[**Воспитываем и развиваем в утробе матери**](http://lib.druzya.org/psichlogy/west/vozrast/.view-andre.txt.html)

Родители, сетуя на своих детей, часто говорят: "Ну откуда взялось это в ребенке? Почему он такой?.." Сегодня, уже не вызывает сомнения, что многие черты характера будущего человека формируются в процессе внутриутробного периода, ибо новорожденный к моменту своего появления на свет уже прожил девять месяцев, которые в значительной степени определяют направления его дальнейшего развития.

Мать - это первая земная вселенная ребенка, поэтому все, через что она проходит, испытывает и плод. Эмоции матери передаются ему, оказывая либо положительное, либо отрицательное влияние на его психику. Ни в один из моментов своей дальнейшей жизни человек не развивается столь интенсивно, как в пренатальном периоде, начиная с клетки и превращаясь всего через несколько месяцев в совершенное существо, обладающее удивительными способностями и неугасимым стремлением к знанию. Способность к добру и сопереживанию, чувство любви или неприязни, спокойствие или агрессивность, как и многие другие свойства личности, воспитываются в человеке с момента его зачатия.

Педагог Бертин Андрэ писала, что организм будущего ребенка строится из материалов, которые поставляются ему из организма матери, следовательно, образ ее жизни, питание, отсутствие или наличие вредных привычек (прием алкоголя, курение, злоупотребление лекарственными препаратами и пр.) закладывают основу здоровья плода. Именно неправильное поведение матери, ее излишние эмоциональные реакции на стрессы, которыми насыщена наша тяжелая и напряженная жизнь, служат причиной огромного числа таких послеродовых заболеваний, как неврозы, тревожные состояния, многочисленные аллергические недуги, отставание в умственном развитии и многие другие патологические состояния.

Психологи и психиатры выявили наличие существенного фактора, влияющего на развитие плода - качества эмоциональной связи, существующей между матерью и ребенком. Любовь, с которой она вынашивает ребенка; мысли, связанные с его появлением; богатство общения, которое мать делит с ним, оказывают влияние на развивающуюся психику плода и его клеточную память, формируя основные качества личности, сохраняющиеся на протяжении всей последующей жизни.

В тех случаях, когда мы испытываем чувство радости и счастья, наш мозг вырабатывает "гормоны радости" (эндорфины). Они способны сообщать ощущения покоя или радости бытия плоду. Если он часто испытывает эти состояния в утробе матери, то они запоминаются.

При стрессе организм, в частности надпочечники, начинает вырабатывать так называемые стрессовые гормоны (катехоламины), которые помогают справиться с возникшей ситуацией. Эти гормоны проникают через плацентарный барьер и оказывают воздействие на плод, формируя физиологическое состояние, отражающее состояние матери. Однако у плода оно гораздо сильнее и имеет большую значимость, поскольку у взрослого человека за время его жизни развиваются защитные механизмы, отсутствующие у плода.

И все же беременным женщинам не следует испытывать особую волнения по этому поводу, поскольку речь идет о сильных стрессах, глубоких и длительных переживаний матери, а не о быстро проходящем чувстве тревоги, например, из-за разбитой вазы. Негативно отражаются плохие отношения между супругами, которые, повторяясь, превращаются в застывшую модель общения. Кроме того, будущие матери обладают защитным щитом, предохраняющим ребенка: любовью к нему. Она способна защитить плод от вредного воздействия даже в очень тяжелых, экстремальных ситуациях.

Все трудности вполне преодолимы, если будущая мать осознает, что только она служит ребенку средством абсолютной защиты, для которой неисчерпаемую вселенскую энергию дает ее любовь. Совсем немаловажная роль принадлежит и отцу. Отношение к жене, ее беременности и, конечно, к ожидаемому ребенку - один из главных факторов, формирующих у будущего ребенка ощущения счастья и силы, которые передаются ему через уверенную в себе и спокойную мать.

В момент зачатия мать и отец - равноправные партнеры, однако на протяжении последующих девяти месяцев главным действующим лицом становится женщина. Тело матери - это колыбель, в которой формируется новая жизнь. Мать и ребенок представляют собой единый и неразрывный организм, поэтому они в равной степени страдают от плохого самочувствия и неблагоприятного воздействия внешнего мира, одинаково остро воспринимают победы и поражения, делят пополам все горести и радости.

Каждая будущая мать должна всегда следовать непреложным законам, которые можно сформулировать так:

откажитесь от всех вредных привычек - ваш образ жизни, питание закладывают основу здоровья плода; старайтесь избежать стрессов и не давайте воли отрицательным эмоциям, потому что страх, ревность, злоба, душевная боль наносят непоправимый вред плоду и его формирующейся психике;

любите свое будущее дитя, ибо любовь матери - мощный фактор защиты, способный прикрыть плод от вредного воздействия даже в очень тяжелых ситуациях;

не забывайте о том, что музыка, пение, поэзия, искусство, общение с природой успокаивают, даруют радость и чувство внутренней свободы, которые благотворно сказываются на ребенке, приносят ему ощущение счастья и покоя;

пытайтесь думать о тех качествах, которые хотели бы видеть в ребенке, направляйте мысли на такие категории, как доброта, мудрость, интеллигентность, честность, духовная красота, помните о том, что плод способен улавливать информацию своими клетками, а также записывать ее;

беседуйте со своим будущим ребенком, объясняйте ему происходящее, успокаивайте и подбадривайте его, так как это приводит к полному единению с ним.

Здоровье, характер и будущие качества ребенка, бесценного сокровища, врученного вам Природой на хранение, зависят от вас самих.

(по материалам книги Бертин Андрэ "Воспитание в утробе матери, или рассказ

об упущенных возможностях" подготовила медицинский психолог женской консультации Е.В.Сотникова)