзейным сродкам супраць скрыў-

лення пазваночніка — гэтага біча многіх школьнікаў. Нам амаль не даводзілася спецыяльна сачыць за паставай, за тым, каб яны правільна сядзелі за сталом, калі рабілі ўрокі. Неяк патрэбы ў гэтым не было, тым больш што за ўрокамі яны не заседжваліся.

І ўсё-такі мая «арыфметыка» самазаспакоіцца не дае. Чым старэйшымі робяцца дзеці, тым больш трывожныя вынікі маіх вымярэнняў. Трывогу выклікаюць якраз не маса і рост, тут усё нармальна: у 16 гадоў абодва старэйшыя сыны абагналі ў росце мяне, а мой рост — 175 сантыметраў. Падаюць паказчыкі сілы, хуткасці, вынослівасці. Рух ужо не дае ім такога задавальнення, як раней. Чаму? Дамашняя «спартзала» робіцца малой для падростаючых дзяцей, нецікавай, а стадыёна, басейна, сапраўднай спартзалы паблізу няма.

Л. А.: Так, дзеці прыходзяць дадому стомленыя — не ад вучобы, а ад сядзення. Да таго ж, прывыкаючы да цёплага школьнага адзення, яны ўсё больш неахвотна распранаюцца дома. Бывала, раней, яшчэ да школы, не-не ды скажаш: «Штосьці халаднавата, можа, сарочку надзенеш?» А цяпер часцей не стрымліваешся ад прыкрага папроку: «Што ж ты ўпакаваўся з ног да галавы?» Напэўна, у старшых класах мы сваімі дамашнімі сродкамі ўжо не можам процістаяць Усемагутнай Парце і з сумам бачым, як усё, набытае да школы, паступова сыходзіць на нішто.

Б. П.: Часам нас пытаюць: «А чаму вашы дзеці не пайшлі ў вялікі спорт?» Трэба сказаць, што па сваіх даных яны маглі б займацца паспяхова ў многіх відах спорту і, несумненна, дасягнулі б высокіх вынікаў — такая думка трэнераў, якія бачылі нашых дзяцей на спортах або на бегавой дарожцы. Відаць, гэта так і ёсць. Малодшых, напрыклад, ахвотна прынялі ў акрабатычную секцыю, а праз паўтара месяца дзяўчаткі атрымалі трэці юнацкі разрад па акрабатыцы, а праз год — і першы. Але па-першае, ездзіць на заняткі ім даводзіцца далёка, а праводзіць і сустракаць іх не заўсёды ўдаецца, таму бываюць пропускі трэніровак. А па-другое, хаця яны і займаюцца з задавальненнем, усё-такі ўсёпаглынальнага запалу, які патрабуецца для заваёўвання спартыўных вышынь, у іх няма. Мяне гэта засмучае, а вось маму не вельмі. Нават больш — зусім не засмучае. Яна лічыць, што вялікі спорт паглынае чалавека цалкам, робіцца галоўным у жыцці, а ўсё

астатняе яму падпарадкуецца. А ў нашых дзяцей так многа гэтага «астатняга», такая процьма спраў і інтэрасаў вабіць іх да сябе, што для спорту застаецца толькі дапаможная роля, відаць, самая для іх прыдатная: бо галоўны ж рэкорд — усё-такі здароўе. Я ўвогуле згодны з гэтым, але вось у чым бяда: здароўе не робіцца ў дзяцей мацнейшым — а паказчыкі зніжаюцца! Напэўна, патрэбны не толькі секцыі для выбраных, трэба, каб для кожнага была спартзала і стадыён побач і кожны дзень спартыўныя заняткі — у дзіцячых садах, школах, жылых дамах. Вось тады і парта будзе не страшная.

ШТО МЫ ЛІЧЫМ ВАЖНЫМ

Тое, што ў нас склалася, назваць сістэмай, відаць, яшчэ нельга. Але асноўныя прынцыпы, якімі мы кіруемся, вылучыць можна. Іх тры.

Па-першае, гэта лёгкае адзенне і спартыўная атмасфера ў доме: спортснарады ўвайшлі ў штодзённае жыццё дзяцей з самага ранняга ўзросту, сталі для іх як бы асяроддзем пражывання нароўні з мэбляй і іншымі дамашнімі рэчамі.

Па-другое, гэта свабода творчасці дзяцей у занятках. Ніякіх спецыяльных трэніровак, зарадак, урокаў. Дзеці займаюцца, колькі хочучь, спалучаючы спартыўныя заняткі з усімі іншымі відамі дзейнасці.

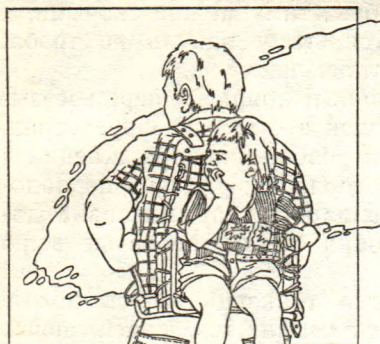
Па-трэцяе, гэта наша бацькоўская небезуважнасць да таго, што і як у малышоў атрымліваецца, наш удзел у іх гульнях, спаборніцтвах, самім жыцці.

Усе гэтыя прынцыпы, вядома, былі не прыдуманы загадзя, а вылучаны з практыкі жыцця, выпрацаваны ва ўзаемаадносінах з дзецьмі. Мы карысталіся імі інтуітыўна, неўсвядомлена, маючы толькі на мэце: не перашкаджаць развіццю, а дапамагаць яму, прычым не націскаць на дзіця ў адпаведнасці са сваімі нейкімі задумамі, а назіраць, супастаўляць і, арыентуючыся на самаадчуванне і жаданне дзіцяці, ствараць умовы для далейшага яго развіцця. Папраўдзе кажучы, гэта не заўсёды атрымлівалася: не націскаць, не перашкаджаць, а дапамагаць. Бо мы ж яшчэ шмат у чым не ведалі, як трэба гэта рабіць. Бывала, раззлуешся: «Ну-ну, скачы, не бойся. Эх ты, баязлівец!» Малыш у слёзы. Потым я пачаў гаварыць іначай — без дакору і

насмешкі: «Хто ў нас храбры, таму можна скочыць, а хто яшчэ не расхрабрыўся, таму пакуль не трэба. Ты хочаш? Ну давай! Малайчына!»

Розніца атрымлівалася велізарная: у першым выпадку малых адчувае націск з боку, ім кіруе страх, сорам. А ў другім ён сам сабой распараджаецца і адчувае не прыніжэнне, а гордасць, радасць пераадолення. Вядома, дзеянне дзіцяці тут арганізавана дарослым, але яно не навязана сілком, не ламае волю малых.

Усе гэтыя псіхалагічныя тонкасці мы спасцігалі нялёгка, не абмінулі многіх памылак, але, спасцігаючы, мяняліся і самі, набывалі ўменне будаваць адносіны з дзецьмі на падставе ўзаемаразумення і ўзаемадаверу.



...Для таго каб удасканаль-
ваць розум, трэба больш раз-
важаць, чым завучваць...

Р. Дэкарт

ЗДОЛЬНАЕ ДЗІЦЯ НЕ ДАР ПРЫРОДЫ

ЯК НАРАДЖАЮЦЦА ЗДОЛЬНАСЦІ!

Б. П.: У аснову разумовага развіцця нашых дзяцей пакладзены ўсё тыя ж нашы «тры кіты»: багатае для разнастайнай дзейнасці абсталяванне; вялікая свабода і самастойнасць дзяцей у занятках і гульнях і наша шчырая зацікаўленасць ва ўсіх іх справах. Але і тут хацелася б яшчэ раз падкрэсліць, што мы не ставілі сабе за мэту навучыць іх усяму як мага раней, мы стараліся стварыць умовы для развіцця іх здольнасцей — паводле іх магчымасцей і жаданняў.

Мы не ведалі і не маглі ўзяць на сябе смеласць вызначыць, што і калі развіваецца ў малышоў, і ў сваіх дзеяннях зыходзілі з таго простага назірання, пра якое ўжо нагадвалі ў першай частцы кнігі: з немаўлём размаўляюць з дня яго нараджэння, калі яно яшчэ і не разумее нічога. Надыходзіць момант (для кожнага індывідуальны), і малыш скажа першае слова. Калі з ім не гаварыць, то гэта першае слова можа быць не сказана і ў год, і ў два, і ў тры. Ну а калі ў адносінах да ўсіх іншых чалавечых здольнасцей дзейнічаць гэтак жа? Не вызначаць тэрміны загадзя, а проста стварыць спрыяльныя ўмовы і паглядзець, як будзе развівацца дзіця. У пошуку гэтых умоў мы і выпрацавалі тыя самыя прынцыпы, пра якія я гаварыў.

Назіраючы за дзецьмі, мы заўважылі, што развіваюцца ў іх тыя бакі інтэлекту, для якіх у нас былі ўмовы, што а пярэд ж в а л і само развіццё. Дапусцім,

дзіця яшчэ толькі пачынала гаварыць, а ў яго ўжо былі сярод іншых рэчаў і цацак кубікі з літарамі, разразная азбука, пластмасавыя, драцяныя літары і лічбы. Разам з вялікім мноствам паняццяў і слоў, якія ўваходзяць у гэты час у мозг дзіцяці, чатыры дзесяткі значкоў, што называюцца А, Б, В... 2, 5 і г. д., запаміналіся без усякай цяжкасці к паўтара-двум гадам. А ўсё таму, што мы не рабілі з гэтага таямніцы, не гаварылі, што «табе рана», проста называлі малышу літары, як называлі іншыя прадметы: стол, стул, акно, лямпа і г. д. І радаваліся, калі ён запамінаў, пазнаючы іх у любым тэксце.

Гэтак жа было і з матэматыкай (лічыльнікі, лічыльныя палачкі, лічбы, табліцы сотні і тысячы, пацерачкі на дроце і інш.), канструяваннем (усемагчымыя кубікі, мазаіка, канструктары, будаўнічыя матэрыялы, інструменты і інш.), спортам (спортснарады ў розных спалучэннях у доме і ў двары).

Самым галоўным адкрыццём на гэтым шляху было для нас тое, што ў гэтых умовах дзеці вельмі многае пачыналі рабіць, чым гэта прадпісвалася ім паводле медыцынскіх і педагагічных нормаў: к тром гадам яны пачыналі чытаць, у чатыры — разумелі план і чарцёж, у пяць — рашалі простыя ўраўненні, з цікавасцю падарожнічалі па карце свету і г. д. І справа была не толькі ў зразуменні некаторых школьных прамудрасцей, якімі яны лёгка авалодвалі да школы (беглае чытанне, вуснае лічэнне, пісьмо), але і ў тым, што яны пры гэтым рабіліся больш самастойнымі, ініцыятыўнымі, цікаўнымі, адказнымі — таксама не па гадах. Мы іх маглі пакінуць дома адных (з 6—7-гадовым старэйшым) гадзіны на тры-чатыры і ведалі, што нічога не здарыцца. Мы маглі спакойна паслаць сямігадовага ў Маскву (электрычка, метро) або адзінаццацігадовага ў Горкі (ён сам браў сабе білет, ехаў без усякай апекі правадніка або каго-небудзь з дарослых). І ўсё гэта не рабіла з іх дзядкоў — такіх выдумшчыкаў і свавольнікаў яшчэ пашукаць! Але аб гэтым гаворка яшчэ наперадзе.

Спачатку мы гэтаму толькі здзіўляліся, а потым усур'ёз зацікавіліся праблемай ранняга развіцця дзяцей. Выявілася, што вывучэннем патэнцыяльных магчымасцей чалавечага мозга даўно займаецца сусветная навука і практыка. Вучоныя прыйшлі да вываду, што рэзервы мозга каласальныя, а выкарыстоўваюцца яны

на працягу жыцця чалавека мізэрна мала, што геніяльнасць — гэта найбольш поўная праява інтэлектуальнага патэнцыялу, які мае кожны нармальны чалавек.

Ад чаго ж залежыць рэалізацыя гэтага патэнцыялу? Ад чаго залежыць узровень развіцця здольнасцей? Адказаць на гэта пытанне — значыць знайсці спосаб расціць таленты, не шукаць іх сярод звычайных, а расціць усіх таленавітымі людзьмі. А гэта дазволіць пазбавіць школу ад непаспяваючых і другагоднікаў, дзяцей — ад перагрузак, бацькоў — ад бяссілля і зручных забабонаў: «Такі ўжо ён у мяне нарадзіўся». Проста немагчыма было не паспрабаваць прыняць удзел у пошуку адказу на пытанне: адкуль бяруцца таленты?

Ну, вядома, мы ні ў якой ступені не лічым, што знайшлі спосаб вырошчвання вундэркіндаў. Вундэркінд — гэта дзіця-цуд, выключэнне з правіл, пакуль малавытлумачальная з'ява. Я ж гавару пра іншае: як кожнага, літаральна кожнага малыша, які нарадзіўся нармальным, выгадаваць здольным і нават таленавітым. Гэта ж патрабаванне часу — навукова-тэхнічнай рэвалюцыі, усё большай і большай адказнасці чалавецтва за ўсё, што робіцца на зямлі, неабходнасці прадбачання і асэнсаванасці кожнага кроку чалавека, які жыве на нашай планеце.

Л. А.: Я думаю, што адказнасць залежыць не столькі ад таленавітасці, колькі ад сумленнасці. Можна быць звышталенавітым, але пры гэтым карыслівым і эгаістычным чалавекам, які жыве паводле прынцыпу: «Пасля мяне хоць патоп...»

Б. П.: Гэта наша старая спрэчка, мы да яе яшчэ вернемся. Я толькі скажу, што цяпер патрэбен чалавек не толькі адукаваны, але і такі, які творча асэнсоўвае сваю справу, сваё месца ў жыцці, а для гэтага патрэбны высокаразвітыя творчыя здольнасці і ўменне выкарыстаць іх на практыцы, у працы, на кожным рабочым месцы, у любой жыццёвай сітуацыі. Як гэтага дабіцца?

Найважнейшай умовай развіцця ўсіх здольнасцей я лічу своечасовы пачатак. За гэтымі двума словамі гады назіранняў, разважанняў, даследаванняў Вынікам гэтай работы была «Гіпотэза ўзнікнення і развіцця творчых здольнасцей» (зб. «Социологические и экономические проблемы образования». — Новосибирск, 1969. — С. 78—124). У ёй упершыню з'явілася непрывычнае слова НЗМЭРЗ, складзенае з першых літар назвы працэсу, які адбываецца ў чалавечым мозгу: Неабарачальнае Згасанне Магчымасцей Эфектыўнага Развіцця Здольнасцей. Цяжка сцісла перадаць змест вялікай работы, але сутнасць яе заключаецца ў наступным: кожнае здаровае дзіця, нараджаючыся, валодае каласальнымі магчымасцямі развіцця здольнасцей да ўсіх відаў чалавечай дзейнасці. Але гэтыя магчымасці не застаюцца нязменнымі і з узростам паступова згасаюць, слабеюць, і чым старэйшы робіцца чалавек, тым больш цяжка развіваць гэтыя здольнасці.

Вось чаму так важна, каб умовы а прэджвалі развіццё. Гэта дасць найбольшы эффект у развіцці, якое будзе проста своечасовым, а зусім не «раннім», як лічаць тыя, хто называе так развіццё нашых дзяцей.

Дарэчы сказаць, мы і самі цяпер лічым развіццё нашых дзетак не толькі не раннім, а запозненым шмат у якіх адносінах. Бо ўмовы, якія мы здолелі стварыць, вядома, яшчэ вельмі далёкія ад магчымага ідэалу. Гэта натуральна: дамашнімі сіламі і сродкамі такую праблему не падняць. Скажам, не змаглі мы стварыць нават здавальняючых умоў для заняткаў дзяцей у галіне выяўленчага мастацтва, біялогіі, замежных моў і шмат чаго іншага. І развіццё дзяцей тут яўна адстае ад іх магчымасцей. А цяпер наганяць упушчанае вельмі цяжка: замежную мову, напрыклад, ніхто з іх толкам так і не ведае, нягледзячы на школьныя пяцёркі і чацвёркі. А маглі б ведаць, калі б хто-небудзь з нас валодаў замежнай мовай і проста гаварыў на гэтай мове з дзецьмі з дня нараджэння, як гэта робіць са сваімі малышамі інжынер У. С. Скрыпалёў. Для Алега Скрыпалёва вывучэнне англійскай мовы вялікай праблемай не будзе: ён гаворыць на ёй гэтак жа, як і на рускай, зусім свабодна.

Такім чынам, умовы для развіцця павінны апярэджваць яго, падрыхтоўвацца загадзя. Вось для гэтага і патрэбна — усё роўна: ці ў доме, ці ў дзіцячай установе — значна больш багатае абсталяванне, чым тое, у якім зараз растуць дзеці ў многіх сем'ях.

І ШЫРОКАЕ ПОЛЕ ДЗЕЙНАСЦІ

Вядома, пад багатым абсталяваннем я разумею не дываны, хрусталь, польскую мэблю і да т. п. Усё гэта прызначана для адпачынку дарослых, а дзіцяці ад такога багацця карысці мала: паліраваным светам рэчаў-незачэпаў можна толькі любавацца, а рабіць у ім нічога нельга. Праўда, для дзятвы ва ўзросце да двух гадоў нават звычайнае разглядванне прадметаў і іх відарысаў займае да 20 працэнтаў усяго часу іх няспання і з'яўляецца важным фактарам развіцця. Але чым старэйшым робіцца дзіця, тым менш яго задавальняе адно сузіранне, яно цягнецца да кожнага прадмета рукой і пачынае яго спрабаваць спачатку «на смак», потым «на стук», потым на ўсякае іншае яго выкарыстанне. Але ж хрусталь для гэтага непрыдатны, а вось калі малышу рана трапляюць у рукі алоўкі, крэйда, папера, клей, нажніцы, малаток, кардон, фарбы, пластылін, кубікі — усё тое, чым можна працаваць (дзейнічаць, будаваць, рабіць), тым багацейшыя ўмовы яго развіцця.

Мы рана заўважылі, што малышы аддаюць перавагу маніпуляцыям не забаўкамі (яны ім хутка надакучваюць), а прадметамі хатняга ўжытку, якімі карыстаюцца дарослыя: кухонным начыннем, пісьмовымі і швейнымі прыладамі, інструментамі, прыборамі... А заўважыўшы гэта, дазволілі малышам «увайсці» ў наш дарослы свет і даследаваць яго няцацачныя ўласцівасці і небяспекі. Мы пісалі ўжо ў першым раздзеле кнігі, як пачынаем знаёміць малышоў з гэтым складаным светам рэальных рэчаў. Таго ж прынцыпу самастойнасці мы прытрымліваемся і ў далейшым, не патрабуючы ад малышоў «не браць без папытання», але патрабуючы «класці на месца». Пры гэтым, вітаючы «доследную» дзейнасць, мы забараняем ламаць, ірваць, псаваць рэчы «проста так» — «са злосці» або ад няма чаго рабіць.

Даступнасць рэчаў не азначае, аднак, што дзецям

дазволена ўсё чапаць і браць без дазволу. У нас ёсць рэчы — і іх сапраўды велізарная большасць, — якімі дзеці могуць карыстацца ў любы час па свайму ўгледжанню. Пералічваць іх няма сэнсу: гэта тое, што не ўваходзіць у дзве забароненыя катэгорыі: чужыя і каштоўныя рэчы. Пад «чужымі» разумеюцца літаральна чужыя, а апрача таго, асабістыя рэчы — на татавым ці маміным стале, у дзядулевым пакоі, у чыйёсці сумцы або партфелі, якія з'яўляюцца недатыкальнымі. Гэтыя рэчы можна браць толькі з дазволу. А каштоўныя рэчы — на іх таксама накладвалася, безумоўна, строгая забарона — гэта гадзіннік, магнітафон, фотаапараты, пішучая машынка і да т. п., тонкія механізмы, якія дзіця з-за няведання можа лёгка сапсаваць. Мы не хавалі іх ад дзяцей, не прымалі далей, але давалі зразумець з першага ж знаёмства, што гэтыя рэчы чапаць нельга. І я не памятаю выпадку, каб па віне малышоў што-небудзь з дарагіх рэчаў выйшла са строю, хаця яны былі заўсёды даступныя, а дзеці часта заставаліся з імі сам-насам. Думаю, так атрымлівалася таму, што падобных забароненых рэчаў было вельмі нямнога і яны не былі дзецям зусім незнаёмыя. Звычайна малышы разглядалі іх разам з кім-небудзь з дарослых або старэйшых, і яны пераставалі быць прывабнымі сваёй неведомасцю.

А галоўнае, у дзяцей нашымі стараннямі ўсё больш з'яўлялася іншых цікавых, заўсёды даступных для іх рэчаў, пачынаючы ад спартыўных снарадаў і канчаючы ўсемагчымымі інструментамі і будаўнічымі матэрыяламі, — усё гэта, паміма звычайных забавак, лялек, якіх у дзяцей таксама многа.

У нашым пакоі-майстэрні можна рэзаць, клеіць, ляпіць, пілаваць, забіваць цвікі, сячы, калоць, свідраваць, тачыць. Былі неяк у нас у гасцях цэлы тыдзень два браты — двухгадовы Віця і шасцігадовы Дзіма. Як жа яны былі задаволены, што малаткі бываюць рознага росту і цвікі таксама і што дошку можна прыбіваць цвікамі да цурбалка бервяна на падлозе. З якой стараннасцю яны ўганялі ў бедную дошку цвікі адзін за адным, атрымлівалася гэта ў іх усё лепш і лепш. А мы з іх мамай — доктарам — глядзелі на «майстроў» і гаварылі адна адной: «Як жа не хапае малышам у сучаснай кватэры вось такой сапраўднай справы!»

Мы стараліся ісці насустрач любым намерам дзяцей

штосьці рабіць, праявіць сябе ў якой бы там ні было творчасці. Заўважылі, што малыш любіць пісаць крэйдай, — зрабілі з кавалка лінолеума дошку; заўважылі, што яго цікавіць у «Дзіцячай энцыклапедыі» карта, — павесілі вялікую карту паўшар'яў на сценку. Так у нас на сценах з'явіліся табліцы сотні і тысячы, літары друкавання і пісьмовыя на плакаце, на кубіках, вымяральныя прыборы, вялікія драўляныя цагліны, канструктары, усемагчымыя гульні і, вядома, кнігі, мноства кніг — ад казак і кніжак-малышак да энцыклапедыі і навукова-папулярнай літаратуры. Вось гэта мы і называем багатым абсталяваннем. Для дзіцяці ў ім адкрываецца багатае поле дзейнасці.

Адзін прафесар, успамінаючы сваё дзяцінства, здзіўляўся, з якой выразнасцю і дакладнасцю ён можа ўявіць малюнак на шпалерах у дзіцячым пакоі і нават форму трэшчын на белай столі. Дык чаму ж, дзівіўся ён, не даць для запамінання «на ўсё жыццё» такіх згусткаў чалавечых ведаў, якімі з'яўляюцца геаграфічная карта або табліца Мендзялеева? Гэтыя першыя ўражанні могуць міжвольна абудзіць цікавасць да якой-небудзь галіны ведаў і нават развіць пэўныя здольнасці дзіцяці.

Тыя, што знаёмы з біяграфіяй жанчыны-матэматыка Соф'і Кавалеўскай, маглі звярнуць увагу на такую дэталю: сцены яе дзіцячага пакоя былі абклеены старонкамі з матэматычнай кнігі. Але мала хто верыць у сувязь паміж гэтымі старонкамі з формуламі і чарцяжамі і яркім матэматычным талентам дзяўчынкі Соні.

У нас у сям'і, відаць, дакладна гэтак жа «спрацавала» табліца Мендзялеева, на якую звярнуў увагу ў «Дзіцячай энцыклапедыі» трохгадовы Антон. А пазней пачаліся дымы, пахі, успышкі, з'явіўся канструктар «Юны хімік», цэлая сцяна ў майстэрні, забітая хімічным посудам і хімікатамі. Потым хіміка-механічны тэхнікум, перамога ў хімічнай алімпіядзе і нарэшце хімфак МДУ.

ЛЮБІМЫЯ ВУЧЭБНЫЯ ДАПАМОЖНІКІ

Гэту чуйнасць і ўспрымлівасць дзіцячага розуму мы пастараліся выкарыстаць і ў навучанні грамаце, лічэнню, у знаёмстве дзяцей з мерамі даўжыні, вагі, часу, з чарцяжом, планам і г. д.

К а с а вялікіх (60 міліметраў) пісьмовых літар,

сагнутых з дроту, дазваляла не толькі складаць словы-паязды: «МАМА», «АНЯ», «ДОМ», але і навучаць «саставіцеля паяздоў» пісьму. Ён не здагадваўся аб гэтым, але, саставіўшы «поезд», абавязкова «правяраў усе вагоны», абводзячы пальчыкам усе літары па парадку.

Дзядулю цяжка разгледзець на маленькім тэрмометры за акном, які сёння мароз. Яму дапамогуць малышы, Ваня і Люба,— яны ўстановаць дакладна гэткую ж тэмпературу на вучэбным тэрмометры метравага росту, дзе вельмі буйныя дзяленні і рухомая чырвона-белая стужка дазваляе ўстанавіць любую тэмпературу, якая бывае на нашай Зямлі.

Са сцяны можна зняць і гадзіннік з вялікім цыферблатам, у якім гадзінная стрэлка перасоўваецца ў 12 разоў марудней за мінутную, як на сапраўдным гадзінніку, але паказаць яны могуць любы час, варта толькі малышам пакруціць шасцярэньку ззаду. Гэта забаўка дазваляе дзятве на некалькі гадоў раней за равеснікаў асвоіць гадзіннік і вымярэнне часу.

Ёсць у нас «забаўка», якая вучыць завязваць вузлы. На рамцы з джуралевых ражкоў і трубак у верхняй палове завязаны ўзоры: 14 розных вузлоў, ад самых простых да вельмі складаных, нахштальт альпінісцкага «вузла ўкарочвання». А ў ніжняй 14 «канцоў» з капронавага шнура дазваляюць завязаць копіі гэтых вузлоў, што і дарослым не заўсёды ўдаецца.

Каб малышы пазнаёміліся з картай і планам, у нас ёсць і глобус, і план дома, фізічная карта свету і вучэбная школьная, дзе побач з планам мясцовасці даецца і яе малюнак. Нават пяці-шасцігадовыя дзеткі з задавальненнем знаходзяць, дзе на плане дарога, лес або вёска, паказаныя на малюнку, або наадварот. А калі навучацца чытаць, то задаюць адно аднаму задачы па карце свету і ведаюць не толькі мацерыкі, акіяны і моры, але і многа дзяржаў, сталіц, рэк і гор і любяць рабіць падарожжы па сушы і па моры.

Нават простая на першы погляд табліца сотні дае малышам шмат пажытку для разважанняў і магчымасці задаваць адно аднаму мноства задач. Спачатку яны проста паказваюць пальчыкам лічбы і называюць іх па парадку: хто далей? І хутка ўсведамляюць, што пасля «дваццаць дзевяць» ідзе не «дваццаць дзесяць», а «трыццаць», гэта значыць засвойваюць парадак лікаў,

а потым пачынаюць злічваць розныя прадметы. Калі ўсе лікі знаёмыя, мы даём задачкі: «Хто хутчэй знойдзе лік 27? 49? 93?» Затым па гэтай жа табліцы дзеці авалодваюць складаннем, знаходзячы, напрыклад, суму лікаў, размешчаных па вертыкалі, гарызанталі, дыяганалі. Пры гэтым яны вынаходзяць розныя спосабы складання і хутка прывыкаюць да матэматычнай тэрміналогіі.

З элементамі геаметрыі дзеці знаёмяцца па рознастайных геаметрычных фігурах, выразаных з каляровай паперы і прыклееных да сцяны. Тут жа ўказаны асноўныя лініі фігур і іх назвы: вышыня, медыяна, дыяметр, радыус... І малышы вельмі рана адрозніваюць вугал ад трохвугольніка, квадрат ад ромба, круг ад акружнасці і да т. п. А ў будаўнічых наборах ёсць і шары, і цыліндры, і конусы, і піраміды, і мы называем усе гэтыя геаметрычныя целы іх «матэматычным імем».

У нашай майстэрні вучэбнымі дапаможнікамі фактычна з'яўляюцца і вымяральныя прыборы: вагі, дынамометры, секундамеры, штангенцыркулі і інш.; і разнастайныя матэрыялы: ад фанеры і бляхі да ўсемагчымых пластмас; і розныя інструменты для апрацоўкі дрэва і металаў, у тым ліку электраінструменты, якія патрабуюць умення і асцярожнасці ў абыходжанні.

Нарэшце, гульні. У першую чаргу гэта канструктары: пластмасавыя з буйнымі дэталямі для малышоў; канструктары-механікі і нават вялікі электронны канструктар, якім захапляюцца старэйшыя.

Асаблівае месца сярод усіх вучэбных дапаможнікаў займаюць гульні для развіцця, якія мы назвалі «прыступкамі творчасці». Гэта гульні незвычайныя, яны нарадзіліся ва ўзаемаадносінах з дзецьмі і пры іх непасрэдным удзеле. У іх можна гуляць ужо на другім годзе жыцця, як толькі малыш пачынае адрозніваць форму і колеры, і ў іх жа з задавальненнем гуляюць падлеткі і нават дарослыя.

Што ж гэта такое гульні для развіцця?

Пры ўсёй сваёй разнастайнасці яны аб'яднаны пад агульнай назвай невыпадкова: усе яны зыходзяць з агульнай ідэі і маюць адны і тыя ж характэрныя асаблівасці. Лепш за ўсё прасачыць гэта на прыкладзе. Вось гульня «Складзі ўзор». Шаснаццаць яе кубікаў

пафарбаваны незвычайна — усе шэсць бакоў па-рознаму. Да іх прыкладзены амаль сто малюнкаў з узорамі, пачынаючы з найпрасцейшых, даступных дзецям у паўтара-два гады, і канчаючы вельмі складанымі, з якімі справіцца не кожны дарослы. І любое гэта ўскладненне ўзору малыш павінен зразумець і пераадолець самастойна, як бы зрабіць для сябе маленькае адкрыццё.

Першыя ўзоры могуць быць лёгкімі, гэта значыць ніжэйшымі за яго магчымасці, але, падымаючыся, як па лесвіцы, ад узору да ўзору, ён падыходзіць і да такіх, якія прымушаюць яго напружыцца поўнасю, уключыць усе разумовыя і валявыя здольнасці «на поўную магутнасць». Гэты працэс вельмі радуе дзіця — яно бачыць свае поспехі, адчувае велізарнае задавальненне ад таго, што цяжка, але атрымалася, і просіць яшчэ.

Але вось на якім-небудзь узору малыш спыніцца — не здолее яго скласці, напрыклад, дайшоў да ўзору, дзе патрэбны двухкаляровыя грані («дамок», «ліхтарык»). Ён круціць кубікі і так, і гэтак — не, «дамок» ніяк не атрымліваецца! Значыць, ён дабраўся да «столі» сваіх сённяшніх магчымасцей. Гэта крытычны пункт і для дзіцяці, і для старэйшага: падказваць ні словам, ні жэстам нельга! Можна толькі суцешыць засмучанага малыша і абавязкова абнадзеіць яго: «Яшчэ і яшчэ раз паспрабуем — атрымаецца!» І калі заўтра або праз некалькі дзён, нават тыдняў, нарэшце адолена і наступная прыступка, гэта ўспрымаецца як вялікае дасягненне, абуджае жаданне рухацца ўсё далей і далей. І гэта сапраўды дасягненне — дзіця самастойна рашыла тую задачу, якая яшчэ ўчора яму не давалася, была яму не пад сілу. Яму ніхто не падказваў, не паказваў, яно дадумалася само, што дах дамка павінен атрымлівацца з двух кубікаў, складзеных асаблівым спосабам: аказваецца, прамы вугал можа атрымацца і так! Гэта цэлае адкрыццё! А яно цягне за сабой зрух у прасторавым уяўленні, ва ўменні камбінаваць. Зроблены няхай малюсенькі, але крок у развіцці творчых здольнасцей!

Падобную карціну можна назіраць і ў час гульні ва «Унікуб», у «Цаглінкі», «Увагу»: тыя ж заданні-прыступкі, тое ж максімальнае напружанне інтэлектуальных сіл, тая ж радасць працэсу адкрыцця і, як вынік, развіццё нейкіх бакоў творчых здольнасцей дзіцяці. У аснову гульні для развіцця пакладзены

два прынцыпы навучання — «ад простага да складанага» і «самастойна паводле здольнасцей». Гэты саюз дазволіў вырашыць у гульні адразу некалькі праблем, звязаных з развіццём творчых здольнасцей.

Па-першае, гульні для развіцця могуць даць «пажытак» для розуму з самага ранняга ўзросту.

Па-другое, іх заданні-прыступкі заўсёды ствараюць умовы, якія апырэджаюць развіццё здольнасцей.

Па-трэцяе, узнікаючыся кожны раз самастойна да сваёй «столі», дзіця развіваецца найбольш паспяхова.

Па-чацвёртае, гульні для развіцця могуць быць вельмі разнастайныя паводле свайго зместу, а апрача таго, як і любыя гульні, не дапускаюць прымусу і ствараюць атмасферу свабоднай і радаснай творчасці.

Па-пятае, гуляючы са сваёй дзятвой, таты і мамы непрыкметна для сябе набываюць вельмі важнае ўменне — стрымлівацца, не перашкаджаць дзіцяці самому разважаць і прымаць рашэнні, не рабіць за яго тое, што яно можа і павінна зрабіць само.

Першая ж спроба ўвесці гульні для развіцця, нават у невялікай дозе (два-тры разы ў тыдзень па паўгадзіны), у практыку работы са старшай групай дзіцячага сада паказала, што тэмп разумовага развіцця малышоў можа ўзрастаці амаль удвая.

Вядома, гульні зусім не якісьці эліксір таленавітасці, прымаючы які «праз дзень па сталовай лыжцы» можна дасягнуць жаданых вынікаў. Гульні для развіцця не могуць замяніць «гэтых брудных жалязяк» і варштата з інструментамі, не могуць вызваліць ад неабходнасці творчага падыходу да любых жыццёвых сітуацый. Гэта толькі адзін са сродкаў развіцця здольнасцей, і ён будзе тым больш дзейсны і карысны, чым менш будзе супярэчнасцей паміж прынцыпамі, якія пакладзены ў аснову гэтых гульняў, і прынцыпамі, на якіх будзецца ўся сістэма абыходжання з дзецьмі ў сям'і.

РАЗАМ З ДЗЕЦЬМІ

Так, вельмі патрэбны для малыша ў кватэры куток не толькі з забаўкамі, але і са спортснарадамі, і з рабочымі інструментамі, і з будаўнічымі матэрыяламі. І яшчэ вельмі важна: у гэтым кутку павінна быць месца не для аднаго, а для двух, трох: для брата, сястры, таварыша і для таты ці мамы — абавязкова і

для іх таксама, інакш можа атрымацца так: купілі, дасталі, зрабілі, развешалі, усталявалі... а ўсё дарэмна: дзіцяці сумна. Што ж патрэбна, каб дзіця ўзялося за справу, займалася ёй з захапленнем і дабілася вынікаў?

Гэта вельмі важнае пытанне, на якое мы адзін час не маглі даць правільнага адказу. Гаварылі звычайна так: «Галоўнае — стварыць умовы для разнастайных заняткаў і ўпусціць туды дзіця, даўшы яму максімальную свабоду дзейнасці. А там ужо ўсё пойдзе само па сабе». Гэты памылковы погляд трымаўся ў нас даволі доўга. Мы проста не заўважалі, не асэнсоўвалі ўласнага вялікага ўдзелу ў самых разнастайных справах малышоў.

А прымусіла нас задумацца аб гэтым адна акалічнасць. У нас з'явіўся раяль. Апрача таго, я накупіў розных музычных інструментаў: гітару, балалайку, «Мелодыку», ксілафон. Нам падарылі трохрадную гармонь, губны гармонік. З'явіліся ноты, самавучыцелі, нават насценны плакат — схема клавiятуры раяля. Але ўсё гэта ляжала «мёртвым грузам», амаль не выклікала цікавасці ў малышоў. «Чаму?» — засмучаліся мы і не ведалі, што рабіць, як пачаць: бо самі іграць не ўмелі. Так мінула два, тры, чатыры гады. Потым старэйшы сын паступіў у педвучылішча, у праграме якога былі абавязковыя музычныя заняткі. І загучаў наш старэнькі раяль. Мы вельмі радаваліся Алёшавым сціплым поспехам... Вось тут нечакана і пачалося павальнае захапленне музыкай усёй дзятвы. Гэтыя раней незразумелыя для іх коскі і кропкі на пяці лінейках раптам загучалі рознымі галасамі і пачалі злівацца ў знаёмыя мелодыі. Гэта быў цуд, які аказаўся даступным кожнаму. За якія-небудзь два-тры месяцы чацвёрта старэйшых авалодалі нотнай граматай. Праўда, музыкальны слых так і застаўся ў іх неразвіты — пазнавата, напэўна, мы пачалі, але малодшыя «пайшлі як на дражджах», нават мелодыі нескладаныя пачалі ствараць.

Вось тады мы і прыздумаліся: выяўляецца, абсталяванне — гэта яшчэ не ўсё.

Пачалі ўспамінаць. Майстэрня ў нас была спачатку зусім маленькая — 3 квадратныя метры, але працавалі там малышы разам з татам або з кім-небудзь са старэйшых прыяцеляў. Заўсёды ў нас было так: калі мама шые, абавязкова прымосціцца блізенька яшчэ

адна «швачка»; калі тата піша, то побач на гэтым жа стале, на такіх жа аркушах паперы, з тым жа сур'ёзным выглядам працуе яшчэ адзін «пісьменнік» або «мастак». А агульная праца ці проста нават праца побач — гэта абавязкова цікавасць і да працэсу працы, і да яе вынікаў у кожнага, гэта зачэпка для размовы, гэта абмен думкамі і крытычнымі заўвагамі, гэта агульная радасць, калі атрымалася добра ў каго-небудзь, карацей, гэта ўзаемаадносінны ў самым лепшым іх варыянце — у сумеснай дзейнасці. Пры гэтым і часу не так ужо многа траціцца: бо асобных, спецыяльных «урокаў» мы не праводзілі.

Успомнілі яшчэ вось што, вельмі важнае: з самага пачатку ў нас павялося так: мы стараліся не рабіць з а м а л ы ш а т о е, што ён сам можа зрабіць, не думаць і не вырашаць за яго, калі ён сам можа дадумацца і вырашыць. Наадварот, мы яшчэ і падсоўвалі дзецям то задачкі на кемлівасць, якія яны вельмі любяць да гэтага часу, то розныя жыццёвыя задачы: як перавесці праз шашу «няўважлівую маму», як не згубіцца ў запарку або што рабіць, калі згубішся, як знайсці сваё месца ў тэатры, як заплаціць грошы ў касу і праверыць здачу і г. д. Загадзя падобныя сітуацыі мы, вядома, не планавалі, але стараліся не ўпускаць магчымасці выкарыстаць іх, каб дзіця САМО сцяміла, рашыла, зрабіла, праявіла сябе, пераадолела боязь, нерашучасць.

Увогуле ў любых занятках дзяцей мы стараемся заахвочваць творчасць, не навязваць сваіх думак, а тым больш рашэнняў, не спяшаемся абавязкова прадухіліць памылку або адразу ўказаць на яе. Дзеці таму рэдка звяртаюцца з просьбамі: «Мам, дапамажы; тат, пакажы!» Нават, наадварот, пратэстуюць: «Не глядзі, я яшчэ не зрабіў» — і спрабуюць да ўсяго дакапацца самі, а нам паказваюць які-небудзь канчатковы вынік. У выпадку няўдачы мы стараемся не папракаць, не сароміць, а вось калі атрымаецца штосьці добра, не скупімся на пахвалу.

Л. А.: Тут важна, каб атрымлівалася сапраўды добра, не абы-як. Трэба прызнацца, здаралася ў нас — хвалілі не заўсёды паводле заслуг, і мінула нямала часу, пакуль мы зразумелі, што гэта моцна шкодзіць дзецям. Чым? Ну, па-першае, адсюль ідуць парасткі ганарыстасці, калі ўвогуле незаслужаная пахвала не бянтэжыць,

не гняце, а радуе, выклікае задавальненне. А па-другое, гэта прывучае да нядбайнасці, да нізкай якасці работы, да «цяпляпства», да няўмення выкладвацца ў справе да канца. «А навошта выкладвацца? І так пахваляць!»

Памятаю, я доўга не магла адважыцца выказаць незадавальненне з прычыны спехам зробленых падарункаў, якія падносілі малышы нам або адно аднаму да розных свят. Бяру ў рукі, у душы засмучаюся: зроблена горш, чым мог бы, працы і старання ўкладзена нямнога, але гляджу на ззяючыя вачаняты і не хапае духу палаець ці папракнуць. «Дзякуй,— гавару ды яшчэ і пахваляю: — Малайчына, мне вельмі падабаецца». Як я зараз сябе за гэта лаю! Чаму я тады не ўспомніла мудрую стрыманасць свайго бацькі, які ніколі не выказваў захаплення з прычыны нашых з братам «вырабаў», а заўсёды ацэньваў іх прыкладна так: «Нішто сабе, малайцы, але ведаеце, вось тут можна ўсё-такі было і крыху лепш зрабіць». Памятаю выразна: мы выкладваемся да апошняй ступені даступнай для нас дасканаласці, каб заслужыць вось такую яго няшчодрую пахвалу. І навучыліся ц а н і ц ь я к а с ц ь у сваёй працы, якой так не хапае некаторым з нашых дзяцей.

Спачатку мы не надавалі вялікага значэння таму, аб чым толькі што расказалі. Відаць, усё складвалася як бы само па сабе таму, што нам было проста цікава з дзецьмі і мы ніколі не заставаліся абыякавымі да таго, што і як яны робяць, што ў іх атрымліваецца. Гэта быў не кантроль, не назіранне, не апека, не ўрокі з праверкай, а зусім шчырая цікава сць да жыцця дзяцей, да іх разнастайнай, кіпучай дзейнасці.

ГАРАНТЫЯ АД ПЕРАГРУЗАК

«А ці не празмерна — такая безупынная ды яшчэ інтэнсіўная дзейнасць? Ці не перагружаны мозг дзіцяці інфармацыяй? Ці не вядзе гэта да ператамлення, расстройства сну, раздражнёнасці?» — такія апаскі нам выказваюць нярэдка. А мы здзіўляемся: якая ж тут можа быць перагрузка, калі дзіця займаецца па сваёй ахвоце тым, што яму цікава, і столькі, колькі само хоча. Да таго ж вядома, што лепшы адпачынак — гэта перамена заняткаў, а для нашых дзяцей гэта не праблема: магчымасцей для такой перамены вельмі многа. Больш таго, магчымы спалучэнні заняткаў. Дошка

для крэйды ў нас была побач са спартыўнымі снарадамі, і мы маглі, напрыклад, назіраць такую карціну: нехта з малышоў піша прыклады на дошцы, а другі рашае іх, павішы на турніку ўніз галавой або разгойдваючыся на канаце. Гэтыя натуральнасць, раскаванасць вельмі набліжаліся да гульнявой. Ды фактычна гэта і была гульня, у якой галоўнае — свабода творчасці, свабода праяўлення сваіх магчымасцей, проба сваіх сіл. Пры гэтым узнікае натуральнае спаборніцтва: кожнаму хочацца праявіць сябе як мага лепей: хто дакладней рэшыць, хто лепш прыдумае, хто хутчэй сцяміць, хто больш выразна прачытае і г. д. У такіх умовах, насычаных радасцю, эмацыянальным уздымам, стымулявалася большая інтэнсіўнасць разумовай працы, чаго ніколі не дамагчыся ва ўмовах прымусовых заняткаў.

І тут, праўда, ёсць свае небяспекі, якія мы таксама не адразу разглядзелі: спаборніцтва не павінна пераходзіць у саперніцтва, калі жаданне чаго б гэта ні каштавала быць першым спараджае зайздасць, злосць, непрыязнасць да сапернікаў. Тут ужо не да радасці і эмацыянальнага ўздому. Мы спачатку прымалі дзіцячыя слёзы як натуральную рэакцыю на няўдачу, праяўленне так званай «спартыўнай злосці». Аднак справа аказалася больш складанай. Калі я аднойчы ўбачыла, як «пераможаны» гатоў кінуцца ў бойку з «пераможцам», якія пры гэтым былі і ў таго, і ў другога чужыя вочы, я жахнулася: злосць аказалася далёка не спартыўнай. На щчасце, гэта разуменне прыйшло да нас не занадта позна, і мы пастараліся з усіх сіл выправіць становішча: пачалі вучыць малышоў радавацца поспеху другога гэтак жа, як свайму.

Што да перагрузкі, то, па-мойму, яна магчыма толькі тады, калі бацькі па свайму меркаванню будуць вызначаць, чым, калі і як павінна займацца іх дзіця. Часам, наслухаўшыся пра цяжкасці сучаснай школьнай праграмы, пра абавязковую рознабаковасць развіцця, імкнучыся «нічога не ўпусціць», не шкадуючы сродкаў, сілком цягнуць дзіцёнка ў «вундэркінды»: настаўніца па музыцы, настаўнік па французскай, з бабуляй на фігурнае катанне, з дзядулем у басейн, з мамай ад 6 да 7 — чытанне, з татам з 8 да 9 — арыф... ці матэматыка. Дзіцёнак сам сабе не гаспадар, за яго вырашаюць іншыя, да таго ж нярэдка супраць яго жадання, без уліку яго інтарэсаў і сіл, паміма яго ўласнай волі.

Як жа ў такіх умовах знайсці аптымальную дазіроўку і па часу, і па колькасці матэрыялу для заняткаў? Перабольшваць вельмі і вельмі няцяжка. А вынікі? Дзіця пачынае ціха ненавідзець усё, чым даводзіцца займацца, і рвецца на вуліцу, у вольную стыхію нікім не кантралюемых адносін і спраў.

Даўшы сваім дзецям максімум свабоды, мы, як мне здаецца, пазбеглі адразу трох бед: і перагрузкі, і магчымага адварочвання дзяцей ад патрэбных і карысных спраў, і цягі да вулічных спакус, якія аказваюцца куды больш прымітыўнымі і нуднымі, чым іх насычанае разнастайнай дзейнасцю дамашняе жыццё.

ГАЛОУНЫ ВЫНІК — ЦІКАЎНАСЦЬ

Б. П.: Часам думаюць, што мы ў сваёй сям'і проста перанеслі школьныя веды ў больш ранні ўзрост, гэта значыць дашкольнікаў фактычна «нашпігоўваем» за два-тры класы, вось таму ім у пачатковай школе і рабіць няма чаго. Думаю, што ўсё расказанае вышэй павінна пераканаць чытача, што «нашпігоўвання» ў нас не было.

Праўда, некаторыя могуць сказаць: «Каб нашпігаваць, неабавязкова прымушаць, націскаць, прыгнятаць. Апрача бізуна, для падпарадкавання існуе яшчэ і пернік, апрача страху, бывае яшчэ і спакуса». «Прачытаеш — цукерку дам», «Табліцу множання вывучыш — веласіпед куплю», «Рашы, Вовачка, задачу — з татам у заапарк пойдзеш». Напэўна, гэта нават горш, чым проста прымушаць. Яўны прымус можа абудзіць не толькі страх, але і пратэст, прагу вольнасці і справядлівасці, а вось такая «купля-продаж» нічога, апрача ўзважвання тыпу «што я з гэтага буду мець?», у дзіцяці не абудзіць. Мы ніколі не карысталіся гэтым купецкім спосабам для абуджэння ў дзіцяці жадання чаго-небудзь дасягнуць.

Мы радуемся поспехам дзятвы, яе руху наперад, яе адкрыццям, але не абяцаем за гэта ніякіх ласункаў і залатых гор, ніякіх выгад і прывілей. Дзяцей вабіць сам працэс спасціжэння, стварэння, творчасці. Імі кіруе не страх, не разлік, а цікавасць. Узнагародай ім за ўсе намаганні робіцца гордая свядомасць: «Я магу!», «Я ўмею!», «Я сам зрабіў!». І задавальненне ад таго, што: «Я дапамог... я абрадаваў... я зрабіў добра!»

Цікава, што па меры пашырэння і паглыблення ведаў аб свеце жаданне дзяцей яшчэ больш даведацца толькі ўзрастае. Як моцнае, натрэніраванае цела прагне руху, так і развіты розум прагне дзейнасці, прычым хоча не столькі засвойваць, колькі да следаваць. Вось гэта якраз мы і назіраем у сваіх дзяцей. Акадэмік М. М. Амосаў у сваім водгуку на наш даклад у Акадэмію педагогічных навук сказаў пра дзяцей Нікіціных так: «Асноўная якасць іх інтэлекту — не нашпігаванасць, а кемлівасць. Яны лёгка засвойваюць новае. Яны не столькі эрудыты, колькі рашальнікі праблем».

Іменна гэта, мы думаем, і ёсць галоўны вынік разумовага развіцця нашых дзяцей да школы.

А УВАГА, УСЕДЛІВАСЦЬ, ДЫСЦЫПЛІНА!

Мы ўвесь час гаварылі: жаданне дзіцяці, цікавасць, свабода дзейнасці — вось што больш за ўсё патрэбна для яго паспяховага развіцця. Як жа дзіця пасля такога вольнага жыцця вытрымлівае школьную дысцыпліну і мноства вучнёўскіх абавязкаў?

Сапраўды, супярэчнасць быццам бы ў наяўнасці. У нас спасціжэнне навакольнага свету накіроўваецца ўласнымі інтарэсамі і захапленнямі дзіцяці, а ў школе — сістэматычнае засваенне ведаў: праграма, урок, настаўнік, падручнік. Трэба, павінен, абавязан. Усе «хочацца, не хочацца» толькі ў пазаўрочны час, а яго застаецца так мала...

Шмат страшных прагнозаў нам давялося выслухаць яшчэ да таго, як старэйшы пайшоў у школу: «Яны ў вас будуць недысцыплінаваныя, няўважлівыя, няўседлівыя, з-за гэтага будуць кепска засвойваць матэрыял. Ім будзе вельмі цяжка ў школе». Пярэчыць было нялёгка: усё ж яшчэ было наперадзе. А цяпер, калі старэйшыя ўжо закончылі школу, а астатнія таксама вучацца, можна сказаць, што гэтыя прагнозы не спраўдзіліся. Вучыцца ўсім дзецям аказалася зусім не цяжка: мы пісалі ўжо аб тым, што на ўсю пачатковую школу яны трацілі адзін-два гады і аказваліся ў 5-м класе хто ў дзесяць, хто ў дзевяць, а хто нават у восем гадоў. Ды і ў старшых класах яны спраўляліся са школьнай праграмай без асаблівых намаганняў і якіх бы там ні было перагрузак: на дамашнія ўрокі, напрыклад, трацілі не больш за паўтары-дзве гадзіны ў дзень, ды і то

ў асноўным на пісьмовыя заданні. Як гэта атрымлівалася? У малодшых класах яшчэ маглі выявіцца — і сапраўды выяўляліся — набытыя да школы веды і ўменні (беглае чытанне, валоданне вусным лічэннем, уменне пісаць). А ў старшых класах? Тут выручала не штосьці раней засвоенае, а ўменне засяродзіцца, уважліва слухаць, разумець і асэнсавана запамінаць матэрыял ужо на ўроку, у час тлумачэнняў настаўніка. Школьныя дысцыплінарныя патрабаванні таксама аказаліся для нашай дзятвы не надта цяжкімі. Праўда, уседлівасцю яны не вылучаліся, асабліва старэйшыя сыны, аднак і клопатаў настаўнікам іх паводзіны не прычынялі. А акуратнасць і добрасумленнасць старэйшых дзяўчынак заўсёды выклікалі самую высокую пахвалу настаўнікаў. Да таго ж усе нашы школьнікі не мелі патрэбы ў якім-небудзь кантролі і пастаянным падганянні: яны спраўляліся са сваімі абавязкамі ў асноўным зусім самастойна.

Значыць, супярэчнасць паміж нашай «вольніцай» і школьным жыццём аказалася нястрашняй? Так. Але яна магла б аказацца нават згубнай, калі б не адзін вельмі істотны бок нашага жыцця, які дапамог нам гэтага пазбегнуць. Гэта цяжкасці нашага побыту. Парадокс? Не. Іменна дзякуючы ім малышы нашы зведалі сур'ёзныя працоўныя абавязкі з самага ранняга ўзросту.



Для таго каб фарміраваць разумныя характары ў індывідуумах як стваральніках таго грамадства, якое будзе паслядоўна развівацца, квітнець і рабіцца назаўсёды шчаслівым, кожны з ранніх гадоў павінен быць прывучаны да штодзённай карыснай працы, згодна з яго сіламі і здольнасцямі.

Р. Ойэн

І ПРАЦОЎНЫЯ АБАВЯЗКІ

«ХОЧАЦЦА» І «ТРЭБА»

Л. А.: Вельмі добра памятаю, як здзіўлялі нас дзве зусім процілеглыя думкі пра нас нашых блізкіх. Праўда, яны назіралі нашых дзетак крыху збоку, бо разам з намі пастаянна не жылі. Дзядуля зрэдку прыезджаў пагасцяваць і кожны раз у той ці іншай форме асуджаў нас: «Вы занадта распускаеце сваіх дзяцей, усё ім дазволена, ніякіх абавязкаў. Вырастуць гультаямі і праз некалькі год вам на шыю сядуць». Бабуля жыла ў другім доме, міма якога малышам даводзілася хадзіць то па ваду, то па вугаль і дровы. Яна шкадавала ўнукаў і таксама была намі незадаволеная: «Ды што ж вы на іх столькі спраў узвалілі? І адпачыць няма калі, бедным».

Цяпер дык я разумею, што кожны з іх бачыў у асноўным адзін бок жыцця дзяцей: дзядулю, які прывык да беспярэчнага падначалення і строгага парадку, не спадабалася вольнае жыццё дзяцей, якім было дадзена «занадта многа правоў». А добрай, мяккасардэчнай бабулі, якая прывыкла ўсё жыццё абслугоўваць кагосьці, здавалася несправядлівым узвальваць на дзяцей «занадта многа абавязкаў».

А ў сапраўднасці ж, напэўна, дзіцячае вольнае жыццё спалучалася з абавязковымі справамі, якія трэба было рабіць без усялякіх «хочацца, не хочацца». І такіх спраў у доме было многа, бо ні газу, ні водаправода, ні цэнтральнага ацяплення ў нас тады не

было. А мы абодва працавалі, і не было нікога, хто мог бы нам пастаянна дапамагаць у дамашніх справах. Нікога, апрача дзяцей.

Я не хачу сказаць, што дапамога малышоў з самага пачатку была зусім неабходнай. Ды і якая ад таго аднагадовага дапамога — адна марока: яго старанне часцей за ўсё толькі клопату дабаўляе. Але затое якраз у гэты час ён хоча дапамагчы, спрабуе рабіць усё, што робяць тата ці мама. Як добра, што мы зразумелі гэта і яго дапамогу прынялі, не адракліся. Прычым гэта не стала педагагічным прыёмам «далучэння да працы». Было проста цікава: а як ён справіцца, а што здолее, ці будзе задаволены сваёй работай? І выявілася: разам працаваць цікава і весела.

Праўда, гэты паспяховы пачатак не выключыў далейшых цяжкасцей на «працоўным фронце», можа, таму, што мы самі не ва ўсім пагаджаліся адно з адным.

Б. П.: Безумоўна. Я з самага пачатку лічыў, што дзецям можна і патрэбна даручаць значна больш дамашніх спраў, чым гэта дапускала мама, якая лічыла за лепшае рабіць шмат што сама, не перакладваючы на дзяцей нават простыя справы.

ДЛЯ СЯБЕ ЦІ ДЛЯ ІНШЫХ!

Л. А.: Гэта праўда. Але мне хацелася, каб не я перакладвала гэтыя справы на дзяцей, а каб дзеці знялі гэтыя справы з нас самі, па ўласнай ініцыятыве. А гэта само па сабе не атрымлівалася. Не адразу мы зразумелі, што трэба гаварыць не так: «Оля, бяры ручнік і дапамажы мне» або: «Алёша, накалі для мяне лучынак на падпалку», а так: «Дзеці, давайце маме дапаможам посуд памыць!» (гаворыць тата) або: «Алёша, а што, калі на падпалку трэсачак тату нарыхтаваць — вось ён абрадуецца!» (гаворыць мама). Тады атрымліваецца клопат не аб сабе, а аб іншым!

Мы памыляліся, калі проста даручалі справу, давалі нейкае заданне, прымушалі выконваць да канца, але не заўсёды звярталі ўвагу дзяцей на тое, што работа павінна быць выканана, бо камусьці патрэбна дапамога, увага, клопат. Работа ў такім выпадку выконвалася не як узятая на сябе частка агульнай справы, а як навязаная звонку сумная павіннасць, ад якой хочацца выкруціцца. І вось ужо мы чуем: «А чаму я, а не

Антон?», «Алёшу меней капаць выпала, а ён мне не хоча дапамагчы...». Давялося паламаць галаву: як жа вярнуць дзецям гэта жаданне дапамагчы, якое ў аднагодовых праяўляецца як бы само па сабе?

Б. П.: Выйсце мы шукалі ў тым, што разам з дзецьмі пачалі рабіць нешта патрэбнае не толькі для ўласнай сям'і і дома, а для іншых, знаёмых і незнаёмых людзей.

Усёй сямейнай «брыгадай», са школьнікамі і дашкольнікамі, мы складвалі дровы і вугаль у бабулі, расчышчалі бегавую дарожку на вуліцы — для ўсіх суседскіх дзетак, удзельнічалі ў рамонце школьнага памяшкання, ездзілі будаваць дом для нашых сяброў, вазілі кнігі ў бібліятэку — усяго не запомніш. Вось у такой агульнай працы для другіх, дружнай, вясёлай, бескарыслівай, і нараджаецца не толькі сапраўдны, дзейсны клопат аб людзях, але і ўзаемадапамога, жаданне выручыць адно аднаго.

Аб адным шкадую: рэдкія яны ў нас усё-такі былі, гэтыя працоўныя дэсанты, трэба было б праводзіць іх часцей. А то занадта многа ў сучасных дзяцей, у тым ліку і ў нашых, усякіх заняткаў толькі для сябе: гуляць, чытаць, займацца спортам, рашаць задачы, рабіць доследы і да т. п. — усё для сябе! А што яны робяць для іншых?

МІКРАСКАПІЧНЫЯ ДОЗЫ!

І колькі? Колькі затрацілі сіл, часу, старання, які атрымалі вынік — і па колькасці, і па якасці, — усё гэта надзвычай важна. Я настойваю на тым, што павінен быць оптымум працоўнай нагрузкі, каб дзіця магло прымяніць і фізічную сілу, і папрацаваць галавой, і выпрабаваць сваю цярпліваць і настойлівасць у пераадоленні цяжкасцей, і адчуць радасць і гордасць, калі атрымае адчувальны вынік. Гэта, вядома, залежыць ад арганізацыі працы, ад яе патрэбнасці, карыснасці, але, слова гонару, пяць мінут работы ў дзень — гэта яшчэ не работа.

Калі мы перайшлі жыць у новы дом, з ацяпленнем, водаправодам, газам, нас зноў выручала неабходнасць: трэба было ўцяпляць дом, перарабляць паветку, ачышчаць і будаваць спортпляцоўку, прыводзіць у парадак сад. А апрача таго, было многа розных сезон-

ных работ, нахштальт вясенняй уборкі двара або пасадкі агарода. Звычайна ў такіх справах удзельнічаюць усе — ад малога да вялікага. Ёсць работа і штодзённая: уборка, гатаванне, посуд і інш.— яе робім па чарзе. Калі ўсё гэта ўлічыць, то ў дзяцей у сярэднім атрымаецца, вядома, не пяць мінут, але і не болей за паўгадзіны ў дзень. Думаю, гэтага мала, таму што застаецца нейкай непрыкметнай гэта праца, зусім не цяжкай. А хіба павінна быць абавязкова цяжка? Я лічу, гэта неабходна: працоўныя намаганні павінны быць і па напружанню, і па дзейнасці не цацачнымі, а значнымі, што называецца, да поту, да стомы, той працоўнай зморанасці, якая дае асаблівае гордае задавальненне: «Я здолеў, я вытрымаў, я не хлюпik і не беларучка які-небудзь». Гэта гордасць і годнасць рабочага чалавека. І яе можа і павінна зведаць дзіця як мага раней.

«НІТАЧКА-МІКІТАЧКА»

Гэта не тэрэтычныя разважанні — мы ўсё гэта назіралі ў сваіх дзяцей, калі арганізавалі нашу «швейную фабрыку», якую дзеці ласкава назвалі «Нітачка-Мікітачка». Былі тады ў нас цяжкія часы. Для дадатковага заробку мама брала надомную работу — шыла фартухі, а мы ёй усе дапамагалі (старэйшаму тады было 11 год). Працавалі ад адной да дзвюх гадзін штодня, кожны па сваёй «спецыяльнасці»: хто сколваў шпількамі дэталі, хто ніткі абразаў, хто складваў, хто быў «нянькай» у дзіцячым садзе (гуляў з маленькім тады Ванюшам). Два гады працавала наша «Нітачка-Мікітачка». Напалову гэта была, вядома, гульня «ў фабрыку», але працавалі ўсур'ёз, з рабочым месцам, дакладным рытмам, з адказнасцю за якасць. Гэта быў цудоўны час, які мы ўсе ўспамінаем з задавальненнем. А чаму? Зладжаная, дружная праца і прыкметны вынік: стосік гатовых — намі зробленых! — фартушкоў (за месяц 400—500 складзеных паводле строгага стандарту і звязаных акуратнымі вязкамі па 20 штук). Гадзінапаўтары даволі карпатлівай аднастайнай працы, здавалася б, павінна была стаміць дзяцей, але не: яны пранікаліся нейкай асаблівай рабочай годнасцю з-за сваёй неабходнасці, патрэбнасці на «фабрыцы». Неяк у Анюты балеў палец — застраміла яна яго. Мы хацелі

вызваліць яе ад работы, а яна: «А хто ж будзе кішэнькі прыколваць?» — і працавала з усімі да канца «змены».

Проста дзіва, як нашы непаседы перайначваліся ў час працы: рабіліся засяроджанымі, уважлівымі, сур'ёзнымі, нават нейкімі ледзь-ледзь важнымі. Удзел у агульнай працы, усведамленне залежнасці ўсіх ад кожнага дапамаглі ім адчуць, што жыццё складаецца не толькі з прыемнага «хачу», але і з суровага і адказнага «трэба».

А як па-рознаму праяўляюцца іх характары: адзін не даваў спакою сваімі рацыяналізатарскімі прапановамі, другі намагаўся спачатку выдаць большую колькасць за кошт якасці, трэці праявіў незвычайную акуратнасць, нават элегантнасць, у сваёй «аперацыі», а чацвёрты выявіўся універсалам — асвоіў усе «прафесіі» і заўсёды быў гатовы дапамагчы ў выпадку «прырыву».

Асабліва ўражвала нас, дарослых, тая хуткасць, з якой дзеткі асвойвалі рабочыя аперацыі і цэлыя «прафесіі». Не праходзіла і тыдня, як Анюта, толькі што перайшоўшы на «падгортванне прыполу фартуха», ужо не адставала ад дарослага, а яшчэ праз тыдзень яна паспявала падгарнуць аж два фартухі, пакуль дарослы рабіў адзін. Дзесяцігадоваму Антону ўжо цераз два тыдні пасля пачатку работы «фабрыкі» ў «працоўную кніжку» (былі ў нас такія ў кожнага работніка) была запісана новая прафесія — «швачка-матарыстка». Ён не толькі бліскуча падшываў кішэні, шлейкі і паясы на сваёй электрычнай машыне «Тула», але мог яе наладзіць, заправіць шпульку, адрэгуляваць шаг строчкі, нацяжэнне ніткі.

Усе пытанні па «фабрыцы» мы вырашалі на агульным сходзе, і нам, дарослым, нярэдка даводзілася дзівіцца, наколькі талковыя і справядлівыя меркаванні дзяцей і аб размеркаванні абавязкаў, і аб «тэхналогіі вытворчасці», і аб рабочай дысцыпліне, і аб справядлівасці ў «налічэнні зарплаты».

НА СВАЕ ПРАЦОЎНЫЯ

Так, у нас была зарплата — кожны атрымліваў яе ў канцы месяца і ўрачыста распісваўся ў ведамасці, дзе ўказвалася «кваліфікацыя» работніка, колькасць рабочых гадзін і сума: ад 23 капеек у чатырохгадовай

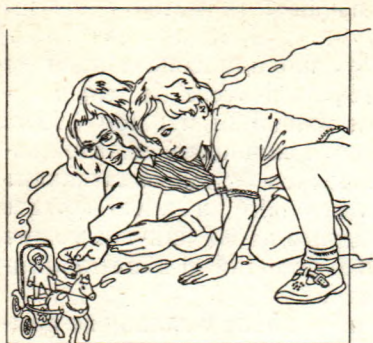
Юлі, да 3—4 рублёў у «швачак-матарыстак» — мамы і дзесяцігадовага Антона.

З самага пачатку нас уразілі адносіны дзяцей да заробленых імі грошай. Гэта былі зусім не тыя дармавыя грошы, якія часам давалі ім мы або бабулі (купі, маўляў, чаго захочацца) і якія ніколі не залежваліся ў кішэні — так іх не цярпелася хутчэй выдаткаваць на марожанае, на шакаладку або на якую-небудзь свістульку, якую праз паўгадзіны пасля пакупкі можна было знайсці дзе-небудзь ужо забытай ці нават зламанай без асаблівага шкадавання.

А гэтыя — працоўныя! — нават у галаву не прыходзіла выдаткаваць так легкадумна і бязглузда. Яны шмат разоў пералічваліся, акуратна складваліся і выдаткаваліся толькі на патрэбныя рэчы, якімі можна карыстацца доўга: аўтаручку, сцізорык, кампас, запісную кніжку і да т. п. Асаблівае задавальненне дзецям давала тое, што можна на свае грошы (нікога не трэба прасіць!) купіць падарунак або пачаставаць усіх чым-небудзь смачным у святочны дзень.

А аднойчы здарылася вось што. Не хапала ў нас да палучкі грошай. «Як і быць, проста не ведаю», — засмучана прызналася мама, калі ўсе мы вечарам сядзелі за сваім вялікім «вытворчым» сталом. І раптам працягнулася да яе маленькая рука з моцна заціснутым кулачком: «На, мама, вазьмі мае грошы». На расчырванелай Юлінай далоньцы ляжалі 23 капейкі — уся яе зарплата. І следам адразу ж: «І мае! І мае вазьмі!..» Мама ледзьве ўтрымалася ад слёз. На наступны дзень мы елі Юлін хлеб і пілі Аніна малако і гаварылі ім «дзякуй!» А яны ззялі ад гордасці і шчасця.

Напэўна, кожны з нас успамінае з асаблівай гордасцю той момант, калі ўручыў маці першую ў сваім жыцці зарплату. Але гэта бывае звычайна толькі ў 16—18 год. А мы далі нашым дзецям гэту высокую чалавечую радасць намнога раней.



Чым больш чалавек дае людзям і менш патрабуе сабе, тым ён лепшы; чым менш дае іншым і больш сабе патрабуе, тым ён горшы.

Л. М. Талстой

І ЧАЛАВЕЧЫЯ АДНОСІНЫ

Л. А.: Пра гэта расказаць надзвычай цяжка — надта ўжо ўсё гэта складана, супярэчліва, забытана. Але і не расказаць не магу, таму што ведаю цяпер: галоўнае ў жыцці з дзецьмі — наладжванне чалавечых адносін.

ДЛЯ ЧАГО ЧАЛАВЕК ЖЫВЕ!

Самае дзіўнае зараз для мяне ў тым, што мы, як і многія бацькі, спачатку не вельмі задумваліся над гэтым найважнейшым бокам выхавання. Ашаломленыя велізарнымі магчымасцямі ранняга дзіцячага ўзросту, якія нечакана адкрываліся перад намі, мы захапіліся праблемай: я кога ўзроўню можа дасягнуць дзіця ў сваім фізічным і інтэлектуальным развіцці? А вось для чаго яно выкарыстае ўсе свае развітыя здольнасці, якім яно будзе сярод людзей, пра гэта мы першыя два-тры гады жыцця з дзецьмі не надта задумваліся. Лічылі: самае галоўнае — розум і здароўе, а астатняе само па сабе прыкладзецца.

Б. П.: Я і цяпер схільны думаць, што ад узроўню развіцця творчых бакоў інтэлекту шмат у чым залежыць і маральная аснова чалавека.

Л. А.: А мне думаецца, што яна залежыць больш ад накіраванасці гэтых здольнасцей, ад пункта прыкладання іх у жыцці. Чым больш чалавек хоча аддаць людзям, тым ён больш маральны, незалежна ад таго, колькі ён аддае.

Б. П.: Што значыць аддаць? Гэта ж таксама з

розумам рабіць трэба: каму аддаць? Навошта аддаць? Развіты творчы розум — вось гарантыя правільнай арыенціроўкі ва ўсіх сферах дзеянняў чалавека, у тым ліку і ў маральных вартасцях.

Л. А.: Так, але можна выдатна разумець, што такое добра і што такое дрэнна, а тым не менш кіравацца ў жыцці зусім не гэтым разуменнем. Хіба мы не сустракалі ў жыцці вельмі разумных людзей, якія разважаюць аб усім даволі глыбока і тонка, а ў практычным жыцці, у рэальных узаемаадносінах з людзьмі «няўмеляя», бездапаможныя ці нават дэспатычныя і бяздушныя?

Цалкам пераканана, што, напрыклад, школьнае жыццё дзіцяці залежыць не толькі ад яго здароўя і разумовага развіцця, але і ад таго, якім яно будзе ў дзіцячым калектыве: спагадлівым або эгаістычным, таварыскім або замкнутым, змога застацца самім сабой у розных, часам вельмі складаных сітуацыях і ў той жа час ці не стане адасабляцца, пакутуючы ад адзіноты. Гэта ўсё залежыць ад таго, які ў яго быў вопыт узаемаадносін з самымі рознымі людзьмі да школы: ці было яму аб кім клапаціцца, з кім паспрачацца, перад кім адстаяць сябе, ці навучылася яно шкадаваць, спачуваць, разумець іншых і ці адчувала яно ні з чым не параўнальную радасць зрабіць нешта для людзей, радасць аддачы, радасць адчування патрэбнасці людзям!

Як цяжка мы ішлі да разумення ўсіх гэтых, увогуле, азбучных ісцін. І больш за ўсё на гэтым шляху нам дапамагло тое, што ў нас была вялікая сям'я, у якой дзеці натуральна ўступалі ў самыя разнастайныя сувязі з дарослымі і паміж сабой (дапамога, клопат, перайманне, адстойванне, крыўда, літасць і г. д. і да т. п.), а нам, таксама натуральна, даводзілася рэгуляваць гэтыя адносіны, наладжваць іх, а пры гэтым мяняцца самім і мяняць шмат якія свае педагагічныя і жыццёвыя забабоны. Больш за ўсё недарэчных памылак рабілі мы, вядома, у самым пачатку, калі нарадзілася Першае, Дзівоснае, Непаўторнае і Адзінае. Добра, што яно нядоўга заставалася такім — ужо з'яўленне другога дзіцяці шмат што паставіла на свае месцы, а на той час, калі нарадзілася дачка — трэці малых у сям'і, — мы ўжо грунтоўна страцілі сваю бацькоўскую саманадзейнасць і пачалі вучыцца... у сваіх дзяцей.

І ДЗЕЦІ НАС ВУЧАЦЬ

Вось як гэта было. Калі нашаму першаму было года паўтара, мы, напрыклад, вучылі яго самастойнасці такім чынам: калі малыш трапляў у цяжкае становішча (шлёпнуўся, або ўвяз дзе-небудзь, або штосьці не мог дастаць), мы «не звярталі на гэта ўвагу», не дапамагалі яму, нягледзячы на ўсе яго слёзы і лямант,— няхай сам вучыцца выбірацца з цяжкасцей. Мы спынялі бабулю, якая, шкадуючы ўнука, імкнулася яму дапамагчы, злаваліся, калі хто-небудзь раіў штосьці зрабіць, каб спыніць крык. І, увогуле кажучы, дамагаліся поспеху: малыш сам сапраўды выбіраўся з цяжкага становішча. І ўсё было б добра, калі б не такая «дэталі», на якую мы неяк спачатку не звярталі ўвагі: у час чарговага «ўрока» пакутавалі больш за ўсіх навакольных. Самі таго не падазраваючы, мы вучылі малыша... не лічыцца з астатнімі. І не толькі гэтаму. Калі пачаў падростаць другі сын, мы і з ім паводзілі сябе гэтак жа. І вось аднойчы я ўбачыла такую карціну: малодшы плача ад удару і спалоху, а трохгадовы старэйшы брат нават не зірне ў яго бок — кропля ў кроплю як мы, дарослыя. Але ж мы не глядзелі з намерам (няхай сам справіцца з бядой), а тут была проста раўнадушнасць, абьякавасць да слёз браціка. Гэта непрыемна ўразіла мяне. Вось тады я і зірнула на сябе, на нашу «выхаваўчую меру» збоку і зразумела, чаму яна падчас раздражнення навакольных.

Падобныя дзіцячыя «ўрокі» спакваля навялі нас на самыя сур'ёзныя разважанні аб розных баках адносін паміж дзецьмі і дарослымі: аб кантролі і давер'і, аб заахвочванні і пакаранні, аб паслухмянасці і капрызах і г. д. Адзін з гэтых урокаў мне запамятаўся на ўсё жыццё. Я раскажу пра яго падрабязна, таму што іменна ён прымусіў мяне па-новаму зірнуць на вельмі складаную праблему — праблему пакаранняў.

Гэта было гадоў пятнаццаць назад. Аднойчы мы вячэралі крыху пазней, чым звычайна. Малодшы сыноч — яму было тады чуць менш за год — сядзеў у мяне на каленях і крыху куксіўся: ужо хацеў спаць (гэта я цяпер зразумела б, а тады не разумела). Узяўшы са стала лыжку, ён пацягнуў было яе ў рот, але скінуў на падлогу і заплакаў.

Я спуціла яго з каленяў на падлогу і сказала:

— Падымі лыжку!

Ён заплакаў яшчэ галасней. Логіка маіх наступных дзеянняў была такая: «Ах так: ты скінуў, не падымаеш, ды яшчэ і равеш — цябе варта за гэта пакараць, каб запамятаў і не паўтараў у наступны раз».

Уголас жа я гавару:

— Не плач, падымі лыжку, тады я цябе вазьму на рукі.

Малыш пляскаецца на падлогу, адпыхвае лыжку ўбок і заліваецца плачам яшчэ гучней.

— А... ты яшчэ і не слухаешся!

«Ну, вядома, гэтага так пакінуць нельга, — думаю я, — трэба абавязкова настаяць на сваім, а то ў наступны раз ён...» — такая вось прывычная і пераканаўчая формула дарослых. І я настойваю, ды яшчэ грозным тонам:

— Зараз жа падымі лыжку, іначай!..

Малыш валіцца на падлогу і раве захліпаючыся, прычым роў гэты не капрызны, а іншы, хутчэй жаласны нейкі... Я губляюся, мне яго шкада, хочацца падняць, супакоіць (зараз я, вядома, так бы і зрабіла — бо ён проста хацеў спаць). Да таго ж за сталом перасталі есці — якая ўжо тут яда? Але тады... я цвёрда стаю на сваім, памятаючы: нельга патураць капрызам — раз, і нельга дапускаць, каб тваё патрабаванне не выконвалася, — два. А лямант не спыняецца.

У разгубленасці я амаль крычу:

— Ну, тады не патрэбен ты мне такі! — і выбягаю з кухні.

Спыняюся пасярод пакоя і сама вась-вась расплачуся — ад бяссілля, ад жаласці, ад таго, што адбываецца нешта не тое, а я не ведаю, як трэба... З кухні даносіцца шалёны роў — цяпер ужо не жаласны, а адчайны, з пратэстам. Калі гэта скончыцца?! Праходзіць пяці-мінутная вечнасць... Нарэшце чую: лямант у кухні сціхае, чуецца цяжкае шорганне. З-за дзвярэй — на карачках (гэта ён, які на той час ужо ўмеў добра хадзіць!) — з'яўляецца мой няшчасны сын, заплаканы, усхліпвае... Я яшчэ трымаюся, не кідаюся яму на сустрач, і ён, знемагаючы, паўзе да мяне і, абхапіўшы мае калені, пачынае горка так, жаласна ўсхліпваць. Тут — нарэшце! — паляцелі ў пекла ўсе мае «цвёрдыя ўстаноўкі», я апускаюся да яго на падлогу, і мы плачам абое, моцна абняўшы адно аднаго. Гэта слёзы

палёгкі і радасці: мы зноў побач, разам. А мінуты праз дзве-тры ён ужо спіць, яшчэ ўсхліпваючы зрэдку ў сне і доўга не адпускаючы маю руку. Ды я і сама не магла ніяк з ім расстацца: глядзела на яго змарнелы тварык з размазанымі на шчоках слязьмі і ўпершыню ў жыцці раптам адчула велізарную віну перад малюсенькім чалавечкам. Я ж была такая несправядлівая да яго! Ён шукаў у мяне разумення і дапамогі, а атрымаў — за звычайны промах — самае жорсткае пакаранне: ад яго адмовілася мама. Ён пратэставаў, як мог, а я... нават не спрабавала яго зразумець, ішла ў сваіх дзеяннях ад нейкіх завучаных правіл, а не ад дзіцяці і яго стану... Бадай, з гэтага самага «ўрока» і пачалася мая мацярынская вучоба, якая не спыняецца і па сённяшні дзень: я вучуся разумець сваіх дзяцей!

Складаная гэта аказалася навука. Няма тут магчымасці расказаць пра многія памылкі і промахі, якія дапускалі мы, дарослыя, у адносінах з дзецьмі. Нялёгка было адмаўляцца ад пераканання, што маем рацыю ўжо таму, што мы дарослыя, а яны павінны нам беспярэчна падначальвацца толькі таму, што яны дзеці. Яшчэ больш цяжка было ў няўдачах навучыцца не звальваць віну на дзяцей і на знешнія акалічнасці, а паглядзець спачатку на сябе: што ты робіш не так? І ўявіць сабе амаль заўсёды прычыну ва ўласнай няўмеласці, нетактоўнасці, непрадуманасці, недальнабачнасці. Вось яшчэ прыклад.

ХТО КАГО ПАКАРАЎ!

Тое, што я раскажу, адбылося не калісьці даўно, а ўсяго гады два назад. Ах, у якія раскошны педагогічны галош села я тады пры ўсім немалым вопыце і «тэарэтычнай падкаванасці»! Праўда, я здолела-такі з яго выбрацца (вопыт дарэмна не прапаў), але ж трапіла!

Было яно так. Мая пяцігадовая дачка, увогуле ласкавае і памяркоўнае дзеўчанё, пасля адной маёй нібыта нявіннай заўвагі раптам падскочыла да мяне са сціснутымі кулачкамі, тупнула нагой і, бліскаючы вачанятамі, адчайна выпаліла мне ў твар:

— Ты дурная! Дурная! Дурная! — і голасна, нястрымна разрыдалася.

Я аслупянела. Я не чула ад дзяцей нічога падобнага

з таго самага часу, як мяне ўпершыню назвалі мамай. Я нават не дала рады, што зрабіць і сказаць, пачырванела да слёз і выскачыла на ганачак. У пакоі пачаўся перапалох: старэйшыя сёстры, якія чулі нашу размову, накінуліся на малышку з папрокамі:

— Як ты магла? Маму пакрыўдзіла! Ты благая.

— Так, я благая, — чую я танюсенькі, праз усхліпы, галасок, — а навошта мама мяне пакрыўдзіла? А-а-а...

У першую хвіліну я была быццам аглушана і не магла нічога сцяміць. Потым, як мне ні было горка, я ўсё-такі паспрабавала раскруціць падзеі ў адваротнай паслядоўнасці: што магло прывесці дачку да такой недарэчнай дзікай выхадкі? Пасля чаго яна так узлавалася?

Я ўсяго толькі сказала, праўда, надта раздражнёным тонам:

— Ну, тады не пойдзеш са мной на работу! — а чаму я так сказала? Успомніла: яна раздурэлася з брацікам і на маю просьбу: — Канчайце, дзеткі, пара спаць, — адказала весела:

— А мне не хо-о-чацца!

А перад гэтым?.. І тут я зразумела: што ж я нарабіла!

Усяго за пяць — дзесяць мінут да скандалу адбылася вельмі сур'ёзная размова паміж мною і ўсімі малодшымі, у час якой мы дамовіліся, што заўтра ўсе яны пойдуць у бібліятэку і дапамогуць мне перанесці старыя часопісы, а потым кожны выбера сабе любую кніжку, каб узяць дамоў пачытаць. Узбуджаныя заўтрашнім задавальненнем (пайсці са мной у бібліятэку для іх заўсёды вельмі прыемна), гордыя давер'ем (яны ж пойдуць дапамагаць!), малышы, замест таго, каб хутчэй улегчыся спаць, разгуляліся, раздурэліся... А было ўжо так позна, а ў мяне на вечар заставалася яшчэ столькі спраў... «Ах, калі ж вы толькі ўціхнеце?» — думаю я і ўсё болей і болей «заводжуся». Раздражненне — кепскі дарадчык, і я, забыўшыся пра толькі што заключаны дагавор, ужо не разумею, чаму дзеткі так узбуджаны, і... вось, калі ласка:

— Ты не пойдзеш заўтра са мной на работу!

Ды гэта ж сапраўднае самадурства: хачу — караю, хачу — мілую. І ўсё гэта ні з таго ні з сяго, калі чалавек не толькі не адчувае ніякай віны, але нават, наадварот, адчувае сябе найбольш шчаслівым і гордым. Якая апля-

вуха самалюбінасці і годнасці! І больш за ўсё крыўдна, што ад мамы...

Мілая мая дзяўчынка, а ведаеш, твой раптоўны бунт — не недарэчная дзікая выхадка, а сапраўдны пратэст супраць несправядлівасці... Якая ж я сапраўды дурніца. Стоп! Але маме сказаць «дурная» — гэта ж немагчыма, гэта проста неймаверна. Што ж рабіць? Цяпер, разабраўшыся ва ўсім, я ўжо магу шукаць выйсця. Адступаюць разгубленасць і крыўда, я нават усміхаюся скрозь слёзы:

— Як жа гэта я так укляпалася, ай-яй-яй!

Ну а там, дзе ўсмешка, там і хуткі канец усім канфліктам, гэта я ўжо даўно ведаю. Але да ўздыху палёгкі яшчэ далёка: дачушка плача няўцешна, я таксама ўсхліпваю на сваім ганачку. Але абедзве ўжо адчуваем сябе не столькі пакрыўджанымі, колькі вінаватымі. Абедзвюм ужо хочацца прымірэння, але... як жа нам пачаць? Я не вытрымліваю першая, заву яе ціхутка па імя, яна прыходзіць да мяне, і мы, перамешваючы словы з усхліпамі і выціраннем насоў, прызнаёмся адна адной у тым, што абедзве зрабілі вельмі, вельмі нядобра і што пастараемся больш так не рабіць...

— Мам,— раптам гаворыць мая маленькая і заглядвае мне ў вочы,— мам, давай мы пра гэта ніколі, ніколі не будзем успамінаць.

Мяне ўразіла гэта мудрая інтуіцыя дзіцяці. Сапраўды: хто старое памяне, таму вока прэч. Як жа нам было хораша пасля мінулай навальніцы пасядзець удваіх на ганачку і бачыць і чуць, як вечар ператвараецца ў ноч і ўсё аціхае, аціхае наўкола, быццам супакойваецца перад сном...

Хто-небудзь з уважлівых чытачоў можа тут абвінаваціць мяне ў нядобрадумленнасці:

— Вы ж дамовіліся не ўспамінаць гэту непрыемную гісторыю, а самі парушылі дамоўленасць. Непрыгожа атрымліваецца...

Яшчэ б! Я адчула б сябе сапраўдным здраднікам, калі б не атрымала згоды дачкі на гэты шчыры расказ. Яна, даведаўшыся пра мой намер, спачатку бурна за пратэставала:

— Не, мамачка, не трэба! Не трэба!

Я завагалася, але потым усё ж паспрабавала яе пераканаць:

— Ты ведаеш, мне і самой сорамна расказаць пра

гэта, але мне так хочацца, каб многія дарослыя зразу-мелі, як гэта нядобра — крыўдзіць малышоў і як гэта добра — зразумець адно аднаго і ніколі-ніколі не паўтараць сваіх жахлівых памылак. Я цябе не буду называць па імя ў гэтым расказе. І абавязкова прачытаю, што ў мяне атрымаецца. Калі табе здасца што-небудзь не так, ты мяне паправіш, добра?

Дачушка, прыціхлая і сур'ёзная, моўчкі сядзела ў мяне на каленях — думала. Я зусім ужо вырашыла адмовіцца ад сваёй задумы і прыгадаць для прыкладу што-небудзь іншае (але другое якраз памяталася не так ярка, вось бяда!), як раптам яна абняла мяне за шыю і шагнула мне ў вуха:

— Ну добра, мамачка, трэба, дык трэба...

Цяпер хачу вярнуцца да майго апаবাদання і спытаць: скажыце, шанюны чытач, хто каго пакараў у гэтай сумнай гісторыі? Цяжка адказаць, праўда?

Пасля падобных узаемных урокаў мне ўсё часцей і часцей міжволі думалася: а чаму, уласна кажучы, мы, дарослыя, так упэўнены ў сваім праве караць і мілаваць, заахвочваць і спаганяць? Небяспечна гэтым правам карыстацца няўмеламу, нявопытнаму, а яшчэ небяспечней — жорсткаму, халоднаму. Як лёгка тут і перасаліць, і недасаліць, і ўвогуле зрабіць зусім не тое. А вось спроба разабрацца ў сабе і дзіцяці, у матывах і прычынах яго ўчынкаў і ва ўласных паводзінах ніколі да благога не прывядзе. Тут нават памылка на карысьць пойдзе — шмат чаму навучыць, таму што будзе перажыта і ўсвядомлена. Вось так і назапашваецца вопыт, які дазваляе рабіць учынкі не «як прынята», а як толькі можна і патрэбна ў дадзены момант.

Вось, дапусцім, ці правільна, што я першая пайшла на прымірэнне з дачкой, не прымусіла яе спачатку прасіць у мяне прабачэння? Можа, мне варта пачакаць? Мой вопыт падказаў мне іншае: калі вінаваты абое (а часцей за ўсё так і бывае), іменна даросламу трэба першаму ісці насустрач. Дамагацца ад дзіцяці, каб яно папрасіла прабачэння, у той час калі яно адчувае віну і за дарослым, жорстка. Для яго такі крок да прымірэння заўсёды звязаны з прыніжэннем, а для дарослага — з велікадушнасцю. Велізарная розніца! Бо на баку дарослага сіла і ўлада, карыстацца імі для прыніжэння слабага — подласць. Гэта выклікае не раскаянне, а азлобленасць і затоеную крыўду.

Як жа ўсё гэта складана! І ці можна складанасць і тонкасць узаемных адносін укладзі ў прымітыўную аднабокую схему пакаранняў і заахвочванняў, гэта значыць нейкіх спецыяльных мер, накіраваных у адзін бок: ад дарослага да дзяцей? Ды яшчэ ад дарослых, якія самі, як вядома, далёкія ад дасканаласці. Хіба не так? Патрэбен узаемаўплыў усіх у сям'і, узаемаразуменне, узаемадзеянне. Тады мяняюцца да лепшага і дзеці, і дарослыя.

Б. П.: Я доўгі час аб маральных праблемах неяк не надта задумваўся — іншых клопатаў хапала. Да таго ж у мамы гэта атрымлівалася лепей, чым у мяне.

Л. А.: На жаль, мужчыны нярэдка лічаць за лепшае ва ўсе гэтыя тонкасці не ўваходзіць ды і ўвогуле вадацца з дзецьмі не любяць. І вельмі шмат губляюць, не толькі пазбаўляючы сябе дзівосных радасцей, якія даюць узаемаадносіны з дзятвой, але і проста-такі падрыхтоўваючы ўсе цяжкасці падлеткавага ўзросту, калі наладзіць кантакты з дзецьмі, што павырасталі, робіцца амаль немагчыма.

Б. П.: Гэта праўда. Мне заўсёды было добра з малымі, гэтымі цікаўнымі, ласкавымі, непаседлівымі мурзілкамі, забаўляцца з якімі, рабіць нешта, проста адчуваць іх побач для мяне вялікае задавальненне і ўцеха. А вось пачалі яны падростаць, я і сам адчуў, што гэтыя самыя псіхалагічныя тонкасці не пашкодзіла б ведаць і мне. Але цяпер спасцігаць іх цяжка. Як нялёгка, напрыклад, прызнаць сябе вінаватым. Проста ўся істота пратэстуе: ён — нейкі хлапчук! — са мной не пагаджаецца, ды яшчэ і смяецца. Ні на што не падобна! А потым астынеш, падумаеш: сам жа яго вучыў не падначальвацца слепа, самастойна знаходзіць рашэнні, мець уласную думку — чым жа ты не задаволены? Ну і моцнае ж у нас, дарослых, гэта пачуццё перавагі ў адносінах да дзяцей, непакіснай упэўненасці ў сваёй слушнасці. Кожнае пярэчанне здаецца наіўным і бессэнсоўным: што ён разумее, што ведае, каб пярэчыць?!

А вось калі дапусціш, што ён можа ведаць тое, пра што ты і не чуў, што ў яго розум больш непасрэдны, жывы, прыслухаешся да яго думкі і здзіўляешся: «А майчына ж! Лепей за мяне скеміў!» Слова гонару, вельмі прыемна, аказваецца, павучыцца чаму-небудзь у

свайго сына, нават маленькага. Гэта ўзнімае абодвух у вачах адзін аднаго і... нават ва ўласных вачах.

Л. А.: Мне не хацелася б, каб нас зразумелі так, што ўсе ў сям'і павінны быць «на роўных правах», бацька — «свой хлопец», маці — «неразлучная сяброўка», усе «вучаць адно аднаго». Не, такая «дэмакратыя», па-мойму, ненатуральная і шкодная. Дзіця, уступаючы ў наш складаны супярэчлівы свет, павінна набыць выразны маральны арыенцір: гэта можна, а гэта нельга, гэта важна, а гэта няважна, гэта добра, а гэта дрэнна — з усяго гэтага і складваецца тая сістэма маральных вартасцей, якой чалавек будзе кіравацца ва ўсіх жыццёвых сітуацыях — ад будзённых да выключных, крытычных. І гэты арыенцір, гэты маральны кампас даём дзіцяці мы, дарослыя, якія жывуць з ім побач. Вядома, шмат што дабавіцца ў характар чалавека на працягу яго далейшага жыцця, адносін з рознымі людзьмі, яго ўласнай дзейнасці, і ўсё-такі гэтыя новыя ўплывы будуць накладвацца на тое, што ўжо ёсць у ім, на той падмурак, які закладзены з дзяцінства. Закладзены намі, дарослымі. І ні на каго гэту адказнасць зваліць нельга. Вось і атрымліваецца, што пры ўсёй узаемапавязанасці і ўзаемаўплыве ў сям'і дзіця застаецца вядзёным, а бацькі — вядучымі, а не наадварот.

ДЗЯКУЙ, БАЦЬКА, ЗА НАБУКУ!

Як жа многа трэба, каб быць гэтым вядучым надоўга. Часта ўспамінаю я свайго бацьку. Ён карыстаўся і ў дарослых, і ў дзяцей бяспрэчным аўтарытэтам. Яму ніколі не даводзілася двойчы паўтараць просьбу або загад, яго рэдкая пахвала запаміналася вельмі надоўга, а дакорлівы погляд перажываўся як сур'ёзнае пакаранне. Быў ён немнагаслоўны, суровы на выгляд і вечна заняты: ён пачаў вучыцца ў 16 гадоў і прайшоў працоўны шлях ад непісьменнага вясковага хлопца да ваеннага інжынера. Вельмі многае ўмеў рабіць і любіў працаваць прыгожа, з душой і выдумкай, а халтуры і бессэнсоўнай, як ён не раз гаварыў, «мартышчынай» працы не цягнуў. Быў прамалінейны, не выносіў ніякага фальшу і прытворства ў адносінах паміж людзьмі. Можна, таму яго пабойваліся многія дарослыя, але ніколі не баяліся дзеці. Як мы, дзеці, любілі тыя рэдкія хвіліны, калі ён забаўляўся з намі, і як ён сам перайнач-

ваўся, аддаючыся гульні! Самым дзіўным — і прывабным! — для нас было тое, што ён ніколі не ставіў сябе над намі, не баяўся, што яго палічаць смешным, не саромеўся прызнацца ва ўласнай памылцы, прычым усё гэта без спецыяльных педагагічных намераў — проста ён такі быў.

Аднойчы ў дзень майго нараджэння бацька падарыў мне томік Лермантава з надпісам: «Дочке Лене в день одиннадцатилетия». Я збянтэжана паправіла яго:

— Тат, а тут два «н» пішацца...

Ручаюся, што ў такой далікатнай сітуацыі любы дарослы, «ратуючы» свой прэстыж, знайшоў бы сабе якое-небудзь апраўданне: маўляў, апіска, зарапартаваўся, не заўважыў... А яшчэ і натацыю прачытаў бы: малая яшчэ — дарослых вучыць. А бацька хмыкнуў разгублена:

— Гм, так... Давай выправім, дзякуй...

А аднаго разу мы, дзеці, цэлым гуртам прыбеглі да яго з новым, модным тады жартам:

— Тата, расшыфруй слова «ДУНЯ».

— Як гэта?

— А вось трэба на кожную літару прыдумаць слова, каб разам атрымаўся сказ.

Бацька задумаўся. А мы ўсе павіскваем ад нецярплівасці і прыспешваем:

— Ну, ну... хочаш, скажам?

— Добра, здаюся — гаварыце.

— Дурняў у Нас Няма! — выпальваем хорам і заміраем у чаканні.

Бацька, адчуваючы нейкі падвох, старанна правярае і раптам здзіўлена пытае:

— Дазвольце, а як жа Я?

Мы ўсе аглушальна крычым ад захаплення і заходзімся на тэрасе ад смеху. Ён спачатку не разумее, а потым, выявіўшы ўтоены сэнс, не крыўдзіцца, як усе дарослыя, на гэты «дурны жарт», а рагоча сам з намі да слёз...

На фронт ён пайшоў добраахвотнікам. Мог бы застацца — яго пасылалі на Урал, прапаноўвалі пасаду начальніка вайсковага вучылішча ў Златаусце (яго ашчаджалі: перад вайной ён доўга лячыўся і яшчэ не акрыяў пасля зацяжной хваробы).

— Алёша, як добра, а... — нясмела абрадавалася мама, але напаткала суровае:

— Я адмовіўся. Ты зразумей мяне і не прасі аб тым, што немагчыма. Не ўмею я хавацца за спіны іншых, не дарую сабе гэтага, калі зраблю...

Вось так і нам, дзецям, ён умеў не дараваць ніводнага, нават, здавалася б, дробнага ўчынку, у якім праяўлялася хоць кропелька хлусні, баязлівасці, самахвальства, захрыбетніцтва. Памятаю, я аднойчы правінілася перад бацькам: ён рабіў агароджу, я дапамагала. Спатрэбіліся тэрмінова цвікі, і я скіравалася па іх, але, убачыўшы, як гуляюць на вуліцы дзеці, не вытрымала спакусы і пабегла да іх гуляюць. Калі я вечаарам вярталася дадому, ногі не слухаліся мяне. Я не баялася, не, гэта пачуццё было мацней за страх. Можна, гэта быў сорам і раскаянне? Калі я з'явілася ў пакоі, бацька зірнуў на мяне. Толькі зірнуў. І вось гэты погляд я памятаю да гэтага часу. У ім не было ні дакору, ні асуджэння, нават простага нездавальнення не было, затое было нейкае горкае здзіўленне: маўляў, падвяла, не чакаў... Мяне быццам варама абпякло — я адчула, што зрабіла нешта несумленнае, ганебнае, як бы маленькую здраду. Ды так яно і было, і бацька даў мне гэта зразумець. Ён нікому нічога не сказаў, і мая правіннасць не была прадметам сямейнага разбору, але гэты погляд! Мне і зараз перад ім сорамна...

Я ўспамінаю бацьку часта, асабліва калі туга даводзіцца, уяўляю сабе: а што зрабіў бы ён, што ён сказаў бы? І заўсёды я перад ім як дзяўчынка, якую ён калісьці саджаў на калені і пытаў ласкава і зацікаўлена:

— Ну, кірпатая, раскажвай, як справы?

Ён загінуў восенню сорак першага... Яму тады было трыццаць дзевяць... Я цяпер ужо старэйшая за яго, але мне ніколі не перарасці бацьку. Ён будзе заўсёды паперадзе і вышэй за мяне, але заўсёды побач. Са сваёй наймавернай далечыні, з майго дзяцінства, ён і сёння быццам кіруе маімі думкамі, учынкамі, нібыта ў ім, у яго вобразе засяродзілася ўсё маё сумленне.

Да гэтага расказу пра бацьку я хацела б дадаць толькі адну фразу: увесь наш бацькоўскі аўтарытэт — ды і не толькі бацькоўскі — залежыць не ад узросту, не ад службовага становішча, не ад нейкіх прыёмаў, хітрыкаў, педагагічных (і літаральных!) «бізуноў» і «пернікаў», а ад таго, **якія** мы людзі: ці справядлівыя? Ці сумленныя? Умельныя, патрабавальныя, добрыя? Ці высакародная мэта нашага жыцця? Ці чыстыя сродкі яе дасягнення?

Напісала — і тут жа ўбачыла знаёмы прыжмур на-смешлівых бацькавых вачэй: «Прыгожа, а няпраўда...» — «Чаму?!» — хочацца крыкнуць мне, але... бацька ніколі не любіў падказваць.

І вось думаю, думаю... Чаму няпраўда? Хіба павага да чалавека, яго аўтарытэт не залежаць ад таго, які гэта чалавек? Залежаць! Чаму ж няпраўда? Спакваля пачынае трывожыць думка: калі б усё было так, як я сказала, тады павагай і аўтарытэтам карысталіся б толькі самыя лепшыя людзі зямлі. Але як часта можна ўбачыць зусім іншае. Часам людзі ствараюць сабе куміра з таго, хто не заўсёды варты нават простай павагі. Бывае і так: людзі, якія не вылучаюцца надта высокімі маральнымі якасцямі, але ўмеюць быць патрабавальнымі і іграць на слабасцях чалавечых, падначальваюць сабе людзей, выклікаючы іх непадробленую павагу. І тут якраз існуе мноства спосабаў, тых самых «бізуноў» і «пернікаў», з дапамогай якіх «статак» падпарадкуецца «пастуху». Хіба верхаводы банд або зладзейскіх шаек не карыстаюцца аўтарытэтам у сваёй браці? Яшчэ якім! Прычым неабавязкова заваяваным з дапамогай запалохвання і страху. Усё значна больш складана...

Ты маеш рацыю, бацька... Але як жа ў гэтым разабрацца?

А калі паглядзець з такога боку: хто ў каго карыстаецца павагай? Ого, якая багатая ніва для назіранняў і разважанняў! Для адных важныя: розум, сумленнасць, захопленасць, глыбіня ведаў, майстэрства, дабрата, бескарыслівасць, вернасць, своеасаблівасць асобы. А для іншых: уплывовасць, сувязі, выкрутлівасць, вядомасць, забяспечанасць, адпаведнасць модзе і прынятаму стандарту... Падзел гэты, зразумела, схематычны і няпоўны, але не ў гэтым справа. Важна іншае: чаму адны цэняць адно, а другія — другое? І прыкметна гэта ўжо з вельмі ранняга ўзросту — выхавацелі і бацькі гэта добра ведаюць. Ну, вядома, гэта залежыць ад таго, што цэніцца ў сям'і, у якой гадуецца дзіця. Іменна сям'я арыенціруе дзіця ў жыцці з самага пачатку. Не словамі, вядома, а агульным настроем, сямейным укладам, адносінамі да людзей і іх спраў, уласным удзелам у жыцці навакольных.

Вось гавораць: з кім павядзешся, ад таго і набярэшся. А з кім павядзешся? Хіба гэта не залежыць ад са-

мога чалавека? Чытаю, напрыклад: «Мне пашчасціла сустрэцца з цудоўнымі людзьмі, яны дапамаглі мне стаць чалавекам». Думаю: не ў шчаслівым выпадку тут справа, добрыя людзі сустракаюцца ўсім, але не ўсе іх бачаць. Навучыць падрастаючага чалавека не прайсці міма сапраўднага, не захапіцца фальшывым, нявартым чалавека — вось задача незвычайнай важнасці!

Мне ўсё жыццё шанцуе на добрых людзей — дзякуй бацьку за навуку.

І вось цяпер, калі ў мяне самой растуць дзеці, я зноў і зноў успамінаю яго ўрокі прастаты, шчырасці, бездакорнай сумленнасці і высокай маральнай патрабавальнасці да сябе і да людзей, нават самых маленькіх. Не паслухмянасці ён хацеў ад нас, сваіх дзяцей, а разумення і правільных самастойных рашэнняў. Думаю, гэта шмат у чым вызначыла ўвесь наш далейшы жыццёвы шлях.

СПРЭЧКІ НЕ СВАРКІ

Б. П.: Часам нас пытаюць, ці паслухмяныя нашы дзеці, ці не ўступаюць з намі ў спрэчкі. Трэба сказаць, што мы не імкнёмся да паслушэнства, да беспярэчнага падпарадкавання. Дзіця павінна не баяцца быць самім сабой і мець права выказаць нароўні з дарослымі сваю думку.

Калісьці я прачытаў аб тым, што дзеці ў першабытным грамадстве мелі права прысутнічаць на агульных сходах племя, і здаралася, што па рэпліцы дзесяцігадовага ўносілі змены ў нейкае рашэнне. Якое давер'е аказвалі там дзецям! Як гэта было для нас ні цяжка, але мы стараліся пазбаўляцца ад аўтарытарнасці і з самага пачатку спрабавалі грунтаваць жыццё сям'і на дэмакратычных асновах: усё, што датычыць агульных спраў ці праблем, абмяркоўваем разам з дзецьмі, прычым першае слова даём малодшаму, а затым — па старшынству — чарга даходзіць да мяне або да дзядулі.

Часам нашы спрэчкі — па найбольш вострых пытаннях — мы запісваем на магнітафонную стужку, а праз некаторы час вяртаемся да іх і працягваем «скрыжоўваць шпагі» да таго часу, пакуль не прыйдзем да якой-небудзь агульнай думкі. Пры гэтым можна да-

казваць, прэчыць, але зневажаць і «абзывацца» лічыцца недапушчальным.

Л. А.: Аднак гэта бывае, калі ў спрачальнікаў не хапае іншых аргументаў, і яны, як пеўні, пачынаюць наскакваць адзін на аднаго. Тут вельмі дапамагае які-небудзь добры жарт — ён адразу здымае напружанне і разгаранне непрыязнасці. Шкада, што не заўсёды хапае гумару на такія добрыя жарты. Часам атрымліваецца нешта настолькі нязграбнае, што больш нагадвае насмешку, шпілку, іронію, а гэта толькі падлівае масла ў агонь. І страсці разгараюцца яшчэ болей. Даводзіцца вучыцца і гэтаму самаму патрэбнаму ў жыцці майстэрству — жартávaць, знаходзіць смешнае ў самых, здавалася б, сумных і бязвыхадных сітуацыях. Для гэтага часам бывае дастаткова проста зірнуць на сябе збоку: надзьмуліся адзін на аднаго, раскудлаціліся, расчырванеліся — сапраўдныя пеўні. Скажаш ціхутка: «Ку-ка-рэ-ку», — усім робіцца смешна, і злосці як і не было!

Пакуль гаворка ішла пра абмеркаванне з дзецьмі якіх-небудзь агульных праблем, што датычаць сям'і. Але ж здараюцца і нязгоды п а м і ж д а р о с л ы м і. Звычайна ад дзяцей іх утойваюць. А як рабілі мы? Пытанне гэта няпростае і нават у нейкай ступені балючае для нас.

Справа ў тым, што мы воляй-няволяй з самага пачатку паставілі сябе ў становішча людзей, якія спрачаюцца ледзь не з усім белым светам: шмат што ў нашай сям'і было непадобна на традыцыйнае, прывычнае выхаванне і ўспрымалася як выклік, наўмыснае пагарджанне агульнапрынятымі нормама і перакананнямі. Цяпер я разумею, што гэтыя адносіны мелі пад сабой нейкую падставу — захопленыя найдзівоснейшым і, увогуле, новым для нас светам дзяцінства, мы забылі пра навакольны свет дарослых і міжвольна занядбалі некаторыя законы гэтага свету. З намі, напэўна, адбывалася тое ж самае, што некалі здарылася з Архімедам, калі ён з крыкам «Эўрыка!» бег галышом па вуліцы, абуджаючы ў добрапрыстойных грамадзян жаданне злавіць апаганшчыка гэтай прыстойнасці і... Нам таксама хацелася хутчэй расказаць людзям пра тое, як многа, аказваецца, могуць дзеці, як з імі цікава і лёгка, калі стварыць для іх іншыя ўмовы жыцця і змяніць адносіны да іх. Мы не прычэсвалі сваіх думак

і ўчынкаў і забываліся апрануць іх у прыстойнае — прывычнае! — адзенне... Вядома, гэта раздражняла вельмі многіх, вядома, вакол нас і дзяцей увесь час кіпелі страсці і спрэчкі. Спрачаліся і мы паміж сабой, часам і пры дзецях.

— На што вы асуджаеце дзяцей? — абуралася бабуля, мая маці.— Вы стузаеце іх нервовую сістэму, яны не будуць паважаць ні вас, ні навакольных. Ты ўспомні: ці ведалі вы, дзеці, калі мы з бацькам былі не ў ладах? Ніколі! Мы перад вамі выступалі заўсёды адзіным фронтам: ніякага рознагалосся пры дзецях у нас не было і быць не магло. У гэтым была наша сіла.

Я, колькі ні старалася, сапраўды не магла ўспомніць ніводнай сваркі маці і бацькі і пакутліва сумнявалася ў правільнасці ўласнага неспакойнага жыцця. Але, сумняваючыся, усё-такі ніяк не магла прадухіліць таго, што ўжо навальвалася на нас, як лавіна: сенсацыя, шуміха, уварванне ў наша сямейнае жыццё шмат якіх незнаёмых і няблізкіх людзей, якія таксама нешта прапаноўвалі, адхілялі, ацэньвалі і спрачаліся, спрачаліся, спрачаліся... Прыгадваючы зараз гэты цяжкі для нас час, я з горыччу думаю пра тое, што ў спрэчках дарослыя падчас забывалі аб тым, што прадмет спрэчкі — жывыя дзеці, і дапускалі, нават педагогі, нетактоўныя вывады, прагнозы і заўвагі наконт цяперашняга і будучага жыцця нашых дзетак. Мы сапраўды выклікалі агонь не толькі на сябе, але і — што страшней! — на сваіх дзяцей. Але... зрабіць ужо нічога не маглі. Схаваць дзяцей ад усяго гэтага можна было толькі цаной прытворства, ашуканства, у лепшым выпадку ўтойвання праўды, але на гэта мы не маглі пайсці ні за што! Вось і атрымалася так, што дзеці нашы раслі ў атмасферы далёка не мірнай, і апасак у мяне самых розных да гэтага часу больш чым дастаткова.

Але вось адбылася вельмі важная для мяне размова з маім непаўналетнім сынам (я не называю дзяцей па імёнах невыпадкова — яны самі так захацелі). Я спытала яго, праўда, не без хвалявання, але без усякіх падвохаў і падыходаў:

— Як ты думаеш, гэта было вельмі кепска, што мы заўсёды спрачаліся пра ўсё пры вас?

Ён адказаў, крыху памарудзіўшы і з некаторым здзіўленнем:

— Чаму кепска? Я лічу, што гэта наогул добра —

слухаць спрэчкі: цікава параўноўваць вывады, самому знаходзіць рашэнне, незалежна ад таго, хто як сказаў. Бо вы ж не прымушалі мяне і ўсіх нас абавязкова выказвацца, і мне не трэба было ні да каго падладжвацца — вось гэта якраз і было здрава. Гэта, напэўна, добра вучыць мысліць. Памятаеш, у Старажытнай Грэцыі так вучылі маладых: яны прысутнічалі пры спрэчках прызнаных мудрацоў, але самі не прымалі ў іх удзелу, не абавязаны былі далучацца ні да таго, ні да другога боку. І так вучыліся думаць.

Гэта было цудоўна! Я проста ажыла душой. Выяўляецца, справа была не ў тым, што мы спрачаліся, а ў тым, які ўдзел у гэтым прымалі дзеці. Але ж мы сапраўды ніколі не рабілі з іх суддзяў у нашых спрэчках, не цягнулі іх кожны ў свой бок, не патрабавалі выказвацца і не пярэчылі супраць іх удзелу ў спрэчцы. Адным словам, яны былі свабодныя ў сваіх разважаннях і выказваннях. Так працягваецца і зараз.

Апрача таго, у нас гэта ўсё-такі не сваркі, а спрэчкі, не скандалы з яўнымі або прыхаванымі абразлівымі нападкамі, а сумленныя паядынкі з жаданнем абавязкова, самымі неадольнымі аргументамі пераканаць праціўніка. Вядома, без эмоцый такія спрэчкі не абыходзяцца. Бывае і прарвецца: «Ты нічога не разумееш і не хочаш зразумець!» Здараюцца і слёзы. Але ўсё роўна галоўным для нас застаецца — знайсці ісціну, а не зняважыць адно аднаго. Таму мы і стараемся як мага хутчэй «адысці» і перастаць злавацца.

КЛОПАТ ПРА ІНШЫХ

Гэта задача больш складаная, чым проста клапаціцца пра дзяцей. І куды больш важная. Я б сказала, што галоўны бацькоўскі клопат і павінен заключацца ў тым, каб навучыць дзяцей быць клапацлівымі. Як? Шмат аб гэтым даводзіцца разважаць, шмат засмучацца і радавацца. Вынік усяму можна было б падвесці такі: каб дзеці раслі ўважлівымі і клапацлівымі, неабходны, прынамсі, тры ўмовы: па-першае, самім дарослым заўсёды клапаціцца адно аб адным, толькі не напаказ, а ўсур'ез, каб гэта было ў сям'і проста нормай і адносін, як бы маральным асяроддзем пражывання дзіцяці; па-другое, з самага пачатку не адхіляць жадання дзіцяці дапамагчы, прымаць яго работу, няхай сабе

нават няўмелую, заўсёды з удзячнасцю («Дзякуй табе, дачушка. Ну што б я без цябе рабіла?.. Выручыў ты мяне, памочнік ты мой залаты...»), а па-трэцяе, разам з малышом клапаціцца пра каго-небудзь, рабіць нешта для іншага: тату, напрыклад, арганізаваць з дзецьмі ўборку дома ў адсутнасці мамы, а маме паклапаціцца аб тым, каб да прыходу таты з работы малышы разам з ёю падрыхтавалі для ўсіх вячэру і накрылі на стол.

Простыя, здаецца, рэчы, а колькі спатрэбілася нам часу, каб разабрацца ў гэтым. Нас, праўда, моцна выручала тое, што мы ў сям'і ўсе вельмі добразычлівыя адно да аднаго. Нават нашы спрэчкі заўсёды добразычлівыя, а справа кожнага звычайна выклікае цікавасць ва ўсіх. Так у нас склалася з самага пачатку, калі і сям'і яшчэ ніякай не было, а былі толькі двое: Ён і Я. Літаральна ў першы дзень знаёмства, абедуючы разам у час перапынку адной педагагічнай нарады, мы падзялілі папалам паміж сабой: ён — яблык, я — пірожнае. Вось з таго часу ў нас і павялося: і гора, і радасць, і работа, і клопат — усё папалам. Вядома, не абыходзіцца без памылак і непаразуменняў, яны часам камічныя, а часам балюча ранняць нас абаіх. Не дзіва, бо каханне і клопат рэалізуюцца ў вялікім мностве розных учынкаў аднаго чалавека ў адносінах да другога: як паглядзеў, што сказаў, як сустрэў і праводзіў, як слухае, чаму маўчыць, ці заўважыў, ці зразумеў, калі ўсміхнуўся, а калі нахмурыўся... — з усяго гэтага і шмат чаго іншага складваецца агульная мова для разумення, мова ўзята адносінамі. А ў кожнага з нас гэта мова была свая, шмат у чым непадобная на мову другога. Не адразу склалася ў нас агульная песня. Тым больш што да нашага дуэта далучыліся новыя — дзіцячыя — галасы, і наладзіць стройны хор з усяго гэтага шматгалосся аказалася цяжка. Так атрымалася, напэўна, яшчэ і таму, што вопыту жыцця ў вялікай сям'і ў нас не было, і нам даводзілася спрабаваць, вынаходзіць, пакутаваць там, дзе ўсё павінна было б атрымлівацца само па сабе.

Вось, дапусцім, некаторы час для нас было сапраўднай праблемай сабраць усіх за стол. А ўсё пачалося з... клопату аб занятках і справах кожнага: маўляў, справа важней яды. І пайшло: час абедаяць, а ва ўсіх яшчэ нейкія справы не закончаны. Абед стыне, я нервуюся... Так клопат аб адных выліўся ў непавагу да працы

другіх. Успомнілі мы, як паважліва ставіліся да яды — выніку велізарнай працы! — у вялікіх сялянскіх сем'ях, дзе і падумаць не маглі, каб спазніцца да стала, і не толькі з-за таго, што есці хацелася, або таму, што за стол не пускаць: сорамна было спазняцца, калі іншыя чакаюць. Нам давялося вяртацца да гэтых натуральных і адзіна правільных адносін да яды. Але гэта аказалася больш цяжка, чым з самага пачатку арганізоўваць усё як мае быць. Цяпер трэба было тлумачыць, прасіць, не пускаць за стол тых, хто прыпазніўся, — марока, ды і толькі.

Сумна, што падобныя, увогуле элементарныя, правілы ўзаемаадносін нам давялося спасцігаць метадам спроб і памылак. Бывала, што і безумоўна добрае даводзілі да сваёй процілегласці. Вырашылі, напрыклад: нікому ніякіх лепшых кавалкаў. Дзялілі на ўсіх пароўну: тарты, дарагую садавіну, шакаладкі і г. д. Атрымалася нібыта ўсё правільна: ніхто не пакрыўджаны, і ніхто адзін нічога смачнага не з'есць, абавязкова іншым пакіне. Мы былі задаволены: справядліvasць і клопат у наяўнасці. А выйшла, як у песні: «Хорошо-то хорошо, да ничего хорошего». Пачала я заўважаць, што надта ўжо старанна пачалі сачыць дзеці за дакладнасцю дзяльбы, каб нікому не дасталася ні больш, ні менш. Мяне такая скрупулёзнасць скаланула раз-другі. Потым пачала раздражняць усё больш: запахла нейкай дробязнасцю, падлікамі... Нікому не прыходзіла ў галаву, што дзяльба гэта, па сутнасці, несправядлівая: і маленькім, і вялікім даставалася пароўну, але малышы маглі і не справіцца са сваёй порцыяй, а старэйшым яўна хацелася яшчэ. Вядома, аддавалі сваё другому, але тады, калі самому ўжо не хочацца. Атрымлівалася: «На тебе, братка, што мне непрыдатна». Вось дык клопат!

Зноў давялося шукаць, як жа ад гэтага пазбавіцца. Пачалі мы рабіць інакш: тата рэжа торт, напрыклад, на прыкметна няроўныя часткі:

— Каму самую вялікую?

— Дзядулю, — прапаную я.

— А з гэтай прыгожай ружай?

— Маме? — напайпытае нехта з малышоў.

— Вядома, ёй, малайчына! — ухваляе тата. —

А вось гэтыя, з шакаладкамі?

— Тату!

— Не,— гаворыць тата,— давайце іх дзяўчаткам аддадзім. Згода, мужчыны?

Сястрычкі збянтэжаны і абрадаваны ўвагай, а «мужчынам» прыемна праявіць велікадушнасць: яны таксама задаволены. Вядома, адразу ўсё гладка не атрымлівалася, але паварот да патрэбнага быў зроблены, і як радасна было пачуць:

— Няхай Алёшу тры цукеркі, а нам па дзве — ён жа вялікі. Або:— Мам, аддай мой яблык малышам — ім ён патрэбен больш.

І трэба было бачыць вочы дзяцей пры гэтым — радасныя, добразычлівыя. Падлікі сеялі нелады, а клопат выклікаў прыхільнасць, працягваў нітачкі сяброўства.

Б. П.: Я думаю, што лепш за ўсё, калі клопат пра іншых праяўляецца ў справе, не ў гаварэнні. Патраціць час, сілы, нервы дзеля таго, каб рэальна дапамагчы камусьці,— вось што патрэбна перш за ўсё. Вельмі моцна нам усім трэба задумацца аб гэтым, калі мы хочам, каб раслі нашы дзеці спагадлівымі і клапацілівымі не толькі на словах. Вось што гаварыў на гэты конт Роберт Оўэн: «Дзеці павінны старацца зрабіць шчаслівымі сваіх таварышаў. Гэта правіла павінна быць першым і апошнім словам усякага выхавання». «Зрабіць шчаслівымі», а не проста спачуваць і гаворыць добрыя словы.

Л. А.: Але адно аднаму не павінна перашкаджаць! Дрэнна, калі спачуванне толькі на словах, але часам і добрае слова — адно слова! — можа чалавеку дапамагчы. І няпроста гэта — знайсці яго ў пару. Калі засмуцішся, так хочацца, каб нехта падышоў, суцешыў, спеў па-сяброўску: «Капітан, капітан, улыбіцеся!» — гэта ж таксама клопат, які робіць людзей шчаслівымі.

Хочацца мне расказаць яшчэ пра адну нашу памылку, якая прынесла нам нямала турбот.

Старэйшым дзецям было ўжо гадоў па сем-восем, калі я заўважыла, што ўсё часцей у нашым доме чуваць: «Але ж я заняты!» — «У мяне важная справа, а ты...» — «Мне так пачытаць хочацца...» Я, мяне, мне... Гэта пакрыху пачало насцярожваць мяне: чаму такая прыкметная ўвага да самога сябе, сваіх спраў і сваіх клопатаў — як бы адстойванне сябе сярод іншых. Адкуль гэта ўзялося? Здавалася б, да дзяцей мы заўсёды ўважлівыя і яны да нашага жыцця ставяцца таксама

далёка не абыякава. Мы дружныя, усе любім адно аднаго, і вось такое... Чаму?

Адну з прычын гэтага я ўбачыла вось у чым. Мы даволі працяглы час не здагадваліся аб простым: кожны, нават самы малюсенькі, чалавек мае патрэбу ў такім часе, калі ён поўнасьцю належыць сам сабе, яго не турбуюць, да яго ні з чым не лезуць, гэта значыць яму не пагражае ўварванне звонку. І чым старэйшым робіцца чалавек, тым больш яму патрэбен гэты не датыкальны час. Мы былі ўпэўнены, што ўжо чаго-чаго, а свабоды ў нашых дзяцей хоць адбаўляй — суцэльная самастойнасць. Так яно і было, але пры гэтым мы, дарослыя, лічылі, што маем права ў любы час, у любы момант, напрыклад, пазваць: «Оля, ідзі да мяне!» Або што-небудзь даручыць: «Антон, схадзі ў краму». Або проста: «Ты мне патрэбен», — незалежна ад таго, чым заняты той, каго клічаш. Гэтак жа рабілі і дзеці ў адносінах адно да аднаго.

Ды і самі мы, дарослыя, таксама фактычна не мелі гэтага неабходнага недатыкальнага часу: дзеці маглі прыбегчы да кожнага з нас тады, калі мы заняты сур'ёзнай справай, размовай, чытаннем, і мы лічылі патрэбным перапыніць свой занятак і выслухоўваць іх, спакваля адчуваючы пры гэтым некаторую прыкрасць і раздражненне: перапынілі ж на самым цікавым месцы! Але мы цярпелі, бо лічылі: гэта і ёсць свабода і раўнапраўе. А атрымлівалася элементарная бесцырымоннасць і непавага да справы і часу субяседніка. Гэта не магло не прывесці да раздражнёнасці, нейкай нервовасці ў адносінах. У доме з'явілася ледзь улоўная, а потым усё больш выразная тэндэнцыя абараняцца, адстаяць сябе. Вось і з'явілася: «Не перашкаджайце, калі ласка, у мяне столькі яшчэ спраў!», «Ну чаму я? Я і так не паспяваю...» і г. д. і да г. п.

Гэтага ў значнай ступені можна было б пазбегнуць, калі б з самага пачатку ўсталяваць такі парадак: з а н я т а г а чалавека адцягваць ад справы без крайняй неабходнасці не трэба. Гэта таксама праяўленне таго самага клопату, у якім мае патрэбу і вялікі, і маленькі чалавек.

Так, клопат можа праяўляцца па-рознаму, але галоўнае, мне здаецца, заключаецца ў тым, што трэба вельмі добра разумець таго, каму хочаш дапамаг-

чы — ці словам, ці справай — усё роўна. Інакш клопат можа павярнуцца крыўдай. Вось я і прыйшла да таго ж, з чаго пачынала: важна разумець адно аднаго, знаходзіць агульную мову кожнаму з усімі: спачатку ў сям'і, потым у школе, у двары, на вуліцы — усюды. Гэтаму даводзіцца вучыцца ўвесь час. І тым больш паспяхова спасцігаеш гэту нялёгкую навуку жыцця, чым больш неабыякава і добра ставішся да людзей, чым цікавейшая для цябе своеасаблівае кожнага чалавека, яго непадобнасць на іншых. У гэтай цікавасці і павазе да людзей і заключаецца, па-мойму, сакрэт таварыскасці, кантактнасці — вельмі патрэбнай у жыцці ўласцінасці.

МІКРОБ СЛАВАЛЮБСТВА

Нас часта пытаюць: «Ці таварыскія вашы дзеці?» або так: ці не ганарыстыя яны, ці не лічаць сябе вышэйшымі за астатніх, паколькі растуць гэтакімі славуцямі ледзь не з пялёнак?

Што гаварыць, небяспека такая была. Увогуле мікроб славалюбства і зазнайства вельмі моцны: ледзь зазяваешся, ён ужо тут як тут — сядзіць і паганяе: ты павінен быць наперадзе... ты можаш быць лепшы за ўсіх... ты самы, самы, самы... Для гэтага трэба проста некалькі разоў сказаць гэта сабе і свайму нашчадку. А далей пойдзе: «Алік, пакажы цёцям і дзядзям...», «Вовачка ўжо ведае пятнаццаць літар, а ты...», «Паглядзіце, як ён малюе, — талент!», «Што вы, толькі ў англійскую школу!», «Ну, вядома, выдатнік...» — гэта галасы бацькоў. А вось і голас сына: «Куды ты лезеш? Медалі не для такіх, як ты» — так ён можа сказаць свайму аднакласніку, а можа толькі падумаць — такія дзеці якраз ветлівае навучаны нароўні з эгаістам і бессардэчнасцю.

Калі б у нас было адно дзіця, напэўна, мы не справіліся б з гэтай каварнай хваробай. Я вельмі добра памятаю гэта адчуванне: маё дзіця асаблівае, незвычайнае; усе астатнія дзеці не тое, зусім не тое! І вось што страшна! Усё гэта на ўзроўні падсвядомасці, амаль інстынctu, таму з гэтым цяжка змагацца. Але вось нарадзілася другое, трэцяе... адчуванне цуду хоць і засталася, але перастала засяроджвацца на адным, увайшло ў нармальныя рамкі мацярынскай любові, вядома, прад-

узятый, але не гіпертрафіраванай. Тады з'явілася іншая небяспека: званне «вундэркіндаў». Гэта слоўца прыліпла да нас надоўга. Нашы дзеці пачалі здавацца незвычайнымі некаторым з нашых гасцей, знаёмых. Вось гэта было і зусім без патрэбы. Мы пачалі заўважаць, што пры гасцях нашы «зоркі» (іх тады было тое) і хадзіць пачынаюць неяк не так, і ўсміхацца надта часта, і паказваць свае фізкультурныя практыкаванні, як бы робяць ласку прысутным, — усё гэта ў ступені пакуль невялікай, але ўсё-такі прыкметнай. Ого! Калі я гэта заўважыла, вырашыла цвёрда: ніякіх паказаў і дэманстрацый, трэба спыніць гэты карагод вакол дзяцей.

Б. П. Але было ўжо позна! Як мама ні настойвала на гэтым, мне не дазваляла сумленне адмовіць шмат якім людзям, якія ўжо тады прыходзілі ў наш дом паглядзець спортаграды, кубікі, гульні і, вядома, саміх малышоў. Гэта ж была не проста цікаўная публіка, а людзі, якія сапраўды мелі вялікую патрэбу ў парадзе і дапамозе. Зрэшты, нам і самім быў патрэбен добра-зачлівы погляд збоку, сяброўская падтрымка. Ну як ім можна было адмовіць?! Я не бачыў вялікай бяды ў тым, што дзеці пакажуць свае дасягненні, — дзеці ж усё вельмі гэта любяць. Тым больш што гэта было патрэбна тым, хто ў нас бываў, патрэбна людзям. Тады мы дамовіліся: ніякіх звышпахвал — справа звычайна а — былі б у другіх дзяцей тыя ж умовы, яны б развіваліся гэтак жа ці яшчэ лепш. Гасцей мы прасілі не надта захапляцца і ўстрымлівацца ад эпітэтаў у найвышэйшай ступені. Не заўсёды атрымлівалася, як хацелася б, але ўсё ж прафілактыка гэта не прапала дарэмна: дзеці крыўляцца адвучыліся. Гэта, вядома, не зняло праблемы поўнасьцю, цяжкасці засталіся, але мы былі цяпер напачатку.

Часткова ў мэтах гэтай прафілактыкі я часта арганізоўваў і саборніцтвы нашых малышоў з суседскімі дзеткамі: па бегу, скачках, кіданню, гімнастычных практыкаваннях. Нашы звычайна былі мацнейшымі ў гімнастыцы, а ў бегу і скачках перамагалі не заўсёды, у кіданні ж і зусім адставалі. Не абыходзілася без слёз, але затое дзеці засвойвалі, што яны не «самыя-самыя-самыя», што і іншыя таксама малайцы. Між іншым, гэтыя саборніцтвы і мяне навучылі быць больш стрыманым у пахвалах і больш аб'ектыўным у ацэнках:

секундамер раўнадушны і аднолькавы ў адносінах да ўсіх.

Хадзілі да нас навакольныя дзеці і без усякіх спаборніцтваў: хто ў майстэрні папоркацца, хто на турніку або кольца пазаймацца, хто проста пагуляць. Мы ім не заміналі і ў іх заняткі стараліся не ўмешвацца, але назіралі зрэдку: як там нашы дзеці сярод астатніх, старэйшых? Здзіўляла нас тое, што яны сябе ні малодшымі, ні слабымі лічыць не хацелі — гулялі, а калі даводзілася, то і сварыліся на роўных правах. Я гавару ў мінулым часе, таму што тыя, пра каго гаворка, ужо выраслі. Але тое ж паўтараецца зараз і з малодшымі іх сястрычкамі і брацікамі, якія сваіх старэйшых вельмі любяць, але асаблівай пачцівасці да іх не праяўляюць і ніякай залежнасці ад іх не адчуваюць. Паранейшаму ходзяць да нас дзеці з усёй акругі, прыязджаюць бацькі з дзецьмі ўсіх узростаў. Кантакты з імі наладжваюцца хутка, хаця здараюцца, вядома, і канфлікты, і крыўды. Дарэчы, у сваркі дзяцей мы стараемся не ўмешвацца, лічым за лепшае, каб яны самі маглі ва ўсім разабрацца, а калі трэба, і за сябе пастаяць, і другога абараніць, і пастаяць за праўду і справядлівасць.

ГОНАР ЗАМАЛАДА

Л. А.: Некаторыя могуць сказаць: ды гаворка ж ідзе пра дашкольнікаў, дзеці яны яшчэ, крошкі — аберагаць іх трэба ад усякіх турбот, якая там барацьба за праўду і справядлівасць? Пярэчанне гэта не прыдуманна — так або амаль так гаварылі нам неаднарадова. Якая памылка! Калі гэтаму не навучыцца да школы, як жа будзе ў класе, дзе сутыкаюцца трыццаць — сорок характараў, і ніякаму настаўніку немагчыма разабрацца ў складанасці ўзаемаадносін кожнага з кожным. Цяжка ўявіць сабе, колькі розных праблем звальваецца на чалавека ў першы ж дзень яго знаходжання ў школе, праблем, якія ён вымушаны рашаць сам, без чыёй-небудзь дапамогі.

Вось хлапчук на ўроку тузануў ззаду за валасы. Стукнуць? Не заўважыць? Паскардзіцца? А ён зноў тузануў. Дык вось жа табе!

— Устань, як тваё прозвішча?

— Ну Пятрунін...

— Хі-хі, Пятрушка... — Пакрыўдзіцца ці засмяц-

ца? Ну вось, у носе заказытала, сляза па носе папаўзла, і хустачкі няма... і чаго гэта дзяўчынка глядзіць і глядзіць?..

— Мар'іванна, а Пятрунін язык мне паказаў!.. Мар'іванна, а Пятрунін б'ецца!

У-у, сама штурхнула, а сама скардзіцца! Яшчэ стукнуць? Сказаць настаўніцы? Ці потым даць даносчыку як след?

І ўсё гэта на працягу якіх-небудзь дзвюх мінут. Пытанне «Як зрабіць?» цяпер будзе адным з самых галоўных у жыцці дзіцяці. Ад яго нікуды не дзенешся, а сітуацыі ўсё ўскладняюцца: старэйшы хлопчык у калідоры штурхнуў, а «вялікі дзядзька» ў туалете прымушае падняць акурак і кінуць у урну. Як зрабіць? Скарыцца? Змоўчаць? Абурыцца?

Не, гэта вельмі важна, каб чалавек як мага раней даведаўся, што і як трэба зрабіць у тых ці іншых цяжкіх моманты ў жыцці. І не проста ведаў, але і ўжо рабіў, шмат разоў выпрабоўваў сябе ў розных сітуацыях, каб ужо да школы выпрацоўваў пачуццё ўласнай годнасці, гордасць, смеласць — якасці, абсалютна неабходныя для жыццёўстойлівасці, самасцвярджэння і захавання сябе як асобы незалежнай і непадкупнай. Як стварыць іх у чалавеку, каб бярог ён гонар за малада? Прывычная фраза, а што за ёй?

Б. П.: Мы ўжо гаварылі, што адхілілі паслушэнства як мэту выхавання, таму што ад паслушэнства да пакорлівасці адзін крок. А пакорлівы чалавек — цацка ў руках моцнага. Мы імкнуліся, каб дзеці, нават самыя маленькія, мелі ўласную думку і не баяліся яе выказаць. Іменна таму ў самых розных жыццёвых сітуацыях мы стараліся даць дзіцяці права рашаць і рабіць самому і за памылкі свае расплачвацца таксама самому. Мы стараліся не проста загадваць ці аддаваць распараджэнні, патрабуючы неадкладнага выканання, а растлумачваць, чаму трэба нешта выканаць.

Нашы дзеці любяць выконваць усё асэнсавана, талкова, а бесталковай арганізацыі або самаўпраўства не пераносяць. Памятаеце: нават пяцігадовая малышка ўзбунтавалася супраць несправядлівасці. Ну вядома, форму выбрала неадпаведную: маму абазвала, крык узняла, але ж абурылася! Значыць, ёсць пачуццё чалавечай годнасці. І яна не будзе цярпець прыніжэння і знявагі.

Памятаю адзін выпадак, калі ў майстэрню, дзе я праводзіў урок працы з васьмікласнікамі, прыйшоў Антоша, яму ўсяго восем гадоў было. Адзін з падлеткаў — вышэйшы за мяне ростам — рашыў з яго пажартаваць: правёў па яго валасах рукой «супраць шэрці» — ззаду наперад — і сказаў нешта крыўднае. Я стаў далёка і не адразу зразумеў, што адбылося. Бачу толькі: мой Антошка раптам як усходзіцца, як падскочыць да крыўдзіцеля (а сам яму ледзь не да пояса) — кулаком яго раз, другі, трэці! Той нават разгубіўся: «Ну чаго ты, я пажартаваў...» — але больш да Антона ўжо ніхто не прыставаў. Я не паспеў нават і слова ў яго абарону сказаць. Ну, думаю, малайчына, у крыўду сябе не дасць.

Л. А.: І не толькі сябе — гэта, думаю, важней. Неяк Оля заступілася за брата, калі мы ўсе былі настроены супраць яго, а яна лічыла, што гэта несправядліва. І даказала ж, што ўсе мы не мелі рацыі. Я добра памятаю, як ёй было цяжка гаварыць — ёй жа і дзесяці не споўнілася, а наўкола яе раззлаваныя дарослыя, старэйшыя, малодшыя, абураныя «брыдкім учынкам» Антона. Але яна бачыла, як усё адбылося, разважыла па-другому і стаяла на сваім, пакуль мы не разабраліся ва ўсіх тонкасцях канфлікту, які адбыўся з Антонам, і не прызналі яе слушнасьць.

Як зрабіць, каб у самых розных складаных сітуацыях дзіця навучылася дзейнічаць не з-за страху ці дзеля нейкай выгады, не па прынцыпу «Нашых б'юць!» і не таму, што «Хачу, каб было па-мойму!», а па справядлівасці? Бо тады трэба гэту сітуацыю ацаніць, рашыць, хто вінаваты, на чым баку выступіць. Як зрабіць выбар? Вось калі патрэбна правільная арыентацыя ў маральных вартасцях, цвёрдае веданне таго, што такое добра, а што такое дрэнна.

І вось тут неацэнную дапамогу аказвае літаратура, музыка, жывапіс, тэатр — мастацтва, вобразны свет якога даступны дзятве з самага ранняга ўзросту.



Мастацтва ставіць сваёй мэтай перавялічваць добрае, каб яно зрабілася яшчэ лепшым, перавялічваць благое — варожае чалавеку, каб яно абуджала агіду, запальвала волю знішчыць ганебныя брыдоты жыцця, створаныя пошлым, хцівым мяшчанствам. У аснове сваёй мастацтва ёсць барацьба ЗА або СУПРАЦЬ, абьякавага мастацтва няма і не можа быць...

М. Горкі

ЧАРАДЗЕЙНАЯ СІЛА МАСТАЦТВА

Неяк мяне ўразіла простая думка: чалавецтва шліфуе і назапашвае свой маральны вопыт тысячы гадоў, а чалавек павінен засвоіць яго, каб стаць на ўзровень культуры свайго часу, за нейкія 15—20. А каб уступіць у разнастайныя адносіны з людзьмі, яму гэты вопыт або хаця б асновы яго трэба засвоіць яшчэ раней — у пяць — сем гадоў! Якую б разнастайнасць жыцця і дзейнасці ні давала дзіцяці сям'я, якімі б развітымі ні былі сувязі дзіцяці з людзьмі і навакольным светам, усё роўна вузкі будзе гэты свет і бедны будзе гэты вопыт без суаднясення яго з маральным вопытам чалавека, з усім тым багаццем, якое назапасіла яно за сваю шматвяковую гісторыю. Але як параўнаць свой асабісты вопыт з тым, што ўжо было, што ёсць і павінна быць, што будзе? Вось для гэтага, па-мойму, і неабходна мастацтва, якое ўзбройвае чалавека тым, што не спасцігнеш простым вопытам жыцця. Яно як праметэеў агонь, які пакаленні людзей перадаюць адно аднаму з надзеяй данесці яго да сэрца і розуму кожнага, каму пашчасціла нарадзіцца чалавекам. Данесці, каб кожны стаў чалавекам.

Б. П.: Думаю, не трэба перавялічваць ролю мастацтва. Чалавека робяць абставіны, характар яго дзейнасці, умовы яго жыцця. Мастацтву сярод гэтых умоў таксама ёсць месца, але, па-першае, не галоўнае, а па-другое, не самастойнае: яно само, як вядома, неаднароднае і падпарадкавана інтарэсам розных класаў і

праслоек грамадства. Так што прыгожыя словы аб пра-метэевым агні, я думаю, нават у вобразным плане не адпавядаюць сапраўднасці. Вядома, мастацтва шмат чаму вучыць, дае веды пра свет, пра чалавека, пра адносіны паміж людзьмі, але, каб перарабляць людзей, рабіць нованароджанага чалавекам, — гэта яму не пад сілу.

Л. А.: Гэта наша старая спрэчка, у якую аднойчы ўнёс свой уклад і семнаццацігадовы сын. Звычайна на пытанне: «Для чаго чалавеку трэба навучыцца чытаць у тры гады?» — мы адказвалі так: ужо да школы дзіця шмат пра што даведваецца з кніг. Яму робяцца даступнымі геаграфічныя карты і даведачныя выданні, пашыраецца кола яго інтарэсаў, развіваецца яго фантазія, уяўленне. Чытанне робіцца яго патрэбнасцю і задавальненнем. Дзіця робіцца бездакорна пісьменным без засваення граматыкі. Нарэшце, гэта эканомія часу дарослых: яно перастае прыставаць: «Пачытай, пачытай!» Ды і на свае шматлікія чамучкавыя пытанні шукае адказу ў кнігах. А Алёша сказаў тое, да чаго мы, на жаль, самі не дадумаліся, але што з'яўляецца надзвычай важным вынікам ранняга чытання. Вось яго думка (перадаю, вядома, не літаральна, але за сэнс ручаюся): наша мастацкая літаратура, у асаблівасці дзіцячая, надзвычай маральная па сутнасці сваёй. Рана навучыўшыся чытаць і чытаючы куды больш, чым яму чыталі б дарослыя, дзіця непрыкметна для сябе абавязкова набывае маральны эталон, узор для наследавання — яшчэ да таго, як сутыкаецца з некаторымі ценявымі бакамі жыцця, да таго, як пачнуць на яго моцна ўплываць розныя ўмовы, у тым ліку і неспрыяльныя. Тады ён сустракаецца з гэтымі ўмовамі як бы маральна засцярожаны, ужо спакваля засвоіўшы асноўныя ўяўленні аб адносінах паміж людзьмі: пра дабро і зло, пра смеласць і баязлівасць, пра скупасць і шчодрасць і пра шмат што яшчэ.

Б. П.: Атрымліваецца, што ўплыў літаратуры можа быць больш моцным, чым уплыў рэчаіснасці? Нават у тым выпадку, калі яны па напрамку супрацьлеглыя? Нешта не верыцца. Занадта проста было б тады выхоўваць людзей: чытаць казкі і «выхаваўчыя» аповяданні з ранку да вечара — і ўсё ў парадку: забяспечана высокамаральная асоба.

Л. А.: Не трэба іранізаваць наконт гэтых казак і

апавяданняў. Уплыў іх на фарміраванне асобы дзіцяці вельмі вялікі.

У бібліятэцы, дзе я працую, і ў нас сярод гасцей я ў сваім жыцці сустрэла толькі чатырох падлеткаў, якія не чыталі і не любілі казак. Ці было гэта супадзеннем, не ведаю, але яны былі падобныя адзін на аднаго сваёй безапеляцыйнасцю, рацыяналістычнасцю, адсутнасцю жывой цікаўнасці і нават пачуцця гумару. Двое з іх былі вельмі развітыя, але з імі было цяжка гаварыць, цяжка ладзіць. Уражанне ад іх апісаць цяжка; можа, я штосьці перабольшваю або гавару недакладна, але вельмі выразна памятаю: мне кожнага было шкада, таму што яны былі пазбаўлены нейкай унутранай добразычлівасці, неабходнай для наладжвання кантактаў з людзьмі. Адзін з іх рабіў цяжкае ўражанне дзіўнага, нават хворага чалавека, хаця быў абсалютна здаровы і на маё пытанне: «Як ты вучыся?» — паблажліва адказаў: «На пяць, зразумела». «А чаму ты чытаеш фантастыку?» — спытала я, запісваючы выбраныя ім кнігі. Ён скрывіў вусны: «Не ўсякую. Грына, напрыклад, не люблю. Якая гэта фантастыка — выдумка ўсё гэта. Фантастыка — гэта навуковае прадбачанне, тое, што сапраўды будзе, а што Грын — прыгожая няпраўда, вось і ўсё». Ён глядзеў на мяне халаднаватымі іранічнымі вачамі, упэўнены ў правільнасці ўласнай думкі. Мне не было чаго сказаць яму: якімі словамі магла я да яго дастукацца, калі гэтага не змагла зрабіць найярчэйшая чалавечнасць і дабрата Грына? Як жа гэты «мысліцель» будзе разумець людзей, як жыць з імі?

Ці вінавата тут нелюбоў да казак? Думаю, так. Для чаго створана гэта найвялікшае вынаходства чалавека — казкі? Напэўна, перш за ўсё для таго, каб перадаць новым пакаленням ужо ў дзяцінстве, самым далікатным, самым успрымлівым узросце, асноўныя маральныя паняцці і пачуцці, выпрацаваныя вопытам стагоддзяў, перадаць не ў выглядзе голай маралі і пропаведзі, а ў празрыста яснай па сэнсу, чароўнай і забаўнай па форме казцы, з дапамогай якой дзецям падносяцца веды аб складанай і супярэчлівай рэчаіснасці.

У нас у сям'і ўсе вельмі любяць казкі. Чытаем іх па некалькі разоў, асабліва любімыя, і ўголас, і кожны сам сабе, і гуляем у казачных герояў, і глядзім казкі

па тэлевізару. Якая ж гэта асалода — бачыць, як нават самыя маленькія суперажываюць, спачуваюць героям або гневаюцца, абураюцца падкопамі іх ворагаў — вучацца разумець, што да чаго.

Глядзім і чытаем мы, вядома, не толькі казкі. Мноства дзіцячых і дарослых кніг перачыталі мы ўголас, то расцягваючы задавальненне на некалькі вечароў, то не адрываючыся гадзіны тры-чатыры запар, чытаючы ўсё ад пачатку да канца. Так мы, напрыклад, чыталі «Вясеннія пярэваратні» У. Цендракова, «Не страляйце ў белых лебедзяў» Б. Васільева — іх нельга было разрываць на часткі, ніяк нельга! Слухаюць звычайна ўсе, нават старэйшыя, хаця змест для іх можа быць даўно вядомы.

Я неяк не вытрымала (самой цікава стала) і спытала:

— Вы ж ужо чыталі, а чаму слухаеце?

— А ведаеш, мама, калі чытаеш сабе сам, атрымліваецца так хутка, што не паспяваеш уявіць дэталі. Зліваецца ўсё, як пры яздзе на вялікай хуткасці. А ўголас ты чытаеш павольна, і ўсё раптам набывае фарбы і гукі, ажывае ва ўяўленні — паспяваеш і разгледзець і паразважаць.

— Пешаходам, выходзіць, лепей быць? — засмяялася я, здзіўленая і абрадаваная нечаканым адкрыццём сына.

Мы не праводзім пасля чытання ніякіх «гутарак наконт». Я зусім не магу задаваць пытанні дзецям з якой-небудзь выхаваўча-дыдактычнай мэтай — баюся разбурыць цэласнасць уражанняў і пачуццяў. Адзінае, на што я адважваюся, дык гэта на якія-небудзь рэплікі па ходу таго, што чытаем, часам проста цяжка ад іх утрымацца.

Б. П.: Быў час, я скептычна ставіўся да казак, да мастацкай літаратуры, да фільмаў, спектакляў — лічыў іх забавай, адпачынкам, увогуле, справай не надта сур'ёзнай. Здараецца таксама, і зараз не без прыкрасці кідаю якую-небудзь справу і іду па запрашэнню дзяцей або мамы — паглядзець што-небудзь па тэлевізару. А потым гавару: «Дзякуй». Сапраўды, вельмі гэта патрэбна — пасядзець блізенька з малышамі, прыціснуцца адно да аднаго, калі страшна; выцерці слёзы адной хусткай, калі горка; скакаць і рагатаць, абнімаючыся, калі радасна і добра.

— **Л. А.:** Такое вось суперажыванне і ёсць адзін з самых надзейных спосабаў арыентацыі дзяцей у складаным свеце чалавечых пачуццяў: чаму радавацца, калі абурацца, каго шкадаваць, кім захапляцца — бо іменна гэтаму вучацца яны ў нас, калі мы разам чытаем, разам глядзім, разам слухаем што-небудзь. Заадно і ўласныя погляды і пачуцці правяраеш — ці не застарэлі яны? Ці не заржавелі? Значыць, і нам, дарослым, гэта патрэбна.

І вельмі важна яшчэ адно. Я сама гэта зразумела па-сапраўднаму, калі пачала чытаць дзецям кнігі Носава, Драгунскага, Алексіна, Дубава... Яны лічацца кнігамі для дзяцей. Для мяне было адкрыццём, што гэтыя кнігі перш за ўсё для нас, бацькоў! І для ўсіх, хто мае хоць якое-небудзь дачыненне да дзяцей. Я цяпер не магу ўявіць сабе, як я зразумела б сваіх дзяцей, не ведаючы кнігі Януша Корчака «Калі я зноў зраблюся маленькім», або аповесці Рычы Дасцяна «Трывога», прысвечанай людзям, якія забыліся пра сваё дзяцінства, або «Уцекача» Дубава, або «Сярожу» Пановай, або цудоўных кнігі пра дзяцінства Л. Талстога, Гарына-Міхайлоўскага, Аксакава. Пісьменнікі нібыта спрабуюць дастукацца да нашай дарослай свядомасці і сэрца: глядзіце, слухайце, зразумейце, ацаніце, любіце Дзяцінства! І дапамагаюць нам зразумець дзяцей, а дзецям зразумець дарослых. Вось таму я і чытаю тое, што чытаюць мае дзеці, магу адкласці ўсе справы ўбок і прачытаць кнігу, якую сын чытае трэці раз запар.

Цяпер пра тэлевізар. Ён можа зрабіцца сапраўдным бедствам, калі заменіць усё: кнігі, заняткі, прагулкі, сямейныя святы, сустрэчы з сябрамі, гульні, гутаркі — карацей, заменіць само жыццё. І ён жа можа быць памочнікам і сябрам, калі выкарыстоўваць яго па прызначэнню: як інфарматара, як спосаб сустрэчы з цікавымі людзьмі, як чарадзея, які, эканомячы наш час, дастаўляе нам лепшыя творы мастацтва проста дадому. Трэба толькі ведаць, што ў гэтага чарадзея ёсць адзін недахоп: паколькі ён абавязаны задаволіць мільёны кліентаў з самымі рознымі густамі і патрэбнасцямі (а экран жа адзін!), ён працуе без перадышкі адразу ў чатырох асобах (гэта значыць па чатырох праграмах) для ўсіх разам: разбірайцеся самі, каму што трэба. І застаецца толькі вызначыць, што іменна нам трэба. Для гэтага і існуюць праграмы. Мы загадзя адзначаем,

што хацелася б паглядзець: тры-чатыры перадачы ў тыдзень, а часам адну-дзве, здараецца — ніводнай. І ўсё. І ніякіх праблем.

Думаю, праблемы тут зноў жа ствараем мы самі, дарослыя, калі наладжваем, напрыклад, «глядзенне» ўсяго падрад. Бо гэта ж азначае: доўгае сядзенне, занадта многа ўражанняў, ператамленне, і для дзяцей у першую чаргу. І ўсё-такі гэта, па-мойму, не самы горшы варыянт. Страшней нявыключаны ўвесь дзень тэлевізар. Глядзяць яго ці не глядзяць, не мае значэння: ён уключаны, і дыктар можа ўсміхацца і гаварыць колькі хоча — нікому, і артыст можа плакаць і заклікаць да пачуццяў і розуму... пустога крэсла.

Мне заўсёды бывае сумна бачыць дзіця, якое з тупым выглядам круціць ручку настройкі і глядзіць абыякава на ўсё, што там, на экране, мільгае. Гэта недарэчна, бесчалавечна! Справа не ў тым, што гэта толькі скрынка, экран, — бо на экране тое, што людзі рабілі для людзей, імкнучыся сказаць, перадаць, данесці ім нешта. Калі дзіця плача, перажываючы няшчасце драўлянай лялькі, — гэта нармальна. А калі дзіця абыякава слізгае поглядам па скажоным ад болю твары жывога чалавека, тут адбываецца забойства чагосьці чалавечага ў чалавеку.

Б. П.: Можа, гэта ўжо занадта — забойства? Дзіця ж разумее, што гэта артыст, а што папраўдзе...

Л. А.: Давядзецца нагадаць адзін сумны эпізод. Наш добры знаёмы, між іншым, разумны і быццам бы мілы чалавек, вырашыў суцешыць дзяўчатак, якія горка плакалі з-за таго, што Герасіму давялося ўтапіць Муму.

— Навошта? Ну навошта ён гэта зрабіў, мамачка? — у адчаі шаптала мне трохгадовая дачушка, заліваючыся слязьмі і баючыся глядзець на экран.

І раптам спакойны, з усмешкай, голас:

— Ну што ты, дзівачка, гэта ж ён не папраўдзе яе топіць, гэта ж артысты. Знялі кіно, а потым выцягнулі. Пэўна, дзе-небудзь жывы да гэтага часу бегае...

— Так? — здзівілася дзяўчынка і з цікаўнасцю ўтаропілася ў экран. Я проста захліпнула ад абурэння — слоў не было, а было агіднае пачуццё, быццам пры табе зрабілі подласць, а ты не запрацівілася гэтаму. Ды так яно і было, па сутнасці, хаця, здаецца, наш знаёмы так і не зразумеў, што ён такое асаблівае сказаў. Бо

добра жадаў, а апрача таго, сказаў, па сутнасці, праўду...

А была гэта хлусня, а не праўда! Хлусня, таму што сапраўды Муму быў утоплены, таму што несправядлівасць і жорсткасць існуюць у рэальным жыцці і іх трэба ненавідзець. Вядома, лепш гэтаму вучыцца ў рэальным жыцці. Не толькі перажываць, гледзячы на экран, а змагацца з сапраўднай несправядлівасцю, калі яе напаткаеш. Правільна, але, для таго каб змагацца супраць хлусні, несправядлівасці, подласці, агіды, трэба ж навучыцца бачыць іх, адрозніваць пад любым абліччам. Іменна гэтаму і вучыць мастацтва, вучыць цягнуцца да высокага, светлага, якія б дзіўныя і непрывычныя формы яно ні прымала, вучыць супраціўляцца ўсяму бесчалавечнаму, у якія б маскі яно ні ўбіралася. Трэба толькі разумець яго мову і адрозніваць сапраўднае мастацтва ад уяўнага, але гэтаму якраз і трэба вучыцца з маленьства на лепшых узорах сусветнай і нашай, савецкай культуры.

З сумам усведамляю, што мы ўпусцілі тут шмат чаго: нашы дзеці амаль не ведаюць гісторыі жывапісу, музыкі, не гавораць ўжо аб скульптуры і архітэктуры. Яны рэдка бывалі ў тэатры, нават у кіно мы ходзім з імі нячаста. Наўрад ці яны назавуць многіх праслаўленых кампазітараў, мастакоў, архітэктараў, успомняць іх творы. І адбылося гэта не таму, што мы не хацелі даць гэтыя веды дзецям, — проста не хапіла нас на гэта, на велізарны мой жал. Але ёсць у мяне адна суцяшальная думка, ёю я хачу хоць трохі апраўдацца. Яна заключаецца вось у чым. Што важней: пазнаваць на слых, каму належыць тая ці іншая мелодыя, або адчуваць гэту мелодыю сэрцам, адгукацца на яе ўсёй істотай? Што лепей: ведаць усе да адной карціны Рафаэля або замерці ў глыбокім пачуцці нават перад простаў рэпрадукцыяй «Сіксцінскай мадонны», упершыню яе ўбачыўшы? Напэўна, добра, каб было і тое і другое. Зразумела, не ведаючы, калі, хто і з якой мэтай напісаў твор, не спасцігнеш яго глыбіні, не перажывеш яго па-сапраўднаму. І ўсё-такі ад ведання залежыць не ўсё, далёка не ўсё! Калі я бачу дзяцей, якія з нуднымі тварамі спяваюць у хоры або неяк абыякава выконваюць складаныя п'есы на раялі, мне робіцца няёмка: навошта гэта? Навошта ўменне, калі душа маўчыць? Музыка ж — гэта калі чалавек чалавеку без слоў гаворыць

пра самае складанае і самае асабістае. А тут ніякіх перажыванняў. Не, няхай лепш будзе наадварот: не быць знаўцам, але ўмець адчуваць.

Мы часта любім з дзеткамі слухаць цішыню ночы, можам спыніцца і глядзець на непаўторныя чароўныя пералівы фарбаў захаду сонца або на цуд сапраўдны — шэранню пакрыты сад або заміраем у цёмным пакоі ля піяніна, слухаючы зусім простую мелодыю, якую іграе Анечка так пранікнёна і пяшчотна...

Па-мойму, усё гэта таксама далучэнне да мастацтва.

Б. П.: І ўсё ж я стаю на тым, што чалавек сам павінен дзейнічаць, спрабаваць, тварыць, а не проста за-свойваць тое, што зрабіў нехта. Нават у галіне мастацтва. Мне здаецца важным, што ў нашых дамашніх канцэртах, спектаклях дзеці самі робяць дэкарацыі, складаюць вершы, нават пішуць п'есы і песні. Хіба гэта таксама не далучэнне да мастацтва?

НАШЫ СЯМЕЙНЫЯ СВЯТЫ

Л. А.: Святы ў нас бываюць, як мне часам здаецца, нават залішне часта, таму да ўсенародных свят, якія мы вельмі любім і заўсёды адзначаем у сям'і, далучаюцца яшчэ ўнутрысямейныя ўрачыстасці. Часам, стаімішыся ад чарговых пірагоў і піражкоў, якіх трэба напачы кожны раз чалавек на пятнаццаць — дваццаць, я жартам напываю: «К сожаленью, день рожденья десять раз в году!» Есць, праўда, і адзінаццаты, хаця ён хутчэй першы. Гэта дзень нараджэння нашай сям'і — не дзень нашага вяселля, а дзень нашай сустрэчы, таму што галоўнае ўсё-такі сустрэцца і не прайсці міма. І да гэтага дня мы купляем яблыкі і пірожныя і кожнае дзелім папалам, як калісьці, шмат гадоў назад, у першы дзень нашага спаткання. Гэта цяпер адна з нашых традыцый. Іх у нас не вельмі многа, але яны дарагія нам і жывуць доўгі час.

Як жа праходзяць нашы сямейныя ўрачыстасці? Часам дзеці рыхтуюць запрашальныя білеты, часцей абыходзімся запрашэннямі вуснымі: «Калі ласка, на наша свята!» Здоўга да вечара дом напаўняецца шумам і мітуснёй. Зверху, з мансарды, чуюцца віск і выбухі рогату — там ідзе прымерка касцюмаў і апошняя рэпетыцыя, часам, праўда, яна ж і першая: у артыстаў не заўсёды хапае цярплівасці на некалькі рэпетыцый,

яны аддаюць перавагу экспромту. Атрымліваецца сюрпрыз не толькі для публікі, але і для сябе. Унізе, на кухні, дым каромыслам (часам літаральна) — тут заняты прыгатаваннем пажытку ўжо не духоўнага, а самага што ні на ёсць матэрыяльнага. І таму тут, як правіла, не да смеху, інакш што-небудзь згарыць, збяжыць, апарыць. Я ледзьве трымаюся на нагах ад спякоты, мітусні, шуму і перажыванняў.

Здаецца, усё гатова, можна ўжо збіраць на стол і клікаць гасцей. Гэта зрабяць і дзяўчаткі, а я пакуль адпачну і адкажу на пытанне, якое нам часам задаюць: «І навошта вы важаецеся з пірагамі, цестам, часу вам не шкада, ці што? Купілі б торт ці гатовае што-небудзь, і ніякіх турбот». Што на гэта сказаць? Правільна: турбот ніякіх, але ж і радасці куды меней! Колькі задавальнення ўсім ад аднаго толькі паху цеста. І кожнаму можна памацаць, мяць яго ў далоньках — якое яно далікатнае, падатлівае, цёплае, нібыта жывое! І можна самім вылепіць з яго што хочаш, і аздобіць як уздумаецца, і зрабіць сапраўдны вясёлы пірог, і асцярожна выняць яго з печкі, і аднесці ў падарунак бабулям, і горда сказаць: «Гэта я сам зрабіў!» Як пражыць без гэтага?

А вось і канцэрт гатоў, артысты ўжо ў касцюмах, глядачы ўсаджваюцца на крэслах перад «заслонай», якая аддзяляе «сцэну» ад «глядзельнай залы».

Усе нумары рыхтуюць самі дзеці, яны складаюць праграму вечара, выбіраюць канферансье, хлопчыкі рыхтуюць светлавая і, зразумела, шумавыя эфекты. «Заслона» рассоўваецца не проста так, а з дапамогай хітрамудрай канструкцыі. Але любоў да экспромтаў падводзіць, і без падрыхтоўкі атрымліваецца:

— Хутчэй, хутчэй — ужо табе трэба!

— Я не магу — забыўся.

— Ну ты ідзі.

— Не, ты!

— Цішэй... ціха! — На сцэну выпіхваюць расчырванелага «канферансье» і:

— Мы працягваем наш канцэрт...

У праграме: вершы і песні (у тым ліку і ўласная творчасць), п'есы (толькі ўласная творчасць), музыка (піяніна), яшчэ музыка (балалайка), акрабатычныя нумары, танцы, пантаміма, клаунада, фокусы... У не-

каторых нумарах спалучаюцца ледзь не ўсе жанры разам.

Нярэдка «публіка» прымае ўдзел у выступленнях, «артысты» ператвараюцца ў глядачоў. Смех, апладысменты — гэта ўсё сапраўднае. А галоўнае — сапраўднае хваляванне перад выступленнем, і старанне зрабіць як мага лепш, і радасць за другога, калі ўсё атрымалася хораша, — вось гэта галоўнае.

Пасля такога бурнага пачатку і застолле атрымаецца бурным і вясёлым. Усе чокаюцца і па чарзе абвешчаюць тосты або віншаванні віноўніку ўрачыстасці, і п'юць з вялікіх шклянак — колькі хочаш! — ліманад. Так, дзеці разам з дарослымі за сталом, і замест разнаквецця вінных бутэлек на сталае ліманад, вінаградны сок або морс уласнага вырабу. Мы так нават Новы год сустракаем. І сумна нам не бывае. Галоўнае — чокнуцца, і паглядзець адно аднаму ў вочы, і сказаць самыя добрыя словы на свеце...

Б. П.: Нам не вераць, калі мы расказваем, што ў нас месяцамі і нават, здараецца, гадамі стаяць нераскаркаваныя бутэлькі з віном, прывезеныя кім-небудзь з гасцей, якія ўпершыню трапілі ў наш дом. І не таму, што ў нас сухі закон або чыясцьці забарона. Проста не трэба яно нам, гэта бутэлечнае шчасце, не трэба, і ўсё. Гэтак жа, як і папяросы, дарэчы. І ў нашых хлапчукоў-падлеткаў адносіны да гэтых атрыбутаў уяўнай мужнасці акрэсленыя: ні цікаўнасці, ні цягі, але дастаткова ўсвядомленая агіда.

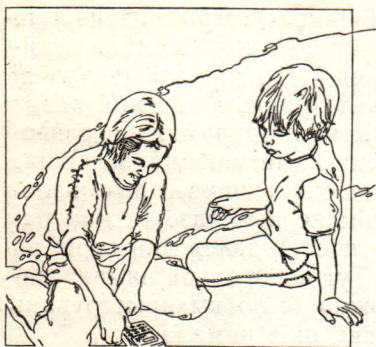
Л. А.: На наш погляд, гэта проста нармальна. Бо не заражае ж сам сябе чалавек сухотамі, ракам або чым-небудзь падобным. Ненармальна іншае: ведаць, што атрута, хвароба, і ўсё-такі ў сябе яе сілком упіхваць, упіхваць да таго часу, пакуль яна там, усярэдзіне, не ўчэпіцца ва ўсе вантробы і не зробіць з чалавека гніляка.

Думаю, самы час ад гэтай горкай тэмы вярнуцца да нашага свята, тым больш што на тым баку стала, дзе сядзяць пад камандаваннем дзяўчатак усе малышы, стала нешта падазрона ціха. І кагосьці ўжо не хапае. І нейкія дзіўныя пераглядванні, і шэпт, і шамаценне пад сталом. Што такое? А-а-а, падарункі — зараз будуць падносіць імянінніку падарункі. Хто можа, купляе што-небудзь (але не як-небудзь!), хто не можа, робіць падарунак сам.

Б. П.: І тут у нас ёсць свае традыцыі. Бо як у дні нараджэння звычайна бывае: усе падарункі, уся ўвага — нованароджанаму, а маці, галоўнай віноўніцы ўрачыстасці, выпадаюць у гэты дзень адны турботы. Мы вырашылі, што гэта несправядліва, і наш імяніннік у свой дзень нараджэння сам падносіць маме падарунак. Так павялося ў нас ужо даўно, з таго самага часу, як першы сын здолеў падараваць штосьці зробленае ім самім.

Канчаецца наша свята на ганачку, часам з феерверкамі і бенгальскімі агнямі. Мы праводзім гасцей і крычым хорам з парожка:

— Да па-ба-чэн-ня!



Жалеза ржавеє, не знаходзячы сабе ўжытку, стаячая вада гніе... а розум чалавека — марнее.

Леанарда да Вінчы

КАВАРСТВА КАМФОРТУ

Сваю думку аб прынцыпова новых метадах выхавання дзяцей выказвае ў гутарцы з журналістам А. Францанам загадчык лабараторыі ўзроставай фізіялогіі і паталогіі Навукова-даследчага інстытута агульнай паталогіі і патафізіялогіі Акадэміі медыцынскіх навук СССР, доктар медыцынскіх навук, прафесар Ілья Аркадзевіч Аршаўскі, які на працягу многіх гадоў назірае сям'ю Нікіціных.

— Ілья Аркадзевіч, шмат каго з чытачоў бянтэжаць дваістыя адносіны прэсы да сістэмы Нікіціных. Сапраўды, з аднаго боку, журналісты нібыта прапагандуюць, а з другога — пры кожным зручным выпадку перасцерагаюць ад таго, каб бацькі неадкладна выкарыстоўвалі атрыманую інфармацыю як настаўленне для дзеяння. Што вы пра гэта думаеце?

— Прэса, безумоўна, дзейнічае правільна. Сістэма прагрэсіўная, у яе вялікая будучыня, таму яна заслугоўвае ўсялякай увагі, як навукавай, так і грамадскай. І ў той жа час нельга ні на мінуту забываць, што гэта пошук не толькі спакуслівы, але і небяспечны.

У гісторыі навукі было нямала выпадкаў, калі даследчыкі ставілі рызыкоўныя доследы на сабе. Гэта патрабавала гатоўнасці да самаахвяравання, вялікай мужнасці. Пэўна, эксперымент на сваіх дзецях патрабуе значна большай мужнасці. Тым больш што на пачатку эксперыменту педагогі Нікіціны не мелі непасрэднага дачынення да навукі, яшчэ не многа гадоў, як Барыс Паўлавіч стаў супрацоўнікам Навукова-даследчага інстытута працоўнага навучання і прафесійнай арыентацыі.

На гонар мужа і жонкі Нікіціных, трэба сказаць, што ім уласцівы надзвычайная адказнасць, вострая назіральнасць і тонкая інтуіцыя. Гэтыя якасці дазвалялі і дазваляюць ім знаходзіць дакладныя рашэнні нават там, дзе вучоныя-спецыялісты бездапаможна разводзяць рукамі (або з прыкрасцю адмахваюцца, што яшчэ горш). Але гэта ж акалічнасць азначае, што валоданне сістэмай у цяперашнім яе выглядзе можна параўнаць з мастацтвам, дзе поспех залежыць перш за ўсё ад таленту выканаўцы. Тут яшчэ трэба нямала працаваць, каб сістэму можна было выкарыстоўваць шырока, каб ухіліць сумненні, якіх нямала.

Але галоўнае ўжо ясна — аснова тут правільная, навуковая.

— Многія лічаць, што не толькі сама сістэма Нікіціных асаблівая, але і дзеці, для якіх можна яе выкарыстаць, таксама павінны быць асаблівыя. Калі гэта сапраўды так, то вартасць яе значна зніжаецца.

— Гэта не так. Асаблівую вартасць яна мае не для выключных дзяцей і нават не для звычайных, а для неспаспяховых.

— Але ж сістэма Нікіціных вызначаецца перш за ўсё павышанымі нагрузкамі. Як жа вытрымае іх аслаблены арганізм?

— А вы ўспомніце, з-за чаго ўсё гэта пачалося ў Нікіціных. Іх падштурхнула да эксперыментавання суровая неабходнасць. Сын-першынец хварэў на люты дыятэз. Чаго толькі не рабілі бацькі, да якіх толькі ўрачоў не звярталіся! І вось Лена Аляксееўна ў пошуках выратоўчага сродку пачала выходзіць з немаўлём у халодны тамбур каля ўваходных дзвярэй. І — о цуд! — дзіця перастае плакаць, яму зрабілася прыкметна лепш.

Гэты эпізод, які паклаў пачатак шматгадовым эксперыментам у сям'і-лабараторыі, можа быць успрыняты як выпадковасць. Але і ў наступных дзяцей Нікіціных былі такія ж схільнасці, якія ўдалося ўстраніць.

— І ўсё-такі гэта не надта зразумела...

— Справа ў тым, што сістэма Нікіціных — толькі частка больш агульнай і складанай праблемы. Каб зразумець яе, трэба акунуцца ў фізіялогію, а гэта адвядзе нас да пары ад самой сістэмы Нікіціных. Прычым давядзецца пазнаёміцца не толькі з ужо відавочным,

але і са спрэчным, з тым, што яшчэ не ўстаялася. Згодны?

— Думаю, чытачы будуць «за». Бо вельмі ж цікава даведацца пра навуковую падаплёку сістэмы Нікіціных.

— Цяпер усё больш гавораць пра спадчынныя захворванні. На адной з сесій Акадэміі медыцынскіх навук СССР была названа лічба: 1500 такіх хвароб! Адзінае кардынальнае вырашэнне гэтай праблемы — генная інжынерыя, да якой нават падступаў пакуль не відаць.

Але, думаецца, значэнне спадчынных захворванняў, якія, безумоўна, маюць месца, моцна перавялічваецца. Ствараецца ўражанне, што пасля перыяду непрызнання генетыкі маятнік хістануўся ў другі бок. Да яе адносяць многае з таго, што незразумела. Вось і атрымліваецца, што вырашэнне шэрага праблем адкладваецца на заўтрашні дзень, тады як зрабіць гэта можна яшчэ сёння. Да хвароб гэта мае самыя непасрэдня адносіны. Бяруся сцвярджаць, што шмат якія так званыя спадчынныя хваробы маюць зусім іншую прычыну.

Узнікаюць яны не з-за паломкі генаў, а з-за няправільнага праходжання цяжарнасці, што перашкаджае рэалізаваць спадчынную праграму. У выніку паспяховыя ў спадчынных адносінах бацькі даюць непаспяховых дзяцей. Пры гэтым узнікаюць не сапраўдныя мутацыі — змены ў генах, якія перадаюцца ў спадчыну, а фенакопіі іх — змены, якія існуюць толькі ў адным пакаленні (хаця ў далейшым яны таксама могуць зрабіцца спадчыннымі, калі непаспяховыя ўздзеянні будуць паўтарацца).

— Гэта пацвярджаецца вынікамі даследаванняў?

— Так, больш чым 40-гадовым вопытам работы нашай лабараторыі. Прычым я маю на ўвазе не толькі працяглыя назіранні за цяжарнымі жанчынамі, але і эксперыментальна выкліканыя парушэнні ў жывёлін, зразумела.

Вось вам прыклад. Пара трусой генетычна добра вывучана і дае добрае патомства. У трусіхі выклікаецца так званы эксперыментальны неўроз шумам, токам пад металічнай падлогай і да т. п. Калі гэта адбываецца ў пачатку цяжарнасці, узнікаюць розныя выродлівасці: заечая губа, воўчая зяпа, дэфекты канечнасцей, адсутнасць часткі або ўсяго мозга... Неспрыяльныя

ўздзеянні ў больш позні перыяд, калі фарміраванне органаў у асноўным завершана, даюць фізіялагічна няспелыя, аслабленыя арганізмы.

Фізіялагічна спелы не толькі не загіне, але і не захварэ! А фізіялагічна аслабленага чакаюць усялякія напасці. Калі яны і абмінуць яго ў дзяцінстве, што здараецца рэдка, то абавязкова дадуць аб сабе знаць пазней. Вынікі нашых даследаванняў гавораць, што праблема № 1 не рак і сардэчна-сасудзістыя захворванні самі па сабе, а фізіялагічная няспеласць, якая з'яўляецца асноўным пастаўшчыком як гэтых, так і іншых хвароб.

— Гэта можа быць справядліва толькі ў адным выпадку: калі аслабленых нараджаецца многа.

— На жаль, так яно і ёсць. Іх нараджаецца ўсё больш і больш.

— Але чаму гэта ў той час, калі ўмовы жыцця і медыцынскае абслугоўванне робяцца ўсё лепшымі?

— Прычына ўсё ў тым жа стрэсе, пра які так многа зараз гавораць. Толькі звычайна маюць на ўвазе шкоду, якую ён прычыняе дарослым людзям, тады як значна большая небяспека пагражае найбольш слабаму звяну жыцця — той істоце, якая толькі зараджаецца.

Стрэсавых фактараў, здольных нашкодзіць будучаму дзіцяці, многа. Да таго ж фізіялагічна няспелы арганізм, дасягнуўшы палавой спеласці, сам робіцца своеасаблівым стрэсавым фактарам і можа пакінуць пасля сябе толькі фізіялагічна няспелы арганізм. Заганны круг, кожны віток якога павялічвае неспрыяльныя змены!

Прырода ў такіх выпадках пускае ў ход жорсткую, але дзейсную зброю — натуральны адбор. Сучасная медыцына адвядла ад чалавецтва гэту страшную зброю. Некаторыя заходнія вучоныя лічаць, што якраз тут і тоіцца карань зла, і прапануюць усё вярнуць на кругі свая. Вядома ж, гэта ад неразумення і бяссілля. Але і не бачыць тут ніякай праблемы таксама няправільна.

Раз мы ўжо забралі ў прыроды «стырно ўлады», то павінны карыстацца ім надзвычай адказна, сустракаць цяжкасці, якія ўзнікаюць перад людзьмі, у поўным узбраенні. Трэба прызнаць сумленна: навука не была ў поўнай меры гатова да вырашэння праблемы, пра якую будзе гаворка.

У многім гэта тлумачыцца тым, што недастаткова

развітой з'яўлялася фізіялогія цяжарнасці як навука і нават узроставая фізіялогія ў цэлым. Вакуум, які тут узнік, стараюцца запоўніць энтузіясты з ліку акушэраў і педыятраў, але ніхто не можа замяніць тут іменна фізіёлага. На жаль, гэтай праблемай займаецца толькі наша невялікая лабараторыя. Надышоў час рэзка расшырыць фронт работ.

— Але ці не могуць вашы даследаванні ўжо зараз падказаць якое-небудзь выйсце з заганнага круга?

— Некалькі дзесяцігоддзяў назад фізіялагічна няспелых арганізмаў нараджалася не больш як 15—20 працэнтаў. Гэта азначае, што іх параўнаўча нямнога сярод тых маладых людзей, якія зараз самі робяцца бацькамі. Яны здольны зменшыць працэнт аслабленых нованароджаных. З гэтага і варта пачынаць. Рашаць гэту задачу неабходна будзе не толькі вучоным і ўрачам, але і самім маладым людзям.

Галоўнае — неабходна значна больш адказна ставіцца да гігіены мацярынскага арганізма. Клапаціцца аб будучай маці пасля таго, як цяжарнасць зрабілася прыкметнай, позна. Пачынаць трэба значна раней. Як я гаварыў, асабліва ўразлівыя пачатковыя стадыі цяжарнасці, калі плод толькі фарміруецца. Увогуле, адпачынак быў бы патрэбен у гэты час — іншая справа, што фізічна жанчыне цяжэй працаваць у другую палову цяжарнасці. У кожным выпадку жанчыну ў гэты перыяд трэба засцерагчы ад канфліктных сітуацый, забяспечыць ёй максімальна спакойныя і здаровыя ўмовы для працы. Гэта, думаецца, няцяжка выканаць, дастаткова толькі жадання членаў калектыву. Зразумела, такія ж адносіны павінны быць і ў сям'і.

Вельмі моцны стрэсавы фактар — палавое жыццё. Прырода стварыла надзейны механізм, які ахоўвае плод: пасля зачацця жаданне блізкасці тармозіцца. У людзей ён, на жаль, разладжаны. Таму даводзіцца разлічваць на свядомасць. Я лічу, што палавое жыццё ў час цяжарнасці недапушчальна.

Вельмі шкодзіць і залішняя яда. Уяўленне аб тым, што будучая маці павінна есці за дваіх, апраўдвала сябе толькі тады, калі ежы сапраўды не хапала.

Арганізм, зарадзіўшыся, нібыта ведае пра тое, што «неабходнасць — рухавік прагрэсу». Прырода так паклапацілася, што ён атрымлівае ад маці пажыўныя рэчывы і кісларод строга ў абрэз, таму павінен сама-

стойна здабываць «хлеб надзённы». Рэфлекторна акты-візуюцца шкілетныя мышцы, кроў бяжыць хутчэй, а разам з ёй ежа і кісларод. Нарэшце плод задаволена замірае. Але атрымаў ён значна больш, чым яму патрабавалася проста для падтрымання жыцця! За кошт сваёй працы ён хутка расце. Паўтарэнне цыклаў — гэта рух не па кругу, а па спіралі: за кожным вітком утвараюцца новыя энергетычныя ўзроўні.

А калі пажыўныя рэчывы паступаюць ад маці з лішкам? Тады няма стымулу для развіцця. Замест спіралі атрымліваецца круг. Развіццё або спыняецца, што азначае смерць, або затрымліваецца, што прыводзіць да фізіялагічнай няспеласці. Запомніўся мне выпадак, які адбыўся ў час вайны. У адной палаце ляжалі дзве парадзіхі. Адна харчавалася, як і ўсе ў той цяжкі час. Другой клапаціліся муж хіба што птушынага малака ў дом не прыносіў. І як жа бедавала апошняя жанчына, наракаючы на несправядлівасць лёсу, калі ў яе нарадзілася аслабленае дзіця, а ў суседкі па палаце — здаравяк! Але ж мы з вамі ўжо ведаем, што гэта заканамерна.

Дадам, што падобную з'яву мы выклікалі спецыяльна, у доследах з жывёлінамі. Прычым выкарыстоўвалі як ежу, так і кісларод. Лішак яго тармозіць развіццё, недахоп стымулюе. Ды яшчэ які недахоп! Натуральнае для плода паступленне кіслароду адпавядае ўмовам на вышыні Эверэста — найвялікшай горнай вяршыні на Зямлі. А гэта ж амаль дзевяць кіламетраў! Для дарослага арганізма гэтыя ўмовы згубныя. Альпіністы, якія пакараюць Эверэст, карыстаюцца кіслароднымі апаратамі, а мы перавышалі ў сваіх доследах гэты ўзровень, гэта значыць рабілі долю кіслароду яшчэ меншай. І што ж? Плод адаптуецца і да гэтых умоў!

Зразумела, усяму ёсць мяжа. Калі перайсці гэту мяжу, плоду проста нечага будзе здабываць, які б актыўны ён ні быў...

З мноства неспрыяльных фактараў хачу назваць яшчэ адзін. Часта лічаць, што таксікозы сведчаць пра неспаспяховае праходжанне цяжарнасці. І вось ужо ў ход ідуць без ведама ўрача розныя лекі, якія прыносяць палёжку. А добра ж вядома, што лекі — гэта палка з двума канцамі. Маці яны сапраўды могуць дапамагчы, а для дзіцяці будуць вельмі моцным стрэсавым фактарам.

Між тым раннія таксікозы — гэта сапраўдны ратунак для нармальнай цяжарнасці, і трывогу павінна выклікаць хутчэй іх адсутнасць. Бо з іх дапамогай з мацярынскага арганізма выдаляюцца згубныя для плода рэчывы і ўсталёўваецца спрыяльнае асяроддзе. Калі ж ахоўныя сілы жанчыны аслаблены, нарастаюць неспрыяльныя змены. А вось познія таксікозы, хаця гэта таксама прыстасавальныя рэакцыі, ужо ненармальныя, асабліва цяжкія іх формы. Значыць, арганізм маці да гэтага часу не справіўся са сваёй задачай.

Яшчэ раз даводзіцца нагадваць пра тое, наколькі важныя веды аб уласным арганізме. І як важна выходзіць яшчэ са школы самыя паважлівыя адносіны да жанчыны, грунтуючыся не на чымсьці абстрактным, а на фізіялагічнай яе ролі.

— Такім чынам, калі прадстаўнікі «фізіялагічна спелага» пакалення будуць выконваць патрабаванні, гэта дазволіць разарваць заганны круг. Але ж сярод іх усё-такі ёсць аслабленыя, у якіх будзе гэткае ж патомства.

— У дзяцінстве можна ў значнай ступені кампенсаваць тое, што ўпушчана ў мацярынскім арганізме. Калі, вядома, дзейнічаць умела. Вось тут вопыт Нікіціных і здольны аказаць неацэнную дапамогу. Зразумела, узяты не «адзін к аднаму», а з карэктывамі — над імі яшчэ трэба будзе папрацаваць.

Вось таму я і гаварыў, што сістэма Нікіціных мае асаблівае значэнне іменна для аслабленых дзяцей. Калі яны навёрстваюць упушчанае, даганяюць сваіх ровеснікаў, эфект асабліва прыкметны. Але важна своечасова пачаць дзейнічаць, інакш можа быць позна. Асноўная заслуга Нікіціных у тым, што яны знайшлі прыёмы, якія можна выкарыстоўваць ад самага нараджэння.

— А як, уласна кажучы, даведацца, фізіялагічна спелае нарадзілася дзіця або не?

— Вы маеце рацыю, гэта важны момант. Бачыце, фізіялагічна няспелы арганізм вонкава можа і не адрознівацца ад нармальнага. Гэта тлумачыць, дарэчы, чаму да нас ніхто не адкрыў з'явы фізіялагічнай няспеласці і чаму яна з такой цяжкасцю заваёўвае прызнанне. Адрозненні тут унутраныя. Яны выкліканы неадпаведнасцю фізіялагічных асаблівасцей дзіцяці яго ўзросту. Даследаванне дыхальнай і сардэчна-сасудзістай сістэм,

мачы і крыві, рэфлексаў з вялікай пэўнасцю паказвае на гэтыя адрозненні.

Вядома ж, браць кожнага нованароджанага на ўсебаковыя даследаванні было б няпроста. Таму наша лабараторыя стварыла даступныя практыкам метады. Яны ўлічваюць частату і перыядычнасць дыхання, частату сардэчных скарачэнняў, мышачны тонус і рухальныя рэфлексы.

Асабліва паказальнымі, нагляднымі з'яўляюцца рэфлексы. Гэта характэрныя вонкавыя праявы фізіялагічных асаблівасцей нованароджанага. Іх вельмі проста могуць назіраць і бацькі. Большасць рэфлексаў звязана з тым, што да паўтара месяца ў малыша як бы згінальная поза, у якой ён пераважна знаходзіцца ў мацярынскім арганізме.

Напрыклад, рэфлекс Рабінзона. Калі ўкласці ў далоні немаўляці па пальцу, яно з такой сілай іх сцісне, што можна нават падняць яго. Гэты рэфлекс памылкова лічаць хапальным. Не, хапанне ў гэты перыяд яшчэ несапраўднае! Характэрным будзе і рэфлекторнае згінанне нажа пры раздражненні падэшвы. Вельмі важны адкрыты намі пятачны рэфлекс. Дастаткова злёгка націснуць на пятачную косць, як немаўля напружваецца, ускідае рукі, на тварыку з'яўляецца грываса плачу, якая нічога агульнага, дарэчы, не мае з сапраўдным плачам. Усё гэта адбываецца толькі з фізіялагічна спелым, у аслабленага рэфлексы выяўлены слаба або зусім адсутнічаюць.

— Такім чынам, мы высветлілі, што вось гэты нованароджаны фізіялагічна няспелы. Што далей?

— Я думаю, што абыдуся без вытлумачэння энергетычнага правіла шкілетных мышцаў, каб не ўдавацца ў падрабязнасці. Цяпер бачу, што не ўдасца. Гэта правіла мы паставілі ў процівагу энергетычнаму правілу паверхні, якое было сфармулявана вядомым нямецкім фізіёлагам Максам Рубнерам і пануе ў навуцы з мінулага стагоддзя па сённяшні дзень.

Паводле Рубнера прырода выдала ўсім млекакормячым аднолькавую энергію на адзінку вагі: 180—190 тысяч кілакалорый на кілаграм. Выкарыстаў свой запас — памірай. А паколькі жывёліны малых памераў неэканомна выдаткуюць энергію (у іх значна больш прыходзіцца паверхні на адзінку масы, а значыць, і цеплаададача большая), то вычэрпваюць яны свой энэрге-

тычны фонд хутчэй. Сапраўды, мыш жыве два з паловай гады, а слон — 80 гадоў.

Мы таксама, пачынаючы свае даследаванні, знаходзіліся ў палоне ў гэтага правіла, якому падпарадкоўвацца «ўсе, ад слана да мышы». А потым звярнулі ўвагу на неадпаведнасці. Напрыклад, трус і заяц аднолькавыя па велічыні і вазе. Значыць, энергетычныя запасы і працягласць жыцця таксама павінны супадаць. Але не! Заяц значна больш актыўны і траціць энергіі больш. Дзіва што, ён жа імчыцца з хуткасцю поезда, ратуючыся ад драпежніка! Атрымліваецца, што заяц хутчэй павінен «з'есці» свой жыццёвы ліміт. Аднак жыве ён у два-тры разы даўжэй за свайго «ашчаднага» сабрата! Яшчэ пара: пацук і вавёрка. Паверхня цела ў іх аднолькавая. Першы жыве два з паловай гады, другая — дванаццаць — пятнаццаць гадоў. І такіх прыкладаў у нас набіралася ўсё болей.

Урэшце мы вывелі іншую заканамернасць: жыццё арганізма, яго рост і развіццё залежаць ад рухальнай актыўнасці, якая дазваляе рэалізаваць спадчынную праграму. Зусім процілеглае таму, што сцвярджаў Рубнер! Бо з яго правіла вынікае, што кожны рух — непазбежнае зло, таму што выдаткуе «жыццёвую скарбонку». Не, ён гэту «скарбонку» папаўняе! Іменна дзякуючы руху арганізм папаўняе не толькі патрачанае, але і стварае запас, зачын для далейшага развіцця.

Пасіўнасць зніжае прыстасавальныя магчымасці арганізма і робіць яго безабаронным перад неспрыяльнымі ўмовамі асяроддзя, перад захворваннямі. Актыўнасць жа выступае як пасрэднік, які ўвязвае генетычную праграму з інфармацыяй звонку. Без гэтага эвалюцыя была б немагчымай. Прырода вельмі даражыць законам актыўнасці і жорстка карае за ўсе парушэнні.

Энергетычнае правіла шкілетных мышцаў пачынае дзейнічаць, як мы ўжо ведаем, яшчэ да нараджэння дзіцяці.

— З плодам быццам бы ўсё ясна. Але вось нованароджаны... Ён дыхае, ссе малако... Значыць, актыўны! Хіба гэтага недастаткова, хіба прынцып актыўнасці не захаваны ўжо? Ці ўсё-такі неабходна штосьці яшчэ?

— Зноў жа спашлюся на нашы доследы. Чатырохпяцідзённыя шчаняты ў дастатковай колькасці атрымліваюць ад маці малако. Некаторым з іх уводзілі рэчыва, якое блакіравала рухальную актыўнасць. І калі

вага астатніх шчанят перавысіла праз месяц кілаграм, то ў гэтых яна засталася ранейшай, на ўзроўні чатырох-пяці дзён! Вынікі такіх доследаў з цяжкасцю ўкладваюцца ў галаве, яны пераварочваюць існуючыя ўяўленні. Але бясстрасная мова фактаў сведчыць: ежа не сама па сабе вызначае рост і развіццё, а толькі ў спалучэнні з мышачнай актыўнасцю. Немаўляці патрэбна работа ўсіх мышцаў.

— Вы пераканалі мяне ў тым, што энергетычнае правіла шкiлетных мышцаў — агульная заканамернасць, дзякуючы якой і дасягаецца максімальная актыўнасць, такая неабходная для аптымальнага развіцця арганізма. Але што «ўключае» яе пасля нараджэння? Магчыма, моцны холад, які павінна адчуць малюсенькая істота, з'явіўшыся на свет?

— Так, новае асяроддзе сустракае тэмпературай удвая меншай, чым была ў маці! Уяўляецца, якая складаная задача ў нованароджанага: самастойна аднавіць страчаныя васемнаццаць градусаў? Бо страта цяпла ў яго ў шмат разоў большая, чым у нас з вамі. Тут Рубнер, безумоўна, мае рацыю. Нованароджаны саграваецца, амаль бесперапынна рухаючы ручкамі і ножкамі. Гэта яму яўна на карысць: ён хутка прыбаўляе ў масе, расце і дужэе.

На жаль, як часта, няправільна разумеючы ўразлівасць, кволасць нованароджанага, імкнуцца забяспечыць яму максімальны камфорт — трымаюць у перагрэтым пакоі ды яшчэ сцягваюць пялёнкамі! І дзеянне механізма, створанага прыродай, парушаецца тым больш, чым мацнейшы «клопат». Прыкладна пры 32—34 градусах мускулатура поўнасцю расслабляецца...

— А якая тэмпература патрэбна?

— Дакладна гэтага пакуль сказаць нельга. Югаслаўскія вучоныя паставілі цікавы дослед. Самкі пацукі, што павінны былі вось-вось нарадзіць, маглі пасяліцца ў ячэйках з любой тэмпературай, але ўсе, як адна, уладкоўваліся там, дзе было 15 градусаў. У самім гняздзе, вядома, цяплей, але паветра, якім дыхалі пацучаняты, іменна такое. Мы атрымалі добрыя вынікі, на пэўны час паніжаючы тэмпературу і да 10 градусаў. Гэта час, пакуль мышцы ў пацучанят яшчэ напружаны. Калі перастарацца, мышцы таксама расслабляюцца і развіццё тарможыцца. Між іншым,

пацукі лічацца зручнай мадэллю для вывучэння чалавека.

З поўнай упэўненасцю ў сваёй слушнасці мы ненадоўга ставілі на жывот дзіцяці шклянку вады з лёдам каля 5 градусаў. Тэмпература цела не паніжалася, наадварот, павышалася на 0,5—1 градус. Як толькі яна пачынала паніжацца, шклянку здымалі. Гэта вельмі танізавала малыша.

Аднак заклікаю бацькоў не захапляцца. Паўтараю, дакладных рэкамендацый на гэты конт пакуль не існуе. Бясспрэчна, можна гаварыць толькі пра верхнюю мяжу. Яна не павінна перавышаць 20—22 градусаў. 25—26 градусаў у радзільных дамах — кепска.

Добра кароткачасова трымаць нованароджанага (першыя 7—8 дзён яго жыцця) пры тэмпературы не вышэйшай за 18 градусаў аголеным, набіраючы 2,5—3 гадзіны ў суткі. Для фізіялагічна спелых сеансы могуць быць 10—15 мінут, для няспелых — меней. Ва ўсіх выпадках сігналам для спынення працэдуры з'яўляецца зніжэнне рухальнай актыўнасці.

І спаць дзіцяці варта не ў перагрэтым пакоі. Нават зімой можна пакідаць яго на закрытай верандзе ці балконе. Калі, вядома, няма моцнага марозу. У гэтым выпадку карысна фортачку трымаць адчыненай або перыядычна праветрываць памяшканне.

Нагадаю, што з дапамогай такіх працэдур Нікіціным удалося ліквідаваць у сваіх дзяцей дыятэз. Але, паўтараю, важна не перайсці рамкі адаптыўных магчымасцей арганізма. З аслабленым дзіцяткам неабходна абыходзіцца асабліва асцярожна. Тым не менш і для яго гэтыя ўздзеянні настолькі эфектыўныя, што яно ўсё больш і больш наганяе ўпушчанае і павольна, але упэўнена даганяе ў развіцці сваіх равеснікаў.

— Вы непахвальна адазваліся аб сцягванні пялёнкамі. А чым яно благое? Гэты звычай існуе стагоддзямі. Бытуе думка: так дзіцяці спакайней. Яно не будзе непакоіцца, палохацца сваіх ручак, траўміраваць сябе імі. І калі малыш актыўны ў час няспання, бо атрымлівае халаднаватыя паветраныя ванны, і калі спіць на холадзе, але зацягнуты пялёнкамі,— ці супярэчыць гэта вашым думкам? У сне ж яно адпачывае. Якая ўжо тут актыўнасць?

— Справа ў тым, што барацьбы з холадам, якая так палохае многіх бацькоў, яшчэ недастаткова! Са-

праўды, спачатку дзіця спіць амаль увесь час. Дык што ж, дазволіць яму практычна пастаянна лодарнічаць? Прырода не можа гэтага дапусціць! Яна шукае дадатковыя рэзервы.

І вось у дыханне соннага дзіцяці перыядычна ўплятаецца фаза працяглага выдыху. Узнікае дэфіцыт кіслароду — ужо вядомы нам «пускавы механізм» рухальнай актыўнасці. Адбываецца рэфлекторнае падрыгванне. У выніку 50 працэнтаў часу соннае дзіця праводзіць фактычна ў руху. А пялёнкі гэтаму перашкаджаюць! Поўнасьцю ўстараніць рухальную актыўнасць яны, на шчасце, не могуць. Але вельмі яе абмяжоўваюць. І тым больш, чым тужэй зацягнуты.

У нашай лабараторыі створана спецыяльнае адзенне для нованароджаных: тыпу распашонкі, рукавы зашыты. У ім яны ў поўнай бяспецы і ў той жа час абсалютна свабодныя, таму захоўваюць натуральную для іх рухальную актыўнасць.

— Лена Аляксеўна Нікіціна сцвярджае, што пазбавіцца ад дыятэзу ў апошняга, сёмага дзіцяці ўдалося яшчэ ў раддоме дзякуючы ранняму кармленню грудзмі. Ці сапраўды гэта важна?

— У радзільных дамах нованароджанага прыносяць на першае кармленне ў лепшым выпадку праз суткі, а звычайна праз двое-тroe сутак. Прычына — усё ў тым жа імкненні да камфорту. Даюць адпачыць, прыйсці ў сябе і парадзісе, і дзіцяці. Апрача таго, сцвярджаюць, што малако прыбывае часцей за ўсё на трэція суткі.

Але вось мы звярнулі ўвагу, што ў жывёлін іначай. Яны кормяць літаральна ў першыя хвіліны пасля родаў, і гэта мае велізарнае значэнне. І іх дзіцяняты застрахаваны ад непрыемнасцей, з якімі змірыліся, як з непазбежнымі, педыятры: ад страты ў вазе не меней за 100—200 грамаў, ад так званай «фізіялагічнай жаўтухі», ад павелічэння выдзялення вільгаці, ад загусання крыві і змяншэння змесціва ў ёй бялку...

Далейшыя нашы даследаванні паказалі, што, калі дзіцяці адразу ж не даць грудзей, у жанчыны з'яўляецца малако, інакш яно сапраўды прападае і адновіцца праз тры дні, прычым з цяжкасцю. І ў малыша неспрыяльных змен не ўзнікае. Гэта і не дзіўна, бо першае малако, названае малодзіўным, — надзвычай каштоўны для дзіцяці прадукт. Яно змяшчае ў сабе поўны набор

не толькі пажыўных рэчываў, але і такіх, што павышаюць устойлівасць да інфекцый, супраць якіх нованароджаны сам па сабе безабаронны. Асаблівую патрэбу ў ім маюць фізіялагічна няспелыя. Калі аслабленае дзіця не можа ссаць, трэба сцадзіць малако і даць (не стэрылізуемы, каб не разбурыць актыўныя рэчывы) з соскі.

Дабратворна дзейнічае ранняе кармленне і на жанчыну. Без якіх бы там ні было фармакалагічных сродкаў яе арганізм здольны хутка прыйсці ў норму. У Яззскім раддоме гінула жанчына ад крывацёку. Урачы, ужо адчаяўшыся яе выратаваць, схапіліся за апошнюю «саломінку»: я прапанаваў даць маці пакарміць дзіця. Крывацёк спыніўся! Гэта далёка не адзінкавы прыклад.

І калі б вы бачылі твар маці, толькі што скажоны пакутамі і раптам перайначаны, калі яна адчула дотык губ свайго дзіцяці! Самая непрыгожая жанчына ў гэты момант цудоўная. І робіцца ясна, што гэта і ёсць для яе найлепшы адпачынак. А як змяняюцца адносіны да нежаданага дзіцяці! Колькі будучых нешчаслівых жыццяў здольны выправіцца ў гэта шчаслівае імгненне...

Так, ранняе выкармліванне неабходна і дзіцяці, і маці. Мы лічым, што яно павінна пачацца ў першыя 20—30 мінут пасля нараджэння, у крайнім выпадку не пазней за гадзіну. Вядома, традыцыі, якія даўно склаліся, змяніць не так лёгка. Вось чаму цяпер з'яўляюцца кампрамісныя рэкамендацыі вучоных: карміць праз 16, 12, 6 гадзін... Мы ўпэўнены, што будзе прынята наша рэкамендацыя. У ЗША, напрыклад, яе падхапілі ўжо і шырока выкарыстоўваюць.

— Я зараз заўважыў, што размова ўвесь час ідзе пра першыя дні дзіцяці. А Нікіціны ж казалі нашым чытачам пра вялікі перыяд жыцця сваіх дзяцей...

— Першы тыдзень — крытычны тэрмін. У гэты ж час вырашаецца, ці прыстасуецца малюсенькая істота да зусім новых для сябе ўмоў. У гэты перыяд вызначаецца, ці пазбавіцца дзіця ад фізіялагічнай няспеласці, ці, наадварот, яна ў яго з-за няправільных мер павялічыцца. Іменна таму я ўдзяліў столькі ўвагу першаму тыдню.

— Ну а калі магчымасці ў гэты «вузлавы» тыдзень усё-такі ўпушчаны? Ці можна нешта зрабіць у наступныя перыяды?

— Гэта ў шмат разоў складаней! Але зусім магчыма. Вопыт Нікіціных, а таксама іх паслядоўнікаў — маскоўскіх інжынераў У. і Л. Скрыпалёвых, рэжысёра М. Бурляева і актрысы Н. Бандарчук — таму пацвярджэнне. Усе іх дзеці нарадзіліся з яўнай фізіялагічнай няспеласцю, да таго ж па шэрагу прычын асноўныя меры пачалі прымаць пасля тыднёвага ўзросту. Тым не менш ва ўсіх выпадках удалося дамагчыся выдатных поспехаў.

— Гэта абнадзейвае. Якія ж тут існуюць магчымасці?

— Перш за ўсё па-ранейшаму недапушчальна стрымліваць рухі дзіцяці, туга яго спавіваючы. Рукавы ў адзенні тыпу распашонкі павінны быць зашыты да таго часу, пакуль малых не прывыкне да сваіх рукавоў і не знікне небяспека траўмы.

Вельмі важна, каб кармленне грудзмі працягвалася да года. Я разумею, што не заўсёды гэта ад маці залежыць. Але нярэдка яна па ўласнай ініцыятыве спыняе выкармліванне. Памылковае рашэнне! Нішто не можа замяніць мацярынскае малако.

Прычым карміць дзіця трэба так часта, як яно гэтага папросіць. А спачатку яно прачынаецца, прагаладаўшыся, прыкладна праз кожныя тры гадзіны. Атрымліваецца, што карміць даводзіцца не менш за сем разоў у суткі ды і ноччу таксама! Дзіця не павінна пакутаваць таму, што гэта нязручна для дарослых.

Не траціць свайго значэння холад. Паветраныя ванны трэба рабіць перад кармленнем. Добра, калі будзе 18—16 градусаў, для больш дужага малых можа быць і 14 градусаў.

— Тое ж пытанне: як вызначыць у гэты перыяд стан дзіцяці?

— Вось этапы нармальнага развіцця. Яны могуць быць дастаткова дакладным арыенцірам.

К паўтара месяцам (не пазней!) дзіця набывае здольнасць супрацьстаяць гравітацыі і пачынае расставацца са згінальнай позай. Першай вызваляецца галава. Пачынаецца актыўнае, хаця і нясмелае, спасціжэнне свету, узнікаюць зрокавыя арыенціровачныя рэфлексы.

К тром месяцам упершыню «развязваюцца» ручкі. Крыху пазней ужо і ножкі не супраціўляюцца разгінанню. Паміж трэцім і чацвёртым месяцамі з'яўляецца сапраўднае хапанне, а рэфлекс Рабінзона знікае. Пра-

падае і пятачны рэфлекс. Дзіця пачынае спазнаваць навакольныя прадметы не толькі зрокам, але і хапаючы іх, адчуваючы на дотык і нават каштуючы на смак.

У пяць-шэсць месяцаў надыходзіць другая антыгравітацыйная рэакцыя: поза сядзення. Гэта супадае са з'яўленнем зубоў.

І нарэшце, заключная перамога над гравітацыяй: у дзевяць-дзесяць месяцаў дзіця стаіць, а неўзабаве робіць першыя баязлівыя крокі.

Пры добрай актыўнасці дзіцяці зусім верагодна некаторае апырэджанне графіка. Насупраць, адставанне павінна ўстрыжываць, асабліва калі яно вялікае. Бо тады ўвогуле ўсё пераблытаецца. Запазнілася, напрыклад, поза сядзення — значыць, позна прарэжуцца зубы. Зараз яны нярэдка «лезуць» у дзевяць месяцаў, у год і нават паўтара. Нармальна рухальная актыўнасць — гэта і прафілактыка карыесу.

— Відаць, своеасабліваць развіцця дзіцяці пасля тыднёвага ўзросту ў тым, што яно даволі хутка набывае новыя для сябе магчымасці. Таму задаволіць яго патрэбы ў руху можна дваяка: або дазволіць яму дзейнічаць самастойна, або даўшы дадатковую нагрузку — спецыяльныя практыкаванні, спартыўны снарад у ложкачку, плаванне... Другі шлях шмат каго бянтэжыць. Яны выказваюцца за натуральную хаду падзей, пратэстуюць супраць гвалту над прыродай.

— Нікога не здзіўляе звычайны догляд за дзіцяткам, які задавальняе розныя яго патрэбы. Думаю, мне ўдалося даказаць, што рухальная актыўнасць таксама жыццёва важная патрэба. А ў поўнай меры задаволіць яе дзіця самастойна не можа. І калі мы стымулюем актыўнасць, гэта ніяк нельга назваць гвалтам над прыродай. Вось калі няма аптымальных умоў для праўлення актыўнасці, тады і варта гаварыць пра своеасаблівы гвалт. Але, падкрэсліваю, аптымальных. Крэн у другі бок таксама небяспечны.

Пачну з простага. Добра часцей класці малыша на живоцік. Тады ён стараецца падымаць галоўку. І гэта ўдаецца яму раней, чым звычайна, бо ўмацоўваюцца мышцы шыі.

У Нікіціных многа практыкаванняў для рук. Яны вучылі сваіх малышоў моцна хапацца за працягнутыя да іх пальцы, падцягвацца... У калясцы замацоўвалі перакладзінку, на якой малыш мог трэніравацца, калі

дастаткова падужэе. Усё гэта добра. Іх паслядоўнікі Скрыпалёвы прыдумалі яшчэ адну карысную навіну: нахіленую рамку-лесвічку ў ложкачку. Дзіця, лежачы, падцягваецца з яе дапамогай усё вышэй і вышэй. А павернеш лесвічку па-іншаму — і малыш можа стаяць. Яна ўлічвае размеркаванне цяжару маленькага цельца і падтрымлівае яго.

Найбольшыя спрэчкі выклікае, вядома, ранняе плаванне. Нікіціны шкаднуюць аб тым, што не навучылі сваіх малышоў плаваць, бо не ведалі пра гэта. Так, іх шкадаванне апраўдана. Мы пераканаліся ў карысці ранняга плавання, назіраючы за Оляй Скрыпалёвай, якая пачала плаваць з двух месяцаў, і за Ванем Бурляевым — ён далучыўся да гэтага з дзевяці дзён. Асноўная карысць вось у чым.

Як указвалася вышэй, прырода «прадугледзела» перыядычны дэфіцыт кіслароду ў дзіцяці ў час сну, каб стымуляваць яго рухальную актыўнасць. Якая тут сувязь з плаваннем? Прамая. Ныраючы, дзіця затрымлівае дыханне не на секунду, як у сне, а на 30—40 секунд і болей! Вядомы ўжо нам «пускавы механізм» заводзіцца мацней. А магчымасці для рухальнай актыўнасці ў вадзе лепшыя: тут амаль бязважжасць. У канчатковым выніку «дзіця-амфібія» больш дужае, чым звычайнае. Не гаворачы ўжо аб тым, што натуральна, лёгка набываецца навук плавання, вельмі важны ў жыцці.

— Часта сумняваюцца ў самой магчымасці ранняга плавання. Вядома, гэта забаўна: і ў нашай краіне, і за мяжой дзяцей, якія ўмеюць плаваць, усё больш. Але не верыць сёй-той паведамленням такога характару, і ўсё тут! Бо жыццёвы вопыт гаворыць: немаўля — слабая і бездапаможная істота. Цікава выказала гэту думку адна чытачка: «Не паверу, што малыш не захлынаецца і што ў вушкі вада не заліваецца, пакуль мне не растлумачаць, як гэта атрымліваецца». А сапраўды, як?

— Калі мы пачалі вывучаць «дзяцей-амфібій», я адразу ўспомніў пра дослед, які даўно дэманстравалі студэнтам. Капнеш качцы на ноздру вады, і дыханне ў яе рэфлекторна спыняецца. Гэта і дазваляе ёй быць жывёлінай, якая можа ныраць. У дзяцей выявілася тое ж самае. Як толькі ноздры змочваюць вадой, адразу ж перакрываюцца паветраныя хады. А сістэма вуха-

горла-нос, як вядома, адзіная. Ротавая поласць аказваецца замкнутай, з-за гэтага павышаецца ціск у еўстахіевых трубах, і вушы таксама перакрываюцца.

— Ваня Бурляеў к шасці месяцам праводзіў у вадзе ўжо дзве гадзіны ў дзень, а то і больш — да пяці. Ці дапушчальна гэта? Ці не можа з'явіцца з-за ператрэніровак так званае «бычынае сэрца»?

— У прынцыпе падзяляю падобную трывогу. Празмерныя нагрукі — згубныя. Іменна таму я гаварыў пра аптымальныя ўмовы для рухальнай актыўнасці. Але ў гэтым выпадку «ператрэніроўкі» няма. Бо дзве гадзіны (рэдка болей) Ваня не бесперапынна праводзіў у вадзе, а набіраў іх за суткі. Да таго ж не толькі плаваў, але і разглядваў забаўкі на дне, а часам і проста нерухома ляжаў на паверхні. Вядома, для зусім маленькага гэта было б занадта доўга. Ваня і сам пачынаў у дзевяць дзён з кароткага знаёмства з вадой — яго проста акулалі (да гэтага часу пупавіна, як правіла, ужо адпадае).

— Некаторыя энтузіясты ранняга плавання прапаваюць ісці яшчэ далей. Піянер гэтай справы ў нашай краіне І. Чаркоўскі выступае нават за тое, каб увесь час дзяцей у вадзе трымаць ад самага нараджэння. Да яго далучаецца і У. Скрыпалёў. Спасылаюцца яны якраз на «бязважкасць», у якой дзіцяці лягчэй. Так, маўляў, яно будзе развівацца хутчэй. Што вы пра гэта думаеце?

— У выключных выпадках варта звярнуцца і да парады Чаркоўскага. Так можна выхадзіць празмерна аслабленае, з глыбокай фізіялагічнай няспеласцю дзіця. Што і было часткова з Ветай Чаркоўскай. Яна пакідала ванну толькі для сну і гуляння. Дзяўчынка была неданошанай, маса яе — ніжэйшай за ўсякія дапушчальныя межы — 1600 грамаў. А ў тры месяцы яна не толькі зраўнялася ў развіцці з равеснікамі, але і абагнала іх.

Але рэкамендаваць гэта для ўсіх дзяцей... Тут я супраць. Мы рыхтуем усё-такі чалавека для жыцця ў паветраным асяроддзі. Жыццё ў акіяне пакуль фантазія. Значыць, асноўны час дзіця павінна знаходзіцца не ў вадзе — яна патрэбна яму толькі як дапаможны сродак. Але справа не толькі ў гэтым. Залішняе захопленне плаваннем скарачае або зусім ліквідуе магчымасць задавальняць іншыя патрэбы дзіцяці. Нельга за кошт аднаго абкрадваць яго ў іншым!

Трэба зыходзіць з узросту малыша, прычым не толькі ўкладвацца ў нармальны перыяд няспання, а ён неаднолькавы для розных узростаў, але і пакінуць час для ўсяго астатняга, што неабходна дзіцяці, калі яно не спіць.

— Ці маеце вы на ўвазе пад «астатнім» і інтэлектуальнае развіццё дзіцяці?

— Несумненна! І тут наша размова пераходзіць у іншую плоскасць. Ад самага нараджэння дзіцяці яго выхаванне павінна абапірацца не проста на фізіялагічную актыўнасць, а на псіхаматорную актыўнасць.

Вядома, усе размовы пра нібыта свядомае ўспрыманне малышом інфармацыі не маюць падставы. Свядомасці ў яго няма не толькі ў першы год жыцця, але і значна пазней. Аднак гэта не азначае, што мы не можам з першых жа дзён узяцца за ўдасканаленне інтэлекту асобы, бо ўжо дзейнічае магутны механізм — падсвядомасць. На яго і варта абапірацца. Які ж існуе да яе «ключык»? Гэта эмоцыі. Рухальная актыўнасць дзіцяці абавязкова афарбавана эмацыянальна.

Найпершае патрабаванне: трэба старацца, каб любая рэакцыя малыша была яму прыемнай! Гэта зарука яго паспяховага развіцця. І гэта прадугледжана прыродай: бо першымі ўзнікаюць станоўчыя эмоцыі і ўжо затым, пры сустрэчы з неспрыяльнымі ўмовамі, адмоўныя.

— Дазвольце, а крык нованароджанага, з якім ён з'яўляецца на свет! Хіба не адмоўная першая яго эмоцыя?

— На працягу многіх стагоддзяў філосафы ламалі галовы над гэтым. Якія толькі не даваліся тлумачэнні! І пратэст новага чалавека супраць тленнага жыцця, што чакала яго, і незадавальненне больш суровымі, чым у мацярынскім лоне, умовамі... Сапраўды ж адбываецца вось што.

У плода галасавая шчыліна закрыта. У прыватнасці, каб каляплодныя воды не трапілі ў дыхальную сістэму, у апошнюю стадыю цяжарнасці ў плода пачаліся ўжо рытмічныя дыхальныя рухі, якія ствараюць раздражненне, што аблягчае прыліў мацярынскай крыві. Пасля нараджэння галасавая шчыліна ўсё яшчэ сашчэмлена. І першы крык дзіцяці — гэта проста-такі выдых пры звужанай шчыліне. Нічога адмоўнага тут няма. Насупраць, чым мацнейшы крык, тым лепш. Гэта

таксама можа быць прыкметай фізіялагічнай спеласці.

У нованароджанага ўвогуле некаторы час адсутнічаюць болевыя рэакцыі. Гэта дакладна вызначана нашай лабараторыяй. А калі яны з'яўляюцца, то могуць у прынцыпе выяўляцца неабавязкова крыкам. Але малыш хутка «ўсведамляе», што іменна крык лепш за ўсё прываблівае ўвагу бацькоў, і пачынае гэтым карыстацца. Атрымліваецца, што гэта мы, дарослыя, прывучаем яго крычаць.

— Другое сумненне. Вы сказалі, што дзіцяці ўсё павінна быць прыемна. Але спагадлівыя мамы якраз да гэтага і імкнуцца: стараюцца наладзіць для яго «райскае жыццё». Няхай, маўляў, песціцца, пакуль можна, паспее яшчэ нацярпецца. Як жа вяжацца гэта з умовай, якую вы выставілі раней: падвяргаць малыша розным выпрабаванням — холадам, фізічнымі нагрузкамі?..

— О, гэта вельмі важна! Нельга засцерагаць дзіця ад кантактаў з навакольным асяроддзем. Яно не павінна атрымліваць гатовае задавальненне — на сподачку з блакітным беражком, як гаворыцца. Яно павінна само, праявіўшы актыўнасць, атрымаць станоўчыя эмоцыі. Наша лабараторыя расшыфравала фізіялагічны сэнс інфармацыі. Толькі тая інфармацыя мае для дзіцяці вартасць, якая выклікае рухальную актыўнасць і забяспечвае тым самым рабочыя магчымасці яго арганізма. Магчымасці, якія патрэбны зараз і якія будуць патрэбны ў будучым. Магчымасці цела і магчымасці мозга.

Так што ні ў якім выпадку нельга забываць пра важнейшы інструмент эвалюцыі — задавальненне, але карыстацца ім трэба ўмеючы. Не патураць трэба дзіцяці, а навучыць яго працай здабываць узнагароду. А атрымаўшы яе, яно захоча зноў і зноў паўтараць тое, што паспрабавала ўжо зрабіць. Толькі так магчыма паўнацэннае развіццё. З гэтага пункту гледжання вядомае выказванне «праца стварыла чалавека» набывае новае, фізіялагічнае гучанне.

— Як жа можна стварыць станоўчы эмацыянальны настрой у дзіцяці і павышаць на гэтым фоне яго інтэлект?

— Трэба ўсімі спосабамі развіваць пазнавальны рэфлекс.

Існуе такое паняцце — комплекс ажыўлення. Ма-

лыш ажыўляецца, бачачы твар маці, забаўку, ванначку... Так ён усталёўвае кантакт з навакольным светам. Пры гэтым узнікаюць рухальная актыўнасць і ўсмешка — праяўленне станоўчых эмоцый. Калі вы будзеце проста ўсміхацца яму — ужо добра. Кантакт пашыраецца. Дзеці, якія недаатрымліваюць усмешку або цалкам яе пазбаўленыя, вельмі адстаюць у развіцці. Але можна пайсці яшчэ далей: адказваць не толькі на ўсмешку, але і на гуленне. Наталля Бандарчук прадумала цэлую «мову» гулення для зносін са сваім сыном. Сэнсавай інфармацыі яна практычна не нясе, але эмацыянальна надзвычай насычаная! Гэта вельмі каштоўна. І кантакт рэзка павялічвае і аблягчае авалоданне ў далейшым сапраўдным маўленнем.

Можна пайсці яшчэ далей. Развешаць па сценах карты, азбуку, лічбы, намалюваць літары і лічбы на забаўках, уключаць музыку, звяртацца да дзіцяці на замежнай мове. Апошні прыём цікава выкарыстаны ў сям'і Скрыпалёвых. Уладзімір ад самага нараджэння дзяцей размаўляе з імі толькі па-англійску, а Ларыса — толькі па-руску. У выніку дзеці лёгка, міжвольна асвойваюць дзве мовы — і «татаву», і «маміну». Гэта пацвярджае, што карысная інфармацыя хаця і не ўспрымаецца грудным немаўлём свядома, але адкладваецца ў яго падсвядомасці і потым выявіцца.

Толькі трэба ўлічваць два патрабаванні. Вы павінны быць упэўнены, што тое, чым вы «шпігуеце» сваё дзіця, потым яму сапраўды будзе карысна. І варта зрабіць максімальны ўпор на яго самастойныя дзеянні. Напрыклад, недастаткова, калі дзіця толькі чуе музыку. Значна больш карысці, калі яно само паспрабуе здабываць гукі. Пацешна было назіраць, як Ваня Бурляеў мучыў губамі клавiшы цацачнага раяля. Паступова ён пачаў абыходзіцца з музычнымі гукамі больш асэнсавана.

Калі дзіця робіць само, яно стварае. У ім выходзіць творца. У адваротным выпадку ўсяго толькі выканаўца. Тут мае значэнне ўсё. Малыш многа поўзае — значыць, самастойна даследуе свет. Узяў бразготку — таксама пазнанне. Засунуў яе ў рот — яшчэ лепей: у пазнанне ўключаюцца ўсе пачуцці, яму даступныя. Вельмі важнымі з'яўляюцца зародкі гульніў, якія ўзнікаюць у гэты час. Прычым калі дзіця актыўнае, самастойнае, не трэба баяцца, што яно стоміцца. Яно

само пераключыцца, калі трэба, на што-небудзь іншае і пазбегне такім чынам стомленасці.

У заключэнне хачу падкрэсліць, што перад намі двухадзіны працэс. Развіццё мозга стымулюе фізічнае развіццё, а гэта ў сваю чаргу адкрывае новыя магчымасці для інтэлекту. Вядома, што арганізм у пачатковай стадыі як бы паўтарае ў паскораным тэмпе эвалюцыю жыцця на Зямлі. Бачым мы гэта і ў нашым выпадку. Так, калісьці ўзаемадзеянне мозга і рукі, узаемнае іх «падштурхванне» наперад дазволілі малпе ператварыцца ў чалавека. Відавочна, магчымасці гэтай з'явы бямежныя. Выкарыстоўваючы яе, можна зрабіць чалавека ў шмат разоў больш дасканалым і фізічна, і інтэлектуальна.

Такім чынам, даследчыкі-энтузіясты і вядомы вучоны, пачаўшы з розных зыходных пунктаў — практыкі і навуковай тэорыі, — прыйшлі да аднаго і таго ж вываду: існуючыя метады выхавання дзяцей неабходна шмат у чым перагледзець. Відаць, важкія аргументы, выстаўленыя прафесарам Аршаўскім і мужам і жонкай Нікіцінымі ў пацвярджэнне сваіх думак, павінны быць уважліва разгледжаны спецыялістамі ў гэтай галіне. Яны прымусілі нас па-новаму зірнуць на праблему выхавання, яны паказалі велізарныя, не выяўленыя пакуль яшчэ рэзервы ў развіцці дзяцей.

З М Е С Т

НАША СЯМ'Я

Прадказанні не збываюцца	5
Як мы пачыналі	6
Спрэчкі, сваркі...	8
Цяжкое наша шчасце	10

ГАЛОЎНЫ КЛОПАТ — ЗДАРОЎЕ

Першая гадзіна, першы дзень	12
Праблема пялёнак	14
Ен галодны!	16
Ці карміць уначы?	18
Вучымся разумець дзіця	19
Холад — доктар	21
Як было раней	22
Холад — сябар	25
Кармленне плюс...	26
Паветраныя ванны	28
І на сонейка!	29
Не захварэем!	31

ФІЗКУЛЬТУРА З ПЯЛЕНАК І... НАВАТ РАНЕЙ

Гімнастыка да нараджэння	34
Без спецыяльных заняткаў	35
Ану, скок з ложкачка!	37
Навошта поўзаць?	39
Вучымся хадзіць і... падаць	41
«Коннікі» і «коні»	44
Рух — усяму пачатак	46

МАЛЫШ І ТЫЯ, ХТО З ІМ ПОБАЧ

на руках або ў ложкачку?	48
Увага: небяспека!	50
Свет спасцігаецца самастойна	52
Гульні і забаўкі	55
Навошта так рана?	59

Без мамы блага	62
Патрабуюцца бабулі і дзядулі	64
Яблык разладу	66
Перакуленая шклянка	70
Гэта нельга, а гэта можна	71
І маму трэба пашкадаваць	72

РУХ, РУХ, РУХ!

Калі хочаш быць здаровы	76
Без лекаў	80
Нас пытаюць: а калі дзіця часта прастуджаецца?	82
«Праблема» харчавання	85
Наш спартыўны пакой	90
Сіла, спрыт і... асцярожнасць	94
А ўзроставыя нормы?	97
Вынікі радуюць	99
Дзеці пайшлі ў школу і...	102
Што мы лічым важным	104

ЗДОЛЬНАЕ ДЗІЦЯ НЕ ДАР ПРЫРОДЫ

Як нараджаюцца здольнасці?	106
Галоўнае — свечасовы пачатак	109
І шырокае поле дзейнасці	110
Любімыя вучэбныя дапаможнікі	112
Разам з дзецьмі	116
Гарантыя ад перагрузак	119
Галоўны вынік — цікаўнасць	121
А ўвага, уседлівасць, дысцыпліна?	122

І ПРАЦОЎНЫЯ АБАВЯЗКІ

«Хочацца» і «трэба»	124
Для сябе ці для іншых?	125
Мікраскапічныя дозы?	126
«Нітачка-Мікітачка»	127
На свае працоўныя	128

І ЧАЛАВЕЧЫЯ АДНОСІНЫ

Для чаго чалавек жыве?	130
І дзеці нас вучаць	132
Хто каго пакараў?	134

Дзякуй, бацька, за навуку!	139
Спрэчкі не сваркі	143
Клопат пра іншых	146
Мікроб славалюбства	151
Гонар замалада	153

ЧАРАДЗЕЙНАЯ СІЛА МАСТАЦТВА

Нашы сямейныя святы	163
-------------------------------	-----

КАВАРСТВА КАМФОРТУ

(Інтэрв'ю з прафесарам І. А. Аршаўскім) . . .	167
---	-----

Научно-популярное издание

Никитина Лена Алексеевна
Никитин Борис Павлович

МЫ И НАШИ ДЕТИ

Минск, издательство «Народная асвета»

На белорусском языке

Навукова-папулярнае выданне

Нікіціна Лена Аляксееўна
Нікіцін Барыс Паўлавіч

МЫ І НАШЫ ДЗЕЦІ

Загядчык рэдакцыі М. А. Нікітка
Рэдактар С. А. Слепак
Малодшы рэдактар Л. І. Сташэнка
Мастак В. К. Латышаў
Мастацкі рэдактар А. І. Раманцоў
Тэхнічны рэдактар Л. П. Сопат
Карэктар М. Г. Вінаградава

ИБ № 2970

Здадзена ў набор 05.06.89. Падпісана ў друк 02.08.90. Фармат 84×108¹/₃₂. Папера друк. № 1. Гарнітура літаратурная. Высокі друк з ФПФ. Умоўн. друк. арк. 10,08 + 0,42 укл. Умоўн. фарба-адбіт. 11,34. Ул.-выд. арк. 9,91 + 0,31 укл. Тыраж 49 000 экз. Заказ 2656. Цана 60 к., у тым ліку 10 к.— нацэнка.

Выдавецтва «Народная асвета» Дзяржаўнага камітэта БССР па друку. 220600, Мінск, праспект Машэрава, 11.

Мінскі ордэна Працоўнага Чырвонага Сцяга паліграфкамбінат МВПА імя Я. Коласа. 220005, Мінск, Чырвоная, 23.



Мы і нашы дзеці ў 1976 г. Злева направа: Антон — 1960, Аня — 1964, Б. П. — 1916, Юля — 1966, Л. А. — 1930, Люба — 1971, Ваня — 1969, Оля — 1962, Алёша — 1959.

Цуд, імя якому — Наша дзіця. Якім яно будзе?



Будучы інжынер-электронік пачынаў з механікі.
Алёшу 2,5 года.



Калі свеціць сонейка, па
сняжку прагуляцца пры-
емна.





Алёша: — На сонейку добра, цёпла. Навошта столькі адзеджак апра-наць?

Каб навучыцца хадзіць, трэба моцна трымацца за маміны пальцы.



Бабуля: — Ты яму хоць бы
вушкі прыкрыў. Прасту-
дзіца!

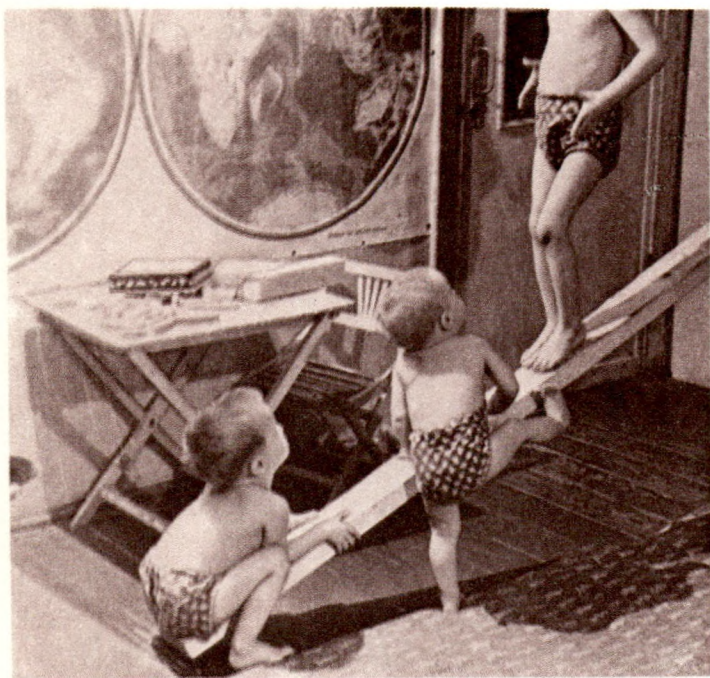


Апраналіся і абуваліся на
работу самі (Алёша і
Антоша).



На чыстку дарожак ад снегу апраналі і абувалі дзяцей тата з мамай (Антоша і Алёша).

Новы спартыўны снарад (нахіленая дошка) трэба адразу ўсім выпрабаваць (Антоша, Оля, Алёша).



Трэба маму праводзіць!
Пабеглі! (Ваня і Аня).



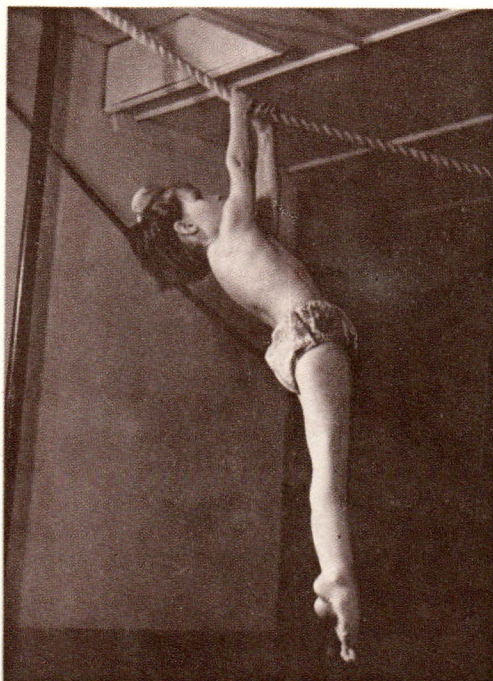
Лядзяш хоць і не салодкі,
але храбусціць на зубах
прыемна (Антоша).





Перажоццы сямейнай
Алімпіяды (Юля, Аня,
Ваня) на Гарвардскай
лаўцы.

Па нахіленаму канату да
столі (Люба).



Царэўна Будур
(Люба).



«Дзікія турысты»
падарожнічаюць па
Крыме (Еўпато-
рыя).



МЫ і нашы ДЗЕЦІ



•НАРОДНАЯ АСВЕТА•

