
ВВЕДЕНИЕ

Я к няне убежал... Ах, няня! сколько раз
Я слезы лил о ней в тяжелый сердцу час;
При имени ее впадая в умиление...

Н. А. Некрасов «Родина»



КТО ЕСТЬ КТО?

Как говорят специалисты — определимся с терминами. Кто является уважаемым читателем этого издания и о ком, собственно, речь?

Няня — это специально подготовленный профессионал в области ухода за детьми. Она понимает потребности как ребенка, так и семьи в целом. Хорошая няня должна сочетать разумную строгость с теплой заботой и, что очень важно, не узурпируя при этом роль родителей. Гувернер, по словарю Владимира Даля, в переводе с французского означает «надзиратель за детьми, воспитатель».

В обязанности няни, и это отличает ее от гувернантки, входит весь круг дел, связанных с уходом за ребенком: приготовление пищи и кормление, соблюдение полного режима дня — с прогулками, сном, переодеваниями, стирка и глаженьё детских вещей, наведение порядка в комнате и минимальный круг развивающих занятий. В круг же действий гувернантки уход все равно входит, но от нее хотят преимущественно целенаправленных занятий с ребенком. В этом смысле уровень квалификации няни и гувернантки кардинально разнится. Няню чаще всего приглашают к грудным детям или к дошкольникам, которых надо отвести на занятия, и все. А если человек занимается образованием и развитием ребенка по специально составленной программе, то это уже гувернер.

КРАТКИЙ ИСТОРИЧЕСКИЙ ЭКСКУРС

Если посмотреть на профессию няни с исторической точки зрения, можно обнаружить, каким сильным было их влияние на лучшие умы человечества. Няни были у Петра I и Александра Пушкина-

на, у Анны Ахматовой и Николая Гумилева, у Татьяны Толстой и у Никиты Михалкова.

Но тем не менее, ученые-историки редко уделяют няням достойное внимание. Единственная серьезная работа, посвященная российским няням, — «Няни. Воспоминания» Жака Феррана — вышла во Франции. В ней использованы мемуары русских дворян, эмигрировавших в Париж до 1917 года. Многие няни приехали тогда в столицу Франции вместе с русскими эмигрантами, не желая расставаться со своими воспитанниками. Они становились полноправными членами семьи, их портреты хранились как драгоценные реликвии. И в этом нет ничего удивительного, ведь этим женщинам доверялось самое дорогое — дети.

Российское дворянство и купечество воспитывалось нянями, которые могли присматривать сначала за маленьким будущим отцом семейства, позже — за его сыном, а состарившись — за внуком. Нянька была второй мамкой, часто необразованной, но мудрой, доброй, любящей. С ней ребенок проводил гораздо больше времени, чем с родителями, и оставался под ее опекой лет до пяти-шести. Потом мальчиками занимались гувернеры, а девочками — гувернантки; как правило, это были иностранцы.

Няня, прожившая в семье всю свою жизнь и вырастившая несколько поколений хозяев, — типичное явление дворянского быта. В результате представители высших и средних слоев общества соединяли в себе два типа воспитания — народное и «джентльменское», что порождало и две манеры поведения, часто противоположные, — дома и в свете. Любовь к вырастившей с младенчества няне жила в воспитаннике до самой его смерти, вне зависимости от происхождения. Например, император Александр III на смертном одре так поминал свою, к тому времени покойную, нянюшку: «Эх, если бы жива была старая! Вспрыснула бы с уголька, и все как рукой бы сняло. А то профессора, аптека...»

Историк Илья Сургучев, автор книги «Детство императора Николая II», писал о няньках царской семьи: «Я теперь отдаю себе отчет, что, при невероятной смеси кровей в царской семье, эти мамки были, так сказать, драгоценным резервуаром русской крови, которая, в виде молока, вливалась в жилы романовского дома и без которой сидеть на русском престоле было бы очень трудно. Все Романовы, у которых были русские мамки, говорили по-русски с налетом простонародным».

Няньки были и в крестьянских семьях, а не только в аристократических фамилиях — ведь родители целый день проводили за работой в поле! Как правило, это были старшие дети, которые присматривали за младшими, играли с ними, приучали к труду.

Дворяне и купцы, интеллигенция и чиновничество в дореволюционной России были воспитаны, прежде всего, простыми русскими крестьянками и лишь затем французскими и немецкими гу-

вернерами да гувернантками. Ребенок вырос, подходило время учиться «взрослым премудростям», и ему нанимали гувернера. Но няня все так же продолжала выполнять свои обязанности. Она была воспитаннику и защитницей, и утешительницей.

Гувернеры и гувернантки, в отличие от нянь, занимались не только воспитанием, но и образованием детей. Первого после няни воспитателя брали обычно из немцев, чтобы привить навыки аккуратности и педантичности. Вторая ступень по праву принадлежала англичанам — дети должны были приобрести хорошие манеры настоящих леди и джентльменов. И последнюю «обработку» поручали французским гувернерам и гувернанткам — для придания светского лоска и легкости в общении. Лишь после этого уже полностью готовых к жизни в обществе воспитанников и воспитанниц выпускали в высший свет на их первом балу.

После отмены крепостного права, если няня не переходила по наследству или из семьи в семью, ее нанимали по рекомендациям знакомых, по газетным объявлениям. В некоторых газетах объявления бонн (так на французский лад называли нянь) занимали целые страницы. Бонна могла быть и русской, и иностранкой, но задача ее оставалась прежней — присмотр за ребенком.

Профессиональной подготовкой нянь в России стали заниматься в конце XIX века в Петербурге. На Малой Итальянской улице помещалась одна из самых известных школ нянь, организованная при курсах знаменитого Фребелевского общества. Заведовала ею мадам Салтыкова, выпускница Фребелевских курсов, опытная и знающая специалистка в той области, которую мы сейчас назвали бы детской психологией.

«Почему-то распространено мнение, что няней непременно должна быть старушка, — размышляла Салтыкова. — Напротив, дети охотнее привыкают и способны скорее полюбить молодую няню».

В школу нянь принимались девушки от 14 лет, окончившие курс городской школы. Это были по преимуществу дочери бедных крестьян, мещан и солдат. Желających поступить в школу было много, и поэтому производился тщательный отбор. Курс занятий длился два года. Девушек обучали как теории, так и практике, особенно шитью, стирке детского белья, показывали, как надо купать детей, знакомили с играми, баснями и сказками. Для практических занятий при школе устроили ясли, где ученицы проходили «преддипломную практику». Выпускницы курсов должны были быть востребованы не элитой общества, а широкой прослойкой буржуазии.

«Мы не думаем готовить каких-нибудь бонн, вся наша задача сводится к тому, чтобы удовлетворить потребности среднего класса в хорошей и опытной няне», — говорила мадам Салтыкова.

Общество, очевидно, по достоинству оценило выпускниц школы: очень многие не только из Петербурга, но и из провинции обращались на Малую Итальянскую с просьбой рекомендовать

няню. Впрочем, большая часть запросов оставалась неудовлетворенной: ввиду скромных средств набор в школу был ограничен.

В советские времена, кстати, тоже существовали профессиональные няни, но их работа не афишировалась. Эти няни обслуживали, главным образом, дипломатический корпус и партийную элиту и обучались в специальном учреждении.

В последние годы появилось множество частных учебных заведений, где профессионально готовят нянь и гувернанток. Выпускницы получают диплом соответствующего образца.

МАМЫ И НЯНИ

...Итак, вы отправляетесь на смотрины и, понятное дело, хотите произвести самое лучшее впечатление. Кого же желают увидеть ваши наниматели, вернее, нанимательницы (обычно выбор няни делает мама ребенка)? На наш взгляд, всех мам, пользующихся услугами нянь и воспитательниц, можно разделить на три типа.

Мать-одиночка

Она не слишком молодая, обремененная ответственной работой, высокой должностью, твердо убежденная в том, что нужно работать по двенадцать часов в сутки, чтобы у ребенка было *все*. Это сложный контингент, поскольку о своих детях они очень высокого мнения и считают, что ни одна няня, воспитательница, учительница не достойна опекать их гениальное чадо. Впрочем, они и в мыслях не держат на несколько лет оставить престижную, высокооплачиваемую работу, чтобы самолично формировать своего вундеркинда. Так что это — наши клиентки, а, как известно, кто платит, тот и заказывает музыку...

На вас эта дама рефлексивно будет поглядывать сверху вниз, считая: если женщина не выбивается на руководящий пост, значит, она неизмеримо ниже в социальном плане. Что тут скажешь?! Пусть это вас не расстраивает. Не обращайтесь на все эти ужимки, большинство таких мамаш отчаянно завидуют тем, у кого должность ниже, но есть хорошие тылы и возможность самолично растить детей. Снисходительность и лояльность — вот два кита наемного работника. Главное — не позволить сесть себе на голову. Для этого нужно сразу определить как можно более четкий регламент вашей трудовой деятельности. Этим вы произведете хорошее впечатление на потенциальную нанимательницу, сама она тоже, скорее всего, пользуется органайзером.

Кого же видит в роли няни для своего наследника такая бизнес-леди? Скорее всего, современный вариант Мэри Поппинс. Особу средних лет с аккуратной прической и в меру ухоженными руками,

одетую не броско, но со вкусом. Она не захочет доверить свое чадо распустехе, являющейся на собеседование в заношенных спортивных штанах и футболке на три размера больше, чем надо. У ее ребенка все должно быть на уровне, в том числе и няня. Потом вы сможете надевать то, что посчитаете нужным, но лучше не слишком диссонировать с обстановкой ее стильной квартиры.

Ну вот, она придирчиво осмотрела вас со всех сторон и нашла приемлемой. Отлично! Сразу приступайте к обсуждению правил игры. Только не спрашивайте первым делом об оплате. Сначала нужно узнать, что от вас хотят, а потом уж справиться, что могут вам предложить. Чтобы не ломать голову, предлагаю готовую анкету.

Пункт первый. Рабочее время. Пусть вам четко скажут, когда начинается и заканчивается трудовой день. У этих занятых женщин он начинается как у всех, а заканчивается значительно позже, чем положено по трудовому законодательству. Поэтому нужно сразу акцентировать внимание работодателя на том, что вы будете заканчивать свой день в оговоренное время. Согласится — хорошо, не согласится — как следует подумайте, нужна ли вам такая работа. Вы ведь практически лишаетесь возможности планировать свое свободное время. Допустим, ваш рабочий день — до половины седьмого, а она позвонит вам в шесть и скажет, что чуть-чуть задержится, до семи или до полвосьмого, ну, такой аврал! Аврал-то аврал, но это не ваша печаль. У вас ведь и свои дела имеются. И еще: даже если она согласится с вашими условиями, это все равно не гарантирует вам фиксированный рабочий день. Но тогда есть повод для требования предупредить заранее о предстоящих задержках. Еще можно ставить условие о большой оплате за внеурочный труд, что тоже здорово дисциплинирует этих дам: деньги считать они умеют.

Пункт второй. Ваши обязанности. Пусть их четко очертят. Иногда эти шустрые дамочки хотят приобрести няню и домработницу в одном лице. Соглашаться на такое нельзя по многим причинам. Во-первых, работать будете за двоих, а зарплату получать в лучшем случае полutorную. Во-вторых, это подорвет ваше реноме как профессионала. И помните: в первую очередь вы отвечаете за ребенка. Если будете совмещать это с уборкой и готовкой, бросать без присмотра коляску, потому что хозяйка попросила во время прогулки купить пачку масла, все может кончиться большими неприятностями. Без ущерба для профессионального достоинства соглашайтесь на приготовление еды для ребенка, ежедневную влажную уборку в детской и закладку вещей малыша в стиральную машину. Но никаких борщей и мытья посуды!

Пункт третий. Оплата. Поводов требовать высокую — скажем, выше обычного — оплату может быть несколько. Дополни-

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

Кто есть кто?	3
Краткий исторический экскурс.	3
Мамы и няни	6

ЧАСТЬ 1. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ГОДА

<i>Глава 1. ВЫ И РОДИТЕЛИ</i>	15
Основные требования к няне. Чего ждут от нее родители?	15
Достижение консенсуса	17
Преодоление барьеров	17
<i>Глава 2. ВЫ И РЕБЕНОК</i>	20
<i>Глава 3. НАЛАЖИВАНИЕ КОНТАКТА С МАЛЫШОМ</i>	23
Как вообще говорить с младенцем	23
О невербальной коммуникации	24
<i>Глава 4. ПОТРЕБНОСТИ РЕБЕНКА В ПЕРВЫЙ ГОД ЖИЗНИ</i>	29
Пища и питье	29
Проблемы пищеварения и способы их решения	36
Сон	38
Гигиенические потребности	40
<i>Глава 5. МАССАЖ, ГИМНАСТИКА — ЧТО МОЖЕТ НЯНЯ</i>	42
Гимнастика с первых дней жизни	42
Примерный комплекс гимнастики для малышей	45
Пальчиковая гимнастика	46
Элементы закаливания	48
<i>Глава 6. РАННЕЕ РАЗВИТИЕ. ЗА И ПРОТИВ</i>	50
Принципы, лежащие в основе методик раннего развития	50
Обзор методик	51
<i>Глава 7. ОБЩЕНИЕ И ИГРЫ</i>	57
Психологические принципы развивающих игрушек	57
Органы чувств и как их развивать	58
Дорога ложка к обеду, а игрушка — к возрасту	62
Игры на все случаи жизни	66
Песенки, стихи и прочие шумелки и пыхтелки для развлечения самых маленьких	68
<i>Глава 8. ЧТОБЫ С РЕБЕНКОМ НИЧЕГО НЕ СЛУЧИЛОСЬ</i>	72
Обеспечение безопасности ребенка	72
Принять правильное решение... Первая помощь	74

ЧАСТЬ 2. ОТ ГОДА ДО ТРЕХ

<i>Глава 1. ВЫ И РОДИТЕЛИ. ДОСТИЖЕНИЕ КОНСЕНСУСА</i>	77
<i>Глава 2. ВЫ И РЕБЕНОК</i>	79
Знакомство	79
Построение доверительных отношений	79
Плюсы, минусы и трудности первых дней. Их преодоление	80

Глава 3. НАЛАЖИВАНИЕ КОНТАКТА С МАЛЫШОМ	82
Лингвистический барьер и его преодоление	82
Что посещешь... или как говорить с ребенком	84
Мальчики и девочки. Разный подход	86
Сангвиники, холерики, флегматики и меланхолики. Как использовать темперамент?	86
Глава 4. ПОТРЕБНОСТИ РЕБЕНКА	94
Правильная организация дня	94
Потребность в гармоничном развитии	98
Пища и питье	102
Потребность в отдыхе. Сон	111
Глава 5. ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ. РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ	115
Зарядка для малыша	115
Зарядка в игре. Нескучные упражнения	116
Развитие мелкой моторики. Пальчиковая гимнастика	119
Оздоровительные приемы, профилактика простуд	120
Глава 6. РАННЕЕ РАЗВИТИЕ. ЗА И ПРОТИВ. ОБЗОР МЕТОДИК	122
О чем стоит помнить	122
Глава 7. ОБЩЕНИЕ, ИГРЫ, ТВОРЧЕСТВО	128
Развивающие игры	128
Подвижные игры	133
Чем малыша занять подольше? Самостоятельные занятия	137
Музыка	143
Рисование	147
Лепка	149
Аппликации	151
Глава 8. ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ	155
Учимся считать	155
Развитие речевых навыков	158
Глава 9. РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ	166
Учимся вежливости и умению вести себя в обществе	166
Учимся самостоятельности	168
Тернистый путь к горшку	172
Проблемный ребенок	176
Что делать и как себя вести с непослушным ребенком?	180
Конфликты с детьми и способы их избежать	182
Глава 10. ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ	186
Проблемы лучше предотвращать, чем решать	186
Принятие правильного решения. Оказание первой помощи	189
Правила психологической безопасности	189

ЧАСТЬ 3. ОТ ТРЕХ ДО ШЕСТИ

Глава 1. ВЫ И РОДИТЕЛИ. ДОСТИЖЕНИЕ КОНСЕНСУСА	193
Глава 2. ВЫ И РЕБЕНОК	197
Знакомство. Трудности первых дней	197
Построение доверительных отношений	198
Глава 3. НАЛАЖИВАЕМ КОНТАКТ	200
Кодекс «правильной няни»	200
Возвращаем гармонию в отношения. Игры	202
Выявляем тип характера и способности ребенка	204
Что такое дети индиго и что с ними делать	219
Ваш воспитанник — одаренный ребенок	226
Глава 4. ПОТРЕБНОСТИ РЕБЕНКА	229
Правильная организация дня	229
Пища и питье	230
Потребность в отдыхе. Сон	234
Глава 5. РАЗВИТИЕ СЛОЖНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ, ЛОВКОСТИ И СИЛЫ	237
Чтобы малыш занимался спортом с удовольствием	237
Зарядка в игре. Нескучные упражнения для детей 4—6 лет	239

Глава 6. РАННЕЕ РАЗВИТИЕ — ЗА И ПРОТИВ. ОБЗОР МЕТОДИК	243
Раннее интеллектуальное развитие: о чем стоит помнить	243
Глава 7. ОБЩЕНИЕ. ИГРЫ. ТВОРЧЕСТВО	250
Идеи для нескудной прогулки. Подвижные игры	250
Играем с другими детьми. Простые ролевые игры	255
Чем развлечь малыша дома. Играем на условиях равноправного партнерства	257
Игры и игрушки. Многофункциональные предметы	260
Во что еще можно играть	266
Музыка	269
Рисование.	271
Лепка. Пластилин и пластик	275
Оригами	277
Всякая всячина	279
Глава 8. ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ	281
Чтение	281
Учимся писать	284
Счет, арифметика и математика	286
Тренируем память	287
Глава 9. ВОСПИТАНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ.	292
Хорошие манеры. Учимся общаться со сверстниками и взрослыми	292
Взрослые и дети. Конфликты. Пути мирного урегулирования.	294
Причины конфликтного поведения ребятнишек	298
Ребенок-жертва: как помочь?	300
Детские страхи и как с ними бороться	304
Глава 10. ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ И КАК ИХ ИЗБЕЖАТЬ	308

ЧАСТЬ 4. МЛАДШИЕ ШКОЛЬНИКИ

Глава 1. ВЫ И РОДИТЕЛИ	313
Глава 2. ВЫ И РЕБЕНОК	315
Накануне школы	315
Секреты критического возраста	317
Глава 3. ПРОВЕРЯЕМ ГОТОВНОСТЬ К ШКОЛЕ	319
Из чего состоит готовность к школе	319
Проверяем волевые качества	321
Развитие речи	324
Заикание	335
Развитие воображения	339
Развитие мышления	349
Внутренний план действий	366
Что такое пространственное мышление	370
Развитие тонкой моторики	372
Тесты на проверку готовности к школе	374
Воспитываем психологическую устойчивость	382
Глава 4. ВМЕСТЕ ИДЕМ В ШКОЛУ.	390
Круг задач няни младшего школьника	390
Рекомендации по выполнению домашних заданий	391
Психологическая нагрузка	394
Компьютер и здоровье	399
Приучение к труду	407
Глава 5. КОГДА ДЕТИ СТАНОВЯТСЯ ВЗРОСЛЫМИ	409
Подростки, гувернантки и гувернеры	409
ЛИТЕРАТУРА В ПОМОЩЬ НАЧИНАЮЩЕЙ ГУВЕРНЯНЕ	412