

Лекция № 2

Ноябрь-2018г
«Здравствуй, малыш».

Итак, Вы решили стать матерью, Вы планировали беременность: проверили своё состояние здоровья, пролечились у соответствующих специалистов, начали принимать антиретровирусную терапию. Вы сделали всё, что зависит от Вас, чтобы родить здорового ребенка, свободного от ВИЧ-инфекции. Теперь Вы будете ждать своего будущего малыша. Когда мама девять месяцев ждет появления младенца на свет – она мечтает о своем ребенке, мечтает, о том, как он родится, каким он будет, как все обрадуются его рождению, как она сделает все, чтобы ему было хорошо.

С будущим малышом **необходимо общаться** с первых недель зачатия. Разговоры или рассказы матери, отца на разные темы – один из самых важных воспитательных и оздоровительных процессов в период формирования и развития плода. Для ребенка важно, чтобы о нем думали, хотя бы один человек. Причем важно **что, и как думает**. Именно во внутриутробный период начинает формироваться система «родители – дитя», основа родительских отношений с ребенком формируется в период созревания плода – все девять месяцев. Именно в это время ребенок нарабатывает способности речевой и мыслительной деятельности.

«Ты для нас – ясно-солнышко», «Я и твой папа любим и ждем тебя», «Какое счастье, что ты есть»! Для развития ребенка очень важны **положительные эмоции** беременной мамы. Ведь он испытывает все эмоции, которые переживает она. Доказано, что плод способен запоминать полученную информацию и связывать с ней пережитые эмоции до рождения.

Если мать ведёт беспокойный образ жизни, много нервничает, если у нее склонность к негативному поведению, то и её ребенок в последующем развивается часто беспокойным, агрессивным, возникают трудности в его поведении.

По мнению некоторых специалистов, одной из причин наркомании и токсикомании среди подростков является врожденное слабое развитие особого отдела в центральной нервной системе человека, отвечающего за положительные эмоции. Данный отдел вырабатывает так называемые гормоны «радости» (эндорфины, энкефалины) и жизненной адаптации, и в норме их в семь раз больше, чем гормонов «плохого настроения». Если система работает плохо, то у человека снижен жизненный тонус, плохое настроение, ему трудно общаться с людьми, он очень болезненно воспринимает происходящее, у него повышен уровень тревожности. Своих гормонов радости не хватает, тогда он принимает их искусственные

заменители – алкоголь, наркотики, пытается компенсировать их нехватку острыми ощущениями и т.д.

Поэтому **радуйтесь!** Давайте гормоны «радости» своему, еще не родившемуся малышу. Если мать во время беременности ведет спокойный, размеренный образ жизни, живет в любви с окружающим миром и любит своего ребенка, то родившийся ребенок, как правило, развивается спокойным, с мягким характером, склонным к добру и любви. Ищите в себе и своих близких хорошие качества, проговаривайте их, и Ваш малыш их обязательно наследует.