

Анна Милованова

НЕОБЫЧНАЯ КНИГА

ДЛЯ ОБЫЧНЫХ РОДИТЕЛЕЙ

.....

*Простые ответы
на самые частые^и вопросы*

Москва
Мир и Образование

Содержание

От автора	11
Предисловие	13
<u>Личность ребенка</u>	15
Почему в семье рождаются дети только одного пола?	16
Наиболее очевидные причины	17
Вторичные причины	20
Искусственные способы предопределения пола ребенка	23
Старший и младший — мир или война	24
Как вести себя со старшим ребенком	25
Как вести себя с младшим ребенком	26
Темперамент маленького человека	26
От темперамента может многое зависеть	28
Застенчивый ребенок	29
Граница между агрессией и адекватной защитой	31
Какой он, маленький агрессор?	31
Откуда берется агрессия и как с ней справиться	32
Самооценка ребенка	34
Что есть «самооценка»	34
Как в домашних условиях быстро определить уровень самооценки ребенка	35
Методы приведения самооценки ребенка к адекватному уровню	37
Что пугает малыша и как с этим бороться	38
Инстинктивные страхи	39
Страхи разума	41
Как вести себя родителям, чтобы помочь ребенку справиться со своей проблемой	42
Активен или ГИПЕРативен?	43
Законы детской дружбы	46
Маленькая жадина	48
Распространенные ошибки в борьбе с жадностью	48
Не жадный, щедрый!	49
Онанизм у маленького ребенка	50

Причины и следствия	50
Пять шагов на пути к избавлению	51
Развод и ребенок	52
Как сказать ребенку об этом	53
Как вести себя приходящему родителю	54
Новые родители	54
Дар рождения леворуким	55
Преимущества правого полушария	56
Педагогический подход	56
Детский сад	57
Готов ли малыш к детскому саду?	57
Сложности адаптации.	60
Правила поведения для мамы	61
Бич современных дошкольников	61
Готовность ребенка к школе	62
Подготовка к школе	63
Признаки переутомления и как с ними бороться	64
Общие рекомендации	64
<u>Раннее развитие</u>	65
Секреты IQ	66
Определяющий фактор	67
Готовимся родить гения!	68
Создание правильной среды	69
Механизм развития интеллекта	69
Чего делать не стоит	71
Кривое зеркало	72
Эффектная внешность	72
Выдающийся интеллект	73
Главное, чтоб человек хороший был	73
Эпоха вундеркиндов.	75
Беремся за работу	77
Определяем оптимальный уровень интеллектуальной нагрузки.	80
Стоп! Хватит	81
Быстро не значит лучше	81
Свой путь.	81
Читать научится каждый!	82
Игрушки для крошки	82
Игрушки для детей от 1 года до 3 лет	85
Игрушки для детей старше 3 лет	87
Музыкальное воспитание	89
Внутриутробное музыкальное развитие	89
Раннее младенчество (до 3 лет)	90
Дошколята (от 3 до 6 лет)	91
Школьники (от 6 до 8 лет)	92
Восприятие величины у ребенка	94
Игры и упражнения для развития сенсорики и мышления.	96

Рисование	96
Аппликация.	97
Кубики	98
Развивающие игры	98
Обзор наиболее популярных авторских методик раннего развития	100
Пятиминутки (сборники игр на 5 минут).	102
Учимся вносить разнообразие!	102
Творчество повсюду.	103
Игры с множеством участников	103
Пальчиковые игры	104
От года до трех лет — игры одной рукой	104
От трех до четырех лет — игры двумя руками	105
Для детей старше четырех лет — игры с предметами	106
«Компьютер» для карапуза!	106
Польза компьютерных игр	107
Физиологические доводы	108
Как обезопасить ребенка от вредного воздействия компьютера.	108
Что? Где? В какую цену?	109
Умная комната	110
Обустроиваем загородный дом	112
Зимние игры	113
Краски весны для пользы крохи	115
Летняя прогулка с пользой	117
<u>Самые частые родительские «почему?»</u>	119
Почему ребенок боится мыть голову?	120
Почему ребенок сосет пальцы?	121
Почему дети потеют во сне?	123
Безобидные варианты.	123
Звоночек к доктору.	123
Четыре маленьких совета	124
Почему дети верят в сказки?	124
Волшебное лекарство	124
Историческая роль сказок.	125
Побочные эффекты фантазирования	125
Почему дети скрипят зубами?	126
Причины местного характера	126
Следствие неправильной работы организма	127
Общие рекомендации	127
Почему ребенок не хочет ложиться спать?	128
Выбираем момент	128
Питание	128
Подготовка ко сну	128
Эмоциональный настрой	129
Мамины помощники	129
Почему дети не слушаются родителей?	130
Мера наказания	131

Почему дети писают ночью в кровать?	132
Возможные причины недержания.	132
Общие рекомендации	133
Почему дети воруют?	133
Три-семь лет. Детская импульсивность	134
Школьники. Одиночество в семье	134
Подростки. Не хуже, чем все.	135
Почему ребенок не помогает по дому?	135
«Я сам»	135
Ради него.	135
Радость помощи	136
Право на отказ	136
Почему ребенок хочет снова стать маленьким?	136
Ревность	137
Груз ответственности	137
Кризисы и стрессы	137
Почему ребенка укачивает в машине?	138
Превентивные меры	138
Перед поездкой.	138
В дороге	139
Почему стоит травить глистов профилактически?	139
Группа риска	140
Лечение как профилактика	141
Почему дети называют родителей по именам?	143
Попытка САМоутверждения	143
Наиболее эффективное поведение.	144
Почему ребенок дает себя обижать?	145
Если ребенка обидели.	145
Если спор возник из-за игрушки	146
Общие рекомендации	146
<u>Домашний логопед</u>	147
Учимся говорить, играя!	148
С рождения до года	148
С года до трех лет	148
С трех до семи лет	149
Этапы развития речевых навыков	149
Особенности психомоторного развития	
у недоношенных детей	151
Дефицит общения с матерью	
как возможная причина логопедических проблем.	153
До года: мама — основа жизни	153
С года до трех лет: мама — друг	153
После трех: мама — наставник	154
Причины речевых нарушений у детей	154
Факторы, приводящие к различным расстройствам речи	154
Врожденные нарушения речи	156
Приобретенные речевые расстройства	
(поддаются коррекции).	156

Развитие мелкой моторики как один из методов развития речи	157
Занятия с малышом до года	157
Игры с года до трех	157
Развитие моторики у детей от трех лет	158
Артикуляционная гимнастика	159
Как правильно организовать домашние занятия	160
Упражнения для языка	161
Упражнения для развития губ	163
Упражнения для челюсти	165
Упражнения для мягкого нёба и глотки	167
Комплекс упражнений для правильного произношения буквы Л	169
Комплекс упражнений для правильного произношения буквы Р	170
Комплекс упражнений для правильного произношения шипящих	171
Методы устранения дефекта «невнятной речи»	172
Методы решения проблемы	173
<u>Народный фольклор</u>	175
Опыт предков, данный для радости и развития наших детей.	176
Колыбельные песни	177
Русские народные колыбельные	178
Авторские колыбельные	179
Пестушки	180
Потешки.	183
Прибаутки.	186
Молчанки	188
Молчанка как самостоятельная игра	189
Молчанка как часть большой игры	190
Скороговорки	191
Полезные сказки — мамыны подсказки	193
<u>Этикет</u>	195
Детский этикет	196
Столовый этикет	197
Этикет общения.	197
Речевой этикет	197
Внешний этикет.	197
Этикет грудничка	197
Поведение за столом	199
Оденусь сам!	201
Дальше я сам!	201
Обычные трудности.	202
Отношения с родственниками.	202
Старшие члены семьи.	202
Ребенок и родители	203

Братья и сестры	203
Отношения со взрослыми	204
Иерархия положения	204
Взаимоуважение	204
Свой/чужой	205
Гендерный этикет	205
Мальчики-девочки.	206
Прекрасные принцессы и отважные рыцари	207
Глубокий смысл исторического атавизма	207
Не все так, как кажется	208
Всегда ищите причину	208
С первого взгляда	208
Этикет на детской площадке	209
Этикет родителей	209
Этикет детей	210
Детские законы	210
Ходим в гости	210
Благодарим за подарок	212
Слова-паразиты, или Воспитываем интеллигентного ребенка	213
Этикет в общественных местах	215
Кафе, ресторан	215
Кинотеатр, театр, музей	215
Улица, магазин	215
Этикет в транспорте	216
Места для пассажиров с детьми	216
Люди рядом	217
Игрушки	217
Невмешательство в личное пространство	217
Вопросы гигиены	218
<u>Кушать подано!</u>	219
Как накормить малоежку	220
Как накормить капризного ребенка	221
Пять основных «нельзя»	222
Пять шагов к решению проблемы	222
Сказки для еды	223
Особенности пищевых пристрастий ребенка	225
По пути наименьшего сопротивления	225
Странные вкусы	225
Согласно физиологии	226
Творожные берега	226
Творожные рецепты	227
Необычные бутерброды	228
Норма жидкости	229
В каких случаях следует задуматься о введении в рацион дополнительной жидкости.	230
Напитки для нормализации потребления жидкости	231
Все о соках	233

Полезные экзотические напитки	234
Домашняя сокотерапия	236
Вкусная польза	
(как обогатить рацион овощами и фруктами)	237
Некоторые универсальные правила	238
Уникальная ценность овощей и фруктов	238
Чтобы полезное не стало опасным	239
Искусство сохранять витамины	239
Ресторанная еда и фастфуд	241
Такие разные аллергены	242
Пять основных правил недопущения аллергии	243
Гипоаллергенное меню на каждый день	243
Как сделать с малышом первый торт	245
Угощения на детский день рождения	247
Идеи для праздничного стола	247
<u>Знакомство с миром</u>	249
Дни рождения дома и вне дома	250
Десять компонентов веселого праздника	250
Праздник на своей территории	250
День рождения «под ключ»	251
Детское кафе	251
Начинаем с меню	251
Переходим к выбору помещения	252
Организационные вопросы	252
Развлекательные парки и аттракционы	253
Пять полезных советов для любителей аттракционов	253
Немного о безопасности	254
Идем в кинотеатр	254
Знакомство с цирком	256
Подготовьте ребенка заранее	256
Выбираем лучшие места	257
Дополнительные развлечения	257
Ребятам о зверятах	
(отправляемся в зоопарк)	258
Выбираем день	258
Не кормите животных!	258
Картинка оживает, когда наполняется смыслом.	259
Поход в музей	260
Готовимся дома	260
Тихо! Музей	260
Первый и самый любимый!.	261
Семьей в аквапарк	261
Общие рекомендации	262
Что взять с собой.	262
Обратите внимание.	263
И вечная слава воде!	
(О пользе занятий в бассейне)	263

Десять аргументов о пользе систематических занятий плаванием	264
Плывать раньше, чем ходить	265
Бассейн для мамы и малыша	265
Аргументы противников злоупотребления плаванием	266
В поисках чистой воды	267
Поездка с ребенком на море и за границу	267
Здоровый выбор	267
Ответственный момент — выбор места отдыха	267
Советы отдыхающим	268
Первостепенные вопросы	269
Детский лагерь	272
Оздоровительные лагеря	273
Удаленный лагерь	273
Тематические ролевые лагеря	273
Если ребенок не хочет в лагерь	274
Необходимо знать	274
В гости к маленькому другу	275
Пять преград успешного гостеприимства	275
Обратите внимание	276
В гости к друзьям родителей	277
Предварительная подготовка	277
Ориентируемся на месте	277
Кто тут главный?	278
Вместе за покупками	278
«Броуновское движение»	278
Выбор подарка малышу	279
Не допустить истерики	279
Пять секретов удачного совместного шопинга	279
«Скоро будет Дед Мороз раздавать подарки?»	280
Праздник «Новогодняя елка»	281
Интернет-ресурсы	282
<u>Играем вместе с мамой</u>	283



Личность ребенка

Темперамент маленького человека

Самооценка ребенка ♦ Маленький агрессор

Жадина ♦ Застенчивый ребенок

Законы детской дружбы

Детский сад ♦ Готовность ребенка к школе

ПОЧЕМУ В СЕМЬЕ РОЖДАЮТСЯ ДЕТИ ТОЛЬКО ОДНОГО ПОЛА?

Обращение мамы на интернет-форуме

«Когда я была беременна в первый раз, нам с мужем было все равно, кто родится. Родилась прелестная девочка. Во второй раз мы втайне надеялись, что получим «полный комплект» и родится мальчик, но родилась опять девочка. В третий раз мы подошли к делу серьезно и перепробовали чуть ли не все известные методики планирования пола ребенка. Родилась еще одна миленькая дочурка. Теперь муж называет нашу семью «курятником» и отказывается предпринимать новые попытки без 100 %-ной гарантии. Скажите, можно ли в действительности запланировать пол ребенка?»

Как правило, родителям не принципиален вопрос о том, какого пола родится ребенок. Более того, статистика подтверждает, желающих иметь сына ровно столько же (17 %) респондентов, как и дочь, остальные хотели бы двоих разнополых детей. Может быть, и не стоит вмешиваться в дела природы, старающейся сохранить баланс между двумя полами. Ведь последствия могут быть катастрофическими для человечества в целом. Взять хотя бы современную политику Китая, своим запретом на рождение второго ребенка спровоцировавшего население миллиардной страны на поиск всевозможных ухищрений для планового рождения малыша мужского пола. Как результат, налицо существенный дисбаланс подрастающего поколения и введение беспрецедентных санкций вплоть до уголовной ответственности за попытки искусственно повлиять на пол будущего ребенка.

Другое дело, что бывают семьи, где подобные желания вполне оправданы. Многодетные семьи, где по иронии судьбы рождаются дети только одного пола, и, тем более, семьи, где по медицинским показаниям нежелательно рождение ребенка определенного пола. Вспомнить хотя бы наследственное заболевание гемофилия, приводящее к тяжелым последствиям исключительно у мужчин. Стоит сразу оговориться, 100 %-ной гарантии рождения малыша определенного пола без хирургического вмешательства, опасного для будущего ребенка, не может дать ни один метод планирования. Но многолетняя история изучения таких «однополых» семей все-таки дает возможность выделить некоторые свойственные атипичному для природы явлению закономерности, как лежащие на поверхности, так и более глубинного характера.

Самые-самые

13 июня 1971 года 19-летняя Жеральдина Бродерик родила пятерых мальчиков и четырех девочек. Самое большое число детей, рожденных одной матерью, по официальным

данным, равно 69. Согласно сообщениям, сделанным в 1782 году, в период между 1725 и 1765 годами жена русского крестьянина Федора Васильева рожала 27 раз, произведя при этом на свет 16 раз двойни, 7 раз тройни и 4 раза по 4 близнеца. Из наших современниц наиболее плодовитой матерью считается Леонтина Альбина (или Альвина) из Сан-Антонио, Чили, которая с 1943 по 1981 год родила 55 детей. В результате первых 5 беременностей у нее рождались тройни, причем исключительно мужского пола.

Наиболее очевидные причины

Подвижность сперматозоидов и особенность яичников

Половая принадлежность человека закодирована в Y-хромосоме, существующей только у мужчин. К стандартному набору из 22 хромосомных пар от обоих родителей добавляется по одной половой хромосоме: всегда X от мамы и X или Y от папы. Но значит ли это, что пол целиком зависит от мужчины? Вовсе нет, да и не бывает в природе такого, чтобы все зависело лишь от одного фактора. Хотя, рассматривая вопрос комплексно, именно с этого и стоит начать.

Прежде всего, случаются нарушения в составе половых хромосом. Например, у мужчины может иметься не одна X-хромосома, а две и больше. К сожалению, полученные таким образом девочки страдают бесплодием. Бывает, что папа передает сыну не одну, а две Y-хромосомы, замечена связь между подобным отклонением и ростом правонарушений у ребенка в будущем. У отдельных мужчин сперматозоиды одного вида по неизвестным причинам имеют значительное преимущество при оплодотворении. У некоторых вырабатываются практически одни только X- или Y-хромосомы (существует теория, что у мужчин, способных к эякуляции до 10 раз в сутки, на 98 % в составе Y-хромосомы).

Возможны и отличия в женской репродуктивной системе. Опять-таки теория: яйцеклетки также имеют предпочтения при выборе сперматозоида определенного пола. Так, яйцеклетки правого яичника охотнее принимают Y-хромосомы, левого — X. Следовательно, если у женщины проблемы с правым яичником, то рождаются будут девочки. С другой стороны, помочь сперматозоиду найти нужное направление можно, приняв положение на желанном боку сразу после секса.

Поверие

Если муж является братом нескольких сестер, а жена не имеет братьев вовсе, то рождение первенца-мальчика равно нулю.

Кислотно-щелочная среда и привычный рацион питания

Серьезное влияние на формирование пола будущего ребенка оказывает среда, в которую попадают сперматозоиды. Она целиком зависит от женщины. В женской половой системе существует кислотно-

щелочной баланс. Разумеется, он может варьироваться у разных женщин в ту или иную сторону, даже более того, изменяться под воздействием внешних факторов. Во время половой близости во влагалище женщины попадает 300—500 миллионов сперматозоидов. В его кислой среде большая их часть гибнет, лишь самые стойкие попадают в шеечную слизь, имеющую слабощелочную реакцию, которая облегчает им движение.

Добавив к этому, что сперматозоиды с X-хромосомой отличаются большей живучестью, вывод напрашивается сам: женщины, обладающие более щелочной средой, имеют больше шансов родить мальчика. Отчасти такие особенности закладываются генетически, но немало важную роль играет и особенность питания будущей мамы.

Не так давно была очень популярна специальная «французская диета», разработанная французскими учеными Жозефом Столковски и Жаком Лораном и обещающая 80 %-ную эффективность. Она возникла благодаря изучению особенностей питания за несколько месяцев до предполагаемого зачатия. Еще в 60-е годы XX века Жозеф Столковски проводил эксперименты со средиземноморскими жабами и установил: если добавлять в воду, где они живут, соли калия, на свет появится больше самцов. Если же обогащать ее солями кальция — увеличится число самок.

То же правило распространяется и на человека — родителям будущих мальчиков следует употреблять в пищу большое количество натрия и калия, а родителям будущих девочек — продукты, богатые кальцием и магнием. *Мечтающим о мальчике* советуют есть: соленое, мясо, рыбу, колбасы и копчености, картофель, рис, грибы, черешню, бананы, абрикосы, апельсины, персики, финики, сухофрукты. *Если родители хотят девочку*, то будущей маме рекомендуется включить в свой рацион: сладкое, молочное, зелень, яйца, выпечку и злаковые, баклажаны, свеклу, морковь, огурцы, горошек, перец стручковый, лук, орехи. Возможно, это имеет какое-то отношение и к старинным славянским традициям, сохранившимся до наших дней лишь в образном виде: посыпать подоконник солью — к мальчику и сахаром — к девочке.

Следует особо подчеркнуть, что ряд исследований выявили увеличение числа самопроизвольных выкидышей у женщин, соблюдающих специфичную диету более двух месяцев. Это объясняется тем, что в ранние сроки беременности происходит закладка органов и систем будущего ребенка, и дисбаланс или дефицит пищевых веществ может повлечь серьезные нарушения. Также выяснилось, что женщины, строго следящие за своей фигурой и регулярно соблюдающие различные, особенно безуглеводные диеты, испытывают больше проблем с зачатием ребенка и реже рожают мальчиков.

Сексуальная жизнь

Широкую огласку получил так называемый *метод Шеттлса*. Он основан на различной продолжительности жизни женских и мужских сперматозоидов в половых путях. Сперматозоиды с Y-хромосомой

(мужские) — шустрые и сильные. Их шансы первыми добраться до заветной яйцеклетки выше. Но есть и другая сторона: они недолговечны и быстро теряют свою жизненную силу, уступая в борьбе крупным и неповоротливым, но чрезвычайно живучим X-носителям (женские). Следовательно, занимаясь сексом непосредственно перед, после или в момент овуляции (в пределах 12 часов), пара увеличивает вероятность зачатия мальчика, а немного опередив момент (за 2—3 дня до овуляции), оставляет шансы только женским сперматозоидам. Отсюда простой вывод: больше мальчиков будет рождаться в тех семьях, где сексом занимаются часто и регулярно, так как в таких условиях подловить момент будет проще. Правда, существует и другой аргумент. Если не заниматься сексом слишком долго, например год, организм женщины среагирует на нехватку мужчин и мобилизует силы для воспроизводства последних. Подобный эффект многократно наблюдался после войн, когда резко увеличивалась рождаемость мальчиков.

Кроме того, не стоит забывать первейшего правила мужского здоровья. Яички должны быть в холоде, особенно если будущий отец мечтает о сыне. Следует отдавать предпочтение просторному нижнему белью (а не плавкам), избегать горячих ванн, бани и сауны, работ в жарких цехах, сидения рядом с автомобильной печкой, слишком теплой одежды. Для выработки качественного генетического материала мужчине требуются трехдневные перерывы. Это усложняет задачу попадания в нужный день. Поэтому были разработаны специальные способы определения дня овуляции. Прежде всего, измерение базальной температуры.

Каждое утро женщине следует измерять температуру, не вставая с постели, одним и тем же термометром. В первую половину цикла температура несколько ниже, чем во вторую. Вот этот день подъема и является днем овуляции. Также можно обратить внимание на выделения, достигающие своего максимального значения в день овуляции. Одним из наиболее информативных методов определения дня овуляции является использование специальных домашних тестов для определения уровня лютеинизирующего гормона (ЛГ) в моче. Произошедшую овуляцию можно увидеть и на УЗИ. Тем не менее, стараясь не прийти слишком рано, позаботьтесь и о том, чтобы не опоздать. Яйцеклетка живет всего 24—48 часов, причем на вторые сутки она скоротечно стареет, увеличивая вероятность выкидыша и врожденных дефектов.

Но не только частота и момент близости могут оказывать влияние на пол ребенка. Поразительное значение оказывает и удовлетворение женщины сексуальной жизнью. Как уже было сказано ранее, чем быстрее сперматозоиды достигнут яйцеклетки, тем больше шансов у Y-носителей на успешное оплодотворение. В обычном состоянии им требуется порядка двух часов, чтобы пересечь полость матки и попасть в маточную трубу. Однако этот процесс можно ускорить в разы. Возможно, именно для этого существует женский оргазм, подобно лифту сокращающий путь для желанных сперма-

тозоидов. К тому же предполагается, что у женщины во время оргазма происходит выброс щелочи, опять-таки благоприятствующей мужским сперматозоидам. Эффект усиливается, если женский оргазм предшествовал мужскому. Похожее объяснение дает и зависимость выбора позиций с наибольшим проникновением и рождением сына.

Вторичные причины

Возраст родителей и частота появления детей

Статистически известно, что мальчиков чаще рожают молодые (до 20 лет) женщины и стареющие мужчины. Понятно, что вероятность рождения многочисленных сыновей у семей с подобным мезальянсом выше. Тем более что погодки чаще бывают одного пола. Дети разного пола, как правило, рождаются с интервалом более трех лет. В этой связи не теряет своей актуальности методика расчета пола ребенка, основанная на «циклах обновления крови». Считается, что у женщины кровь обновляется раз в 3 года, у мужчины — раз в 4 года, не считая серьезных вмешательств: операций, родов или донорства. Чья кровь «новее» на момент зачатия, такой и родится ребенок. Возраст матери делится на 3, возраст отца делится на 4, чей остаток больше — тот и получится.

Раньше люди верили другой методике. Согласно ей у каждой женщины есть 6-летние циклы, последовательно сменяющие друг друга. Внутри одного цикла с вероятностью в 90 % рождаются дети одного пола. Альтернативный метод лег в основу древнейшего китайского календаря зачатия (см. с. 21). Достаточно задать возраст женщины, чтобы получить прогноз на пол ребенка по месяцам года.

Существуют и более сложные системы подсчета.

Частота рождения близнецов

В соответствии с законом о рождении близнецов, впервые сформулированным в 1895 году французским биологом Д. Эллином, одна двойня рождается на 85 одиночных родов, одна тройня — на 85 двоен, одна четверня — на 85 троен и т. д. Наличие близняшек в роду увеличивает шансы на 50 %. Научно доказано, что ген, отвечающий за появление близнецов, сцеплен с Y-хромосомой и наследуется по мужской линии от деда к внуку. В последнее время шансы родить двойню появились и у пациентов программы «Дети из пробирки». Врачи стимулируют созревание сразу нескольких яйцеклеток, причем все они могут быть оплодотворены. Поэтому количество детей регулируется исключительно желанием и возможностями будущих родителей.

Внешний вид и образ жизни родителей

Замечено, что внешне привлекательные пары имеют на 26 % меньше шанс родить мальчика. Видимо, потому, что красота эволю-

Древнекитайская таблица определения пола ребенка по времени зачатия

Возраст	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь
18	М	Д	М	Д	М	М	М	М	М	М	М	М
19	М	Д	М	Д	М	М	М	М	М	Д	М	Д
20	Д	М	Д	М	М	М	М	М	М	Д	М	М
21	М	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д
22	М	М	М	Д	М	Д	Д	М	Д	Д	Д	Д
23	М	М	Д	М	М	Д	Д	Д	М	М	М	Д
24	М	Д	М	М	М	М	М	Д	Д	Д	Д	Д
25	М	Д	М	Д	Д	Д	Д	М	М	М	М	М
26	М	Д	М	Д	Д	Д	Д	М	Д	Д	Д	Д
27	М	Д	М	Д	Д	Д	Д	М	М	М	М	Д
28	М	Д	М	Д	Д	Д	Д	М	М	М	М	Д
29	М	Д	М	Д	Д	М	Д	Д	Д	Д	М	М
30	М	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	М	М
31	М	Д	М	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	М
32	М	Д	М	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	М
33	Д	М	Д	М	Д	Д	Д	М	Д	Д	Д	М
34	Д	М	Д	М	Д	Д	Д	Д	Д	Д	М	М
35	М	М	Д	М	Д	Д	Д	М	Д	Д	М	М
36	М	М	М	Д	М	Д	Д	Д	М	М	М	М
37	М	Д	М	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М
38	Д	М	Д	М	М	Д	М	Д	Д	Д	М	Д
39	М	Д	М	М	М	Д	Д	М	Д	Д	Д	Д
40	Д	М	Д	М	Д	М	М	Д	Д	Д	М	Д
41	М	Д	М	Д	М	Д	М	М	Д	М	Д	М
42	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	М	Д	М	Д
43	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	М	М	М
44	М	М	Д	М	М	М	Д	М	Д	М	Д	Д
45	Д	М	М	Д	Д	Д	М	Д	Д	Д	М	М

ционно расценивается женским фактором, а вот сильные и волевые женщины чаще рожают сыновей. Ученые объясняют это повышенным содержанием мужских половых гормонов, в частности тестостерона, у «железных леди». Равно как и мужчины, чье лидерство в семье (именно в семье) неоспоримо, чаще становятся отцами сыновей. Замечена зависимость и от веса женщины: менее 54 кг — девочки, более — мальчики. И, наконец, у людей, больных подагрой, в потомстве преобладают девочки, равно как и в семье курящих родителей. Среди отпрысков лысых мужчин в полтора раза больше мальчиков.

По статистике, в королевских и аристократических семьях, а также в кланах американских президентов рождается больше сыновей, чем дочерей. У этого феномена два объяснения. Первое: сыновей чаще рожают богатые, замужние и образованные женщины, уверенные в себе и завтрашнем дне. Второе: в условиях хорошего питания и полноценного отдыха у мужчин повышается качество мужских сперматозоидов и удельный вес носителей Y-хромосом. Тут важен и микроклимат в семье, и условия работы. Так было убедительно показано, что шахтеры, постоянно испытывая недостаток кислорода, имеют в среднем втрое меньше сыновей, а у одиноких женщин заметно чаще рождаются девочки, чем у их замужних подруг.

Внешние факторы при зачатии

Как писал в одном своем рассказе Роальд Даль про фермера, имеющего 9 мальчишек и ни одной девочки: «Нет, нам девчонки на ферме не нужны, поэтому я пользуюсь проверенным способом — во время «этого» жена должна смотреть в сторону солнца, тогда мальцы оказываются шустрее». Еще в старину наши предки верили, что от прохладной погоды появляются девочки, а в жару мальчики. Что, в общем-то, подтверждается наблюдениями за северными жителями, где традиционно рождается мало мальчиков.

Существуют любопытные теории, что какие-то временные промежутки более благоприятны для зачатия мальчиков, другие — для девочек, прочие же вносят некий элемент неопределенности. Вот только какие, вопрос, безусловно, спорный. Одни называют самыми «мужскими» месяцы с ноября по январь, а «женскими» — с мая по июль. Другие привязывают зачатие к циклу Луны, утверждая, что существуют шесть мужских и шесть женских созвездий (знаков зодиака), пересекая которые в течение своего цикла, Луна и определяет будущий пол ребенка. Удивительно, но даже указывается пока не большая, но все же убедительная статистика в пользу достоверности этого метода.

Недавно появилось новое направление в прогнозировании пола ребенка, основанное на якобы существующих 73 днях в году, когда женщина точно родит мальчика, 73 днях — девочку, и остальных 240 днях с нейтральным зарядом. Самое поразительное в этой методике то, что услуга стоит недешево — почти 400 евро, но авторы дают 98 % гарантии успеха и подписываются, что вернут деньги при рождении ребенка не того пола.

Искусственные способы предопределения пола ребенка

Методы, действительно дающие высокую степень попадания, существуют. Правда, пользоваться ими во многих странах не просто не рекомендуется, но даже запрещено законодательно (Австрия, Германия, Швейцария и пр.). Это обосновывается не только тем, что вмешательство в естественный ход вещей может нарушить природное равновесие, но и объективной опасностью подобных манипуляций для жизни и здоровья будущего человека. В таких странах, как Япония, Австралия, Канада, Франция, Индия, заблаговременный выбор пола ребенка допускается лишь в том случае, если для этого имеются веские медицинские обоснования.

Тут первое, о чем вспоминается, ЭКО — метод экстракорпорального оплодотворения. Суть метода состоит в том, что оплодотворение яйцеклетки происходит вне женского организма, а в матку подсаживают уже развивающийся эмбрион. Этот метод создан главным образом для пар, долго и безрезультатно лечившихся от бесплодия. Отбор первичного материала для оплодотворения производится по системе MicroSort® — сортировка женских и мужских сперматозоидов на основе техники измерения различий ДНК. Этот метод достаточно эффективен: около 88 % женщин, желающих зачать девочку, получают желаемый результат, и около 73 % — при желании родить мальчика.

Преимплантационная генетическая диагностика (ПГД): пожалуй, на сегодня самый эффективный метод планирования пола ребенка, он позволяет не только предопределить пол малыша со 100 %-ной точностью, но и обеспечивает развитие здорового эмбриона. Популярность этого метода планирования неуклонно растет, несмотря на его дороговизну и интенсивность, а также использование техники оплодотворения *in vitro* (ЭКО) и выполнение биопсий эмбриона до его возвращения в матку.

Рождение в семье детей только одного пола — уникальный для природы и крайне редкий случай. Конечно, речь идет о действительно многодетных семьях, где воспитываются семь-восемь и больше детей. Роптать на судьбу, имея всего трех дочек или сынишек, все же немного преждевременно. Вспомните хотя бы Николая II, у которого долгожданный сын родился только после четырех дочерей. Тем не менее в современном обществе двух-трехдетных семей понятие желание родителей иметь разнополых детей, разумеется, можно. Попробуйте, применяйте известные методики, учитывая возможные неблагоприятные последствия злоупотребления, старайтесь запрограммировать пол будущего ребенка. Но только до того момента, как долгожданный тест покажет две полоски! С момента зачатия уже нельзя повлиять на пол ребенка. Малыш будет развиваться по заложенной генетически программе. Однако в наших силах изменить психологию крошки, возможно даже до его рождения. Ребенок, пусть даже такой маленький, очень хочет быть любимым и желанным, и будет го-

тов поменять пол, если вы того так хотите. Но захотите ли вы этого потом, увидев его после рождения?

СТАРШИЙ И МЛАДШИЙ — МИР ИЛИ ВОЙНА

Можно ли вырастить детей друзьями, а не соперниками? Как подгадать момент, когда рождение второго ребенка не станет неподъемной ношей для мамы и неизлечимым стрессом для старшего? Психологи с уверенностью отвечают: «Безусловно. Главное, учитывайте естественные предсказуемые трудности и индивидуальные особенности характера своего первенца».

Медицинские исследования показывают, что приемлемый разрыв между двумя беременностями — от 1,5 до 5 лет. Если предыдущие роды проходили не естественным путем, а с помощью кесарева сечения, то врачи советуют планировать следующую беременность не ранее, чем через 2—3 года, так как возрастает риск выкидыша и других осложнений, пока шов еще недостаточно зарубцевался.

Погодки — неразлучники

Воспитывать погодок оказывается для мамы не намного сложнее, чем одного ребенка. Очень быстро потребности детей выравниваются, и малыши легко подстраиваются под общий режим. Однако детки-погодки, несмотря на очевидные плюсы в совместном общении, к сожалению, страдают от «синдрома близнецов» — отставание в развитии речевого и когнитивного аппарата.

Разница 2—3 года — на пике ревности

Оптимальный промежуток между родами составляет от 18 до 23 месяцев, когда старший ребенок уже не требует интенсивного ухода, а разница в возрасте еще позволяет детям вместе играть и иметь общие интересы. Маме удобно по свежим следам наладить уход за малышом, да и вещи с игрушками еще все на местах. Кроме того, первый ребенок как раз идет в детский сад, и у женщины появляется возможность всецело посвятить себя малютке. С другой стороны, детям до трех лет требуется абсолютная любовь и забота, не разделенная с другими малышами, что, как правило, приводит к возникновению острой ревности. Отсюда вспышки агрессии, насилия к младшему или же постоянные болезни у страдающего первенца. И это, не говоря уже о кризисе трехлетнего возраста.

Идеальная разница: 4 года — 5 лет

Начиная с 4 лет ребенок хочет, чтобы у него появились брат или сестра. Стремление к самостоятельности побуждает малыша ответственно помогать родителям в уходе за крошкой, а накопленный эмоциональный опыт подсказывает, что мамина любовь не станет меньше от пополнения в семье. Разница, конечно, уже слишком большая, чтобы играть на равных, но еще достаточная, чтобы дети стали друзьями в школьные годы.