

ПОГОВОРИМО ПРО ОСОБЛИВОСТІ ВИХОВАННЯ БЛИЗНЮКІВ



Виховуючи близнюків, батьки отримують і подвійне навантаження, і подвійну втому, і подвійне задоволення. Для багатьох батьків близнюків перший рік їхнього життя залишається в пам'яті кошмарним сном. Спробуємо з'ясувати, як полегшити догляд за двома (або більше) дітьми одночасно.

Батькам, котрі чекають близнят, потрібно готуватися не тільки до подвійних матеріальних витрат. Усі психологічні проблеми, конфлікти, труднощі виховання у випадку з народженням двох малюків немовби множаться на два, усі проблеми — удвічі гостріші. Виховання близнюків, безумовно,

має певні особливості.

У близнят, у порівнянні з іншими дітьми, є чимало психологічних відмінностей. Вони пов'язані і з постійним існуванням «удвох», у парі, і навіть із тими ускладненнями, які виникають ще на стадії багатоплідної вагітності. Оскільки організм жінки «розрахований» на народження лише одного, то двом або трьом малюкам доводиться зазнавати і в материнській утробі, і при пологах різних «стресів». Щоправда, сучасна медицина здатна звести до мінімуму їхні наслідки.

Дуже часто «дружні» близнята сильно залежні одне від одного і не можуть розлучитися ні на хвилину. З іншого ж боку, така «самодостатність» не створює у них потреби виходити «за межі» власного маленького світу, будувати стосунки з іншими однолітками.

Частий наслідок такої тісної дружби так звана «автономна» мова, створена самими близнятами і зрозуміла лише їм одним, яку діти зазвичай і не бажають пояснювати тим, хто їх оточує. У зв'язку з цим інколи виникають затримки в розвитку мовлення, які можна усунути правильним спілкуванням із дітьми, спеціальними заняттями, іграми.

До трьох років близнята можуть відгукуватися на обидва імені і не впізнавати себе у дзеркалі або на фотографії. Батькам важливо втрутитися якомога раніше і за допомогою певних прийомів привчати крихіток до того, що у кожного з них — своє ім'я, свої інтереси, свій одяг, своя думка і своє обличчя.

Приблизно з трьох років у спільних іграх відбувається розподіл функцій між близнюками і закладається основа їхніх майбутніх відносин.

Малюк, який з'явився на світ першим, зазвичай сильніший фізично, і тому починає «верховодити» у парі. Необхідно вчасно помітити це, щоб не дозволити молодшому перетворитися на «невдачу», назавжди стати «другим». Ситуація, в якій один із малюків — «лідер», а інший — «підлеглий», трапляється дуже часто. Важливо допомогти дітям, щоб таке самовідчуття не збереглося потім і в дорослому житті.

Часто з близнятами батькам, буває дуже важко. Їх двоє — і діти можуть

об'єднатися у такий собі войовничий «тандем», приборкати який буде дуже складно.

При вихованні обох дітей одночасно важливо не переходити межу, «розділяючи» інтереси дуже пов'язаних одне з одним близнят або, навпаки, примиряючи «суперників». Потрібно діяти м'яко. Важливо також пам'ятати, що однаково ставитися до обох неможливо,



адже вони — різні, і про це близнюкам постійно нагадуватиме навколишній світ. Справедливість полягає не в тому, щоб «прирівнювати» дітей, а щоб правильно розуміти і захищати інтереси кожного. Треба обов'язково пам'ятати, що кожен із цих дітей — особистість. Вони не схожі за характером, темпераментом, відрізняються багатьма особистісними рисами. Зазвичай одна дитина є спокійною та урівноваженою, інша — галасливою та веселою. Саме тому підхід до виховання мусить бути різним. Від початку намагайтеся враховувати їхню внутрішню відмінність. Купуйте їм різні іграшки. Навіть якщо через це виникнуть непорозуміння, навчіть їх обмінюватися.

Часто дорослі помічають, що у близнюків розвивається так званий «ефект дзеркала». У них є така особливість — постійно бачити себе у своїй половинці. Інколи це перешкоджає відчувати особливість і індивідуальність самого себе. Проте в більшості випадків такі діти лише користуються своєю схожістю. Вони обоюдно вводять оточення в оману, видають себе одного за іншого. Першими жертвами стають вихователі в дитячому садку та шкільні викладачі. Близнюки прагнуть піти від тиску і демонструють, що їхня сила — у союзі, зокрема, це проявляється в оцінюванні. Деякі доходять до того, що міняються одягом або імітують деталі, які дозволяють розрізнити їх. Але це інколи небезпечно... Коли близнята надто довго «обманюють», вийшовши з дитячого віку, то розплачуються за це їхні друзі та подружки. Попри все близнята, як янголи-охоронці, завжди допомагають і підтримують одне одного.

Ставши підлітками, коли близнюки починають відчувати свою самостійність, вони, навпаки, можуть дуже сильно прагнути до відокремлення, самоствердження, доказу власної значущості. І часто це обертається неприємними конфліктами, якщо вчасно не втрутаються дорослі.



Батькам доводиться забезпечувати правильний розвиток обох дітей, не допускаючи відставання від рівня, відповідного їхньому віку.

Тому пропонуємо вам врахувати такі рекомендації:

1. Підготовка до народження близнюків має бути завчасною. Ультразвукова діагностика кілька разів упродовж вагітності майже унеможлиблює «сюрприз» при пологах. Зазвичай майбутнім мамам повідомляють про це ще під час вагітності. Необхідно пам'ятати, що двійні або трійні з'являються на світ на 2—3 тижні раніше звичного терміну. Якщо ви будете тягти до останнього, пологи можуть початися зненацька. Заздалегідь підготуйте все необхідне, не відкладаючи на останні місяці вагітності. Будьте уважними до свого стану перед пологами. Вступіть до клубу матерів близнюків, відвідайте його до народження дітей і в перший рік-два після нього. Немає нічого кориснішого за досвід батьків, які вже пройшли крізь це і можуть поділитися своїм досвідом, це збереже в аш час і сили.



2. Подолати труднощі можна, тільки подвоївши батьківські зусилля. Якщо народилася одна дитина, участь батька у догляді за нею — справа його доброї волі. Якщо ж дітей більше — це вже його нагальна потреба та обов'язок. Мама просто не обійдеться без допомоги свого чоловіка. Інакше вона змушена буде залучати бабусь, дідусів та інших родичів. У догляді за близнюками ролі матері й батька чітко не розподіляються. Батько може брати участь у всьому, крім годування груддю (хоча навіть у цей моменту нього теж є деякі обов'язки).

3. Годувати доведеться двох дітей майже одночасно. Намагайтеся привчити обох малят до годування за одним графіком. Якщо батько вдома, і ви годуєте дітей із пляшечки, кожен з вас бере по дитині, і вони їдять одночасно. Якщо ви годуєте грудьми, доведеться робити це по черзі, але без тривалої перерви. Спробуйте привчити дітей не тільки до одночасного годування, але й до спільного розпорядку сну. А ось купання у ванній у ранні місяці двох дітей одночасно — це важке випробування (якщо, звичайно, у вас не чотири руки). Якщо одночасно купати дітей вам занадто складно, можна купати одного, поки інший грається.

4. Подружжю необхідна подвійна організованість. Відколи у вас з'явилися близнюки, треба особливо чітко планувати свій час. Робіть тільки те, що крім вас ніхто не робить, решту справ перекладіть на інших членів сім'ї. Дайте чоловікові, вашим батькам, близьким друзям список продуктів для закупівлі. Нехай ті справи, які можуть зачекати, зачекають. Спитайте ваших знайомих із клубу матерів близнюків, як можна зекономити час, наприклад, при приготуванні їжі.

5. Близнюки швидше заспокоюються і краще сплять, якщо їх класти в одне ліжко, а не в різні, возити на прогулянку в одному візочку. Зрештою, вони уже зблизилися за 9 місяців в утробі. Коли малюки підростуть, можна зробити спальне місце просторішим — залежно від того, як вони краще сплять — притискаючись одне до одного або тримаючись на відстані.

6. Просіть про допомогу (прибирати, купувати продукти) найближчих родичів хоча б у перші місяці. Для батьків близнюків це не розкіш, а необхідність.



7. Діти, яких носять на руках, — менше плачуть. Досвідчені батьки знають, що цей прийом швидко заспокоює. Доведеться носити обох. Якщо один із них почне кричати, він потривожить і іншого, а подвійний плач, що наростає та посилюється, сильно впливає на нервову систему батьків і дітей. Доречно мати так звані «кенгуру» — один для мами, другий для тата, і частіше виносити дітей на

прогулянку. Свіже повітря розвіє жахливу думку про те, що ви прикуті до дому.

8. Як їх розрізнити? Якщо вам складно розрізнити своїх абсолютно однакових дітей, спробуйте придумати особливі знаки (браслети, зачіски, пелюшки різного кольору, одяг, носовички, посуд). Навіть якщо ваші діти схожі одне на одного, як дві краплі води, рано чи пізно ви помітите, що у них є індивідуальні, особливі прикмети, наприклад, родимки на тілі. Купуйте їм різне взуття або хоча б із різною шнурівкою. А коли близнюки підростуть, у них почне проявлятися індивідуальність.

9. Обов'язково називайте близнюків на ім'я. Майте на увазі, що ви виховуєте двох малюків, а не просто двійню. Називайте дітей на ім'я, а не «близнюками».

10. Завжди заохочуйте ігри та спілкування з іншими дітьми й дорослими.

11. Схожі, але різні близнюки ростуть, і у вас можуть з'явитися проблеми, що виникають тільки у сім'ях із близнюками. З одного боку, дітям подобається, що вони близнюки, але з іншого — їм хочеться бути індивідуальними. В один день вони можуть захотіти бути одягненими однаково, в інший — по-різному. Пливіть за течією — ідіть назустріч їхнім побажанням, давайте робити самостійний вибір і не бійтеся розбалувати їх таким явним потуранням.

12. Батьки, зайняті своїми справами, часто і надовго залишають близнюків самих, це звужує коло їхнього спілкування і призводить до ще тіснішого зближення. А згодом може зробити їх взаємозалежними. І що більше вони перебувають наодинці у дитинстві, то важче їм буває потім адаптуватися у дитячому, шкільному і навіть дорослому колективі.

13. Щоб уникнути затримки у розвитку мовлення, якомога більше розмовляйте з близнюками, заохочуйте їх до спільних розмов із членами сім'ї, пропонуйте кожному розповідати, що вони бачать на картинці, під час прогулянки, розваг, переказувати прочитані оповідання тощо. Обов'язково вислуховуйте кожного з малят, пропонуйте висловити свою особисту думку.





Неповторне задоволення — спостерігати за розвитком двох близнюків, за їхніми стосунками. Подвійне навантаження стає для батьків подвійною радістю. Коли діти починають сидіти і повзати, батькам стає легше, адже двійко діток можуть гратися одне з одним, даючи батькам необхідний перепочинок. Потім

настає час, коли очі у вас розбігаються, оскільки ви намагаєтеся встежити за обома малюками, відповісти обом одночасно на зовсім різні запитання... Згодом проблем із близнюками меншає, але повністю вони не зникають. І, нарешті, пам'ятайте, що кожен з них потребує вашої уваги, турботи, ласки, любові.