

*Эта книга посвящается всем малюткам.
Пусть вас направляют на пути развития
вашего уникального потенциала.
Вы наши подарки судьбы.*

С и м о н а

*Солу, Мету и Бьенду, моим малышам Монтессори:
«Спасибо, что каждый день учите и вдохновляете меня.
Вы мое величайшее благословение».*

Д ж у н н и ф а

СОДЕРЖАНИЕ

ГЛАВА 1

ПРЕДИСЛОВИЕ

- 14** ДАВАЙТЕ ИЗМЕНИМ
НАШ ВЗГЛЯД НА МЛАДЕНЦЕВ
- 15** Наш путь к Монтессори
- 17** Почему мы любим младенцев
- 18** Что нам нужно знать о младенцах
- 22** Как читать эту книгу

ГЛАВА 2

ПРИНЦИПЫ МОНТЕССОРИ ДЛЯ МЛАДЕНЦЕВ

- 26** ЧТО? ВОСПИТАНИЕ
ПО МОНТЕССОРИ
ДЛЯ МЛАДЕНЦЕВ?
- 27** Краткая история Монтессори
- 28** Что такое Монтессори?
- 29** Несколько важных принципов
Монтессори
 - 29** 1. Впитывающий разум
 - 30** 2. Естественные
предрасположенности
 - 33** 3. Сенситивные периоды
 - 35** 4. Наблюдение
 - 40** 5. Подготовленная среда

ГЛАВА 3

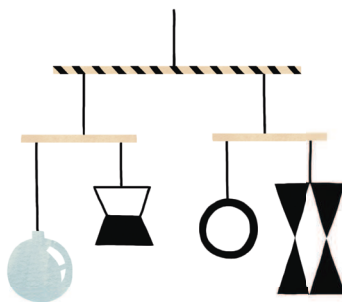
**ОТ ЗАЧАТИЯ
ДО ПЕРВЫХ 6 НЕДЕЛЬ**

- 44** Зачатие: подготавливаем для младенца его первую среду
- 45** Беременность: первая среда нашего ребенка
- 46** 1. Осознать, что младенец уже очень многое впитывает
- 46** 2. Установить связь со своим ребенком и поприветствовать его
- 48** 3. Научиться наблюдать за малюткой в утробе
- 49** 4. Обеспечить здоровую среду в утробе
- 49** 5. Подготовить для ребенка его первую среду вне утробы
- 50** 6. Выбрать свое родительское сообщество и найти полезные ресурсы
- 50** 7. Распланировать роды
- 51** 8. Подробно изучить наши истории о родах и родительстве
- 52** 9. Пережить переход к родительству
- 53** 10. Заняться дополнительной подготовкой
- 53** Роды
- 60** Симбиоз — первые 6-8 недель с малюткой
- 62** Симбиотическая фаза: советы

ГЛАВА 4

ОБУСТРАИВАЕМ ДОМ

- 74** ОБУСТРАИВАЕМ ПРОСТРАНСТВА В СТИЛЕ МОНТЕССОРИ
- 74** Младенцам не надо так много
- 75** Создаем «разрешающие» пространства
- 79** Наблюдаем, убираем и чередуем
- 79** Комната за комнатой
- 90** Советы для непростых ситуаций
- 92** Что дальше: подготовка дома для малышей от года
- 92** Кухня
- 93** Спальня
- 93** Гостиная
- 94** Ванная
- 94** Прихожая
- 94** Улица
- 95** Плюсы Монтессори-пространства дома
- 103** ТУР ПО ДОМУ
- 104** Спальня
- 105** Зона для движения
- 106** Зона кормления
- 107** Общая комната
- 108** Зона переодевания



ГЛАВА 5

**ВОСПИТАНИЕ МЛАДЕНЦА
ПО МОНТЕССОРИ**

- 110** Доверие
- 112** Принятие
- 112** Уважение
- 117** Установление доброжелательных и четких границ
- 120** Поощряем концентрацию внимания
 - 120** 1. Следите за тем, чтобы ребенок достаточно спал
 - 120** 2. Следите за водным балансом и питанием
 - 120** 3. Подготовьте упорядоченную среду
 - 120** 4. Давайте младенцу ощутить мир и спокойствие
 - 121** 5. Ограничьте пассивные развлечения
 - 121** 6. Обходитесь без экранов до двух лет, используйте их редко или не используйте совсем после двух
 - 122** 7. Выбирайте простые занятия и материалы, соответствующие уровню развития ребенка
 - 122** 8. Наблюдайте
 - 122** 9. Сдерживайтесь, если хотите прервать
- 122** Свобода движения
- 125** Надежная привязанность
 - 125** Привязанность
 - 126** Сепарация
- 126** Когда ребенок плачет
- 128** Будьте проводником ребенка
- 131** Формируем у ребенка взгляд на мир
- 131** Делаем все не спеша

ГЛАВА 6

**ЗАНЯТИЯ МОНТЕССОРИ
ДЛЯ МЛАДЕНЦЕВ**

- 136** ЧАСТЬ ПЕРВАЯ
О ЗАНЯТИЯХ МОНТЕССОРИ
- 136** Как способствовать развитию младенца
 - 141** Наша задача — готовить среду, а не развлечения
 - 143** Как помочь, если ребенку непонятно или сложно
- 146** ЧАСТЬ ВТОРАЯ
ЗАНЯТИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЯЗЫКА
- 148** 0–3 месяца
 - 148** Говорим с младенцем
 - 150** Устраняем препятствия
- 152** 3–6 месяцев
- 154** 6–9 месяцев
- 155** 9–12 месяцев
- 158** 12 месяцев и старше
- 158** Билингвизм
- 160** ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ
- 164** Занятия, способствующие развитию двигательных навыков
 - 164** Устраните препятствия
- 164** 0–3 месяца
 - 165** Коврик для движения
 - 165** Напольная кровать
 - 166** Хватание погремушек
 - 166** Визуальные мобили
- 172** 3–6 месяцев
 - 174** Навыки мелкой моторики
 - 175** Тактильные мобили
 - 176** Прочие материалы для хватания
 - 177** Навыки крупной моторики

- 180** 6–9 месяцев
 - 180** Навыки крупной моторики
 - 180** Мебель детских размеров и поручень на стене
 - 182** Навыки мелкой моторики
- 186** 9–12 месяцев
 - 186** Развитие крупной моторики
 - 188** Развитие мелкой моторики
- 194** ЧАСТЬ ЧЕТВЕРТАЯ
ПРОЧИЕ ЗАНЯТИЯ
- 194** Музыка
- 195** Улица

ГЛАВА 7

ВОПЛОЩАЕМ СОВЕТЫ НА ПРАКТИКЕ

- 202** ЧАСТЬ ПЕРВАЯ
ПОВСЕДНЕВНАЯ ЖИЗНЬ
- 202** Суточный ритм
- 204** Ритуалы
- 205** Кормление
 - 205** Кормление грудью и из бутылочки
 - 207** Советы по грудному вскармливанию или кормлению из бутылочки
 - 208** Как понять, что ребенок голоден?
 - 208** Как часто кормить?
 - 209** Срыгивание
 - 209** Частые проблемы при грудном вскармливании
 - 210** Введение твердой пищи: подход Монтессори
 - 212** Место для приема пищи
 - 213** Посуда и приборы
 - 216** Отлучение от груди
- 217** Сон
 - 224** Совместный сон
- 226** Часто задаваемые вопросы о сне
- 232** ЧАСТЬ ВТОРАЯ
ФИЗИЧЕСКИЙ УХОД
- 232** Одежда
 - 232** Во время одевания
- 233** Смена подгузников
 - 235** Когда ребенок отказывается одеваться или менять подгузник
- 236** Купание
- 237** Поездки на машине
- 237** Переноски
- 238** Режущиеся зубы
- 239** Пустышка
- 240** Делимся игрушками
- 240** Колики и рефлюкс
- 242** Время у экрана
- 243** ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ
ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ
- 243** Что делать, если ребенок стал вести себя по-другому? (Бьет, бросает, кусает, толкает)
 - 244** Первые истерики
 - 244** Наблюдение
 - 245** Предупреждаем поведение
- 247** Если ребенок — липучка и не хочет, чтобы его выпускали из рук? Если у него сепарационная тревога?
- 249** Что сделать, чтобы ребенок перестал все трогать? Когда он перестанет тянуть все в рот?
- 249** Как заниматься домашними делами?
- 251** Как применять подход Монтессори, если вы ограничены в средствах?

252 ЧАСТЬ ЧЕТВЕРТАЯ ПРОЧИЕ СИТУАЦИИ

- 252 Братья и сестры
 - 252 Настраиваем старшего ребенка
 - 253 Когда старший ребенок расстроен
 - 254 Выделяем время для каждого ребенка
 - 254 Подстраиваемся под большую семью
- 255 Двойняшки
- 256 Недоношенные младенцы
- 257 Как быть приемным родителем
- 257 Ограниченные возможности здоровья и нейроразнообразие

ГЛАВА 8

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ ВЗРОСЛОМУ

- 262 Роль взрослого
- 263 Готовим себя
 - 263 Интеллектуальная подготовка
 - 264 Физическая подготовка
 - 265 Моральная и духовная подготовка
 - 266 Вера в себя и прощение
- 271 Делаем все, что в наших силах



ГЛАВА 9

СОВМЕСТНАЯ РАБОТА

- 274 Мы не одни
 - 275 Просить помощи нормально
 - 275 Совместная работа с партнером
 - 276 Совместная работа с дедушками и бабушками, а также с другими опекунами
- 277 Родитель-одиночка или родитель, живущий отдельно
- 278 Достигаем взаимопонимания
 - 279 Просвещайте, преподнося информацию небольшими порциями
 - 279 Выбираем важные битвы
 - 280 Общайтесь так, чтобы вас (с большей вероятностью) услышали
 - 281 Как выражать свои чувства?
 - 282 Отталкивайтесь от общих ценностей
 - 282 Выберите время для регулярного родительского обсуждения — с партнером или опекунами
 - 283 Старайтесь понять других
 - 283 Выражайте признательность и получайте удовольствие
 - 284 Ребенок усвоит, что мы все разные
- 284 Как выбрать детский сад или няню
- 286 Что, если подходы и ценности в детском саду не совпадают с домашним методом?
- 287 Прощаемся с младенцем

ГЛАВА 10

ЧТО ДАЛЬШЕ?

- 294** Малыши от года до трех
- 296** Предстоящие годы
 - 297** Ребенок от 0 до 6 лет
 - 297** Ребенок от 6 до 12 лет
 - 298** Ребенок от 12 до 18 лет
 - 298** Ребенок от 18 до 24 лет
- 301** Шаги навстречу мирной жизни

РЕАЛЬНЫЕ ИСТОРИИ

- 304** Индия, Уганда
(живут в Новой Зеландии)
Джая, Никул и Аника
школа Forest Montessori
- 305** Великобритания
Чарли, Мария и Лукас
Montessori Chapters
- 306** США
Тереза, Крис, Ди и Эс
Монтессори в реальной жизни
- 307** Того (живут в Японии)
Аоэфа, Габен, Яннис и Кензо
Как мы воспитывали Янниса
- 308** Испания (живут в США)
Неус, Джон и Джулия
Монтессорийцы до мозга костей
- 309** Нигерия
Джуннифа, Узо, Солу, Мету
и Бьенду. Nduoma Montessori
и Монтессори-школа Fruitful
Orchard
- 310** Нидерланды
Курсы Симоны для родителей
и младенцев. Монтессори-школа
Jacaranda Tree
и сайт [montessori-notebook](http://montessori-notebook.com)

ПРИЛОЖЕНИЯ

- 312** Основные этапы развития
и подготовки: месяц за месяцем
- 312** Во время беременности
- 313** Первые два месяца
- 314** Месяцы 3–4
- 315** Месяцы 5–6
- 316** Месяцы 7–9
- 317** Месяцы 10–12
- 318** Список Монтессори-занятий
для младенцев
- 327** Безусловные рефлексy
- 328** ДАЛЬНЕЙШЕЕ ЧТЕНИЕ
- 329** БЛАГОДАРНОСТИ И ОСОБАЯ
ПРИЗНАТЕЛЬНОСТЬ...
- 330** АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ





ПРЕДИСЛОВИЕ

1

- 14** ДАВАЙТЕ ИЗМЕНИМ
НАШ ВЗГЛЯД НА МЛАДЕНЦЕВ
- 15** Наш путь к Монтессори
- 17** Почему мы любим младенцев
- 18** Что нам нужно знать о младенцах
- 22** Как читать эту книгу

ДАВАЙТЕ ИЗМЕНИМ НАШ ВЗГЛЯД НА МЛАДЕНЦЕВ

Долгое время люди думали, что младенцы не способны понимать, что происходит вокруг. Считалось, что они «ничего не могут». «Только едят, спят и много плачут», — говорили окружающие. К ним относились как к хрупким существам. Нам рекомендовали укутывать их получше, чтобы защитить.

Потом мы выяснили, что на самом деле в первые месяцы жизни младенцы очень быстро учатся, и мы стали слишком их опекать. Заставляли учиться быстрее и в более раннем возрасте. Сравнивали своего ребенка с другими, опасаясь, что наш не так быстро развивается.

Нам советовали покупать для ребенка все самое лучшее: развивающие игрушки, одежду, закрывающую все части тела, приспособления для сна, кресло, чтобы ребенок быстрее научился сидеть, кроватку, которая сама укачивает во сне, всевозможные мониторы и приложения.

Пора остановиться.

Давайте обратим внимание на самую новую жизнь, которую мы привнесли в этот мир. Давайте посмотрим на нашего ребенка и увидим, в чем нуждается именно он, чему он хочет научиться и каким образом мы можем поддержать его, если будем действовать более осознанно и сбавим скорость.

Что, если бы мы относились к малышам с уважением и научились спрашивать у них разрешения, прежде чем брать их на руки?

Что, если бы мы сначала наблюдали за ребенком, а не спешили что-то исправить?

Что, если бы мы видели в наших детях сильных, способных, познающих мир исследователей, которые видят все впервые?

Что, если бы мы поняли, что младенцы с самого рождения (и даже внутриутробно) воспринимают все всеми своими органами чувств?

Что, если бы смена подгузников, кормление и укладывание в кровать стали моментами общения, а не нудными домашними обязанностями? Что, если бы мы стали уделять больше времени речи и разговору даже с новорожденными?

Что, если бы выделили время, чтобы наши дети могли полежать на коврикe, растянуться и изучить свое тело?

Что, если бы мы не поддерживали их в позах, к которым они еще не готовы, например не сажали и не держали за руки, чтобы они могли ходить, когда их мышцы еще не готовы к ходьбе?

Что, если бы мы признали существование у младенцев определенных опорных точек — их руки, наши голоса, места, где их кормят, и распорядок дня, — которые помогают ориентироваться?

Что, если бы мы наконец забыли все советы о том, что следует купить, и вместо этого обустроили простое, красивое пространство для нашего ребенка?

Что, если бы мы научились видеть, что каждый ребенок — уникальная душа, осознали, что должны стать их проводниками на этой планете, поддерживать их, пока они растут и становятся лучшей версией себя, не оказывая при этом давления, но и не допуская, чтобы они чувствовали себя брошенными?

Что, если бы мы лежали в лесу, на пляже, в парке, в горах и позволяли им почувствовать восхищение и удивление величием природы?

НАШ ПУТЬ К МОНТЕССОРИ

Симона вспоминает, что, когда у нее родился первый ребенок, она почувствовала глубокое волнение от этой способности создавать новую жизнь. Она старалась наилучшим образом использовать всю имеющуюся информацию, но все стало гораздо яснее, когда она открыла для себя систему Монтессори. Ее сыну тогда было 18 месяцев, и, как многие другие родители, она жалеет, что не познакомилась с этими принципами раньше.