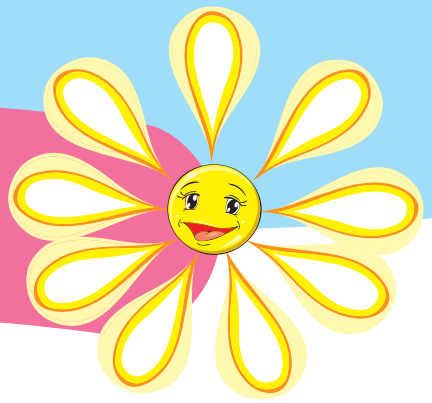
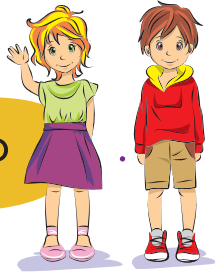


Зміст



Вітаємо вас, мудрі батьки! 2



Знайомство 12



Навчаємо спілкуватися 16



Розвиваємо здорову самооцінку і впевненість у собі 53

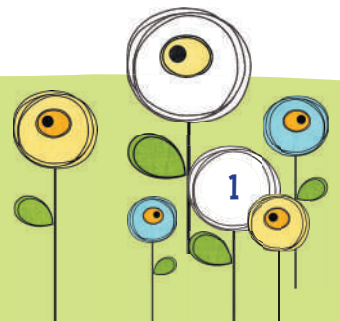
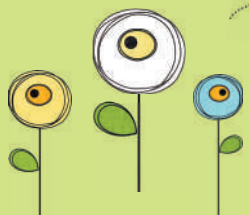


Допомагаємо дитині стати сміливою 63

Розвиваємо уяву



. 80



5–8 ствердних відповідей

Це середній результат, що відповідає середньому рівню конфліктності в дитини. Можливо, малюк уже вміє поводитися в ситуації конфлікту, почувається більш-менш упевнено. Але трапляється, що він розгублюється, особливо якщо опиняється серед старших дітей або тих, хто є лідерами в групі.

1–4 ствердні відповіді

Низький рівень конфліктності не завжди є позитивним показником. Уявіть собі, що хтось говорить вашій дитині образливі слова, а малюк просто мовчить у відповідь і терпить образи, а відповіді не може. Непогано, якщо малюк уміє припиняти конфлікти чи запобігати їм, але нічого хорошого немає в тому, щоб терпіти дражніння і стусани. Тож така крайня позиція теж не завжди добра.

ЯКА САМООЦІНКА В МОЄЇ ДИТИНИ?

Самооцінка — це ставлення людини до себе, своїх умінь, дій, зовнішності й характеру. Усім відомо: як ти сам до себе ставишся, так до тебе ставитимуться й інші. Якщо людина дозволяє собі критикувати свої дії, говорити про себе погано («ось я дурень», «у мене нічого ніколи не виходить», «я мало на що здатний»), то ставлення оточення буде не кращим, а, можливо, навіть гіршим. Наше з вами завдання — виховати малюка таким, щоб жити йому було цікаво, щоб йому не заважали зайві страхи, щоб спілкуватися було легко, щоб він не боявся висловлювати свої ідеї і думки.

П'яти-, шестирічний вік дуже важливий для формування самооцінки. Зверніть увагу на те, як уважно дитина прислухається до вашої думки про неї, запитує вас: «Чи правильно я зробила?», «Чи красиво в мене вийшло?». Важливо не перехвалювати або просто говорити «Добре, молодець». Об'єктивна, уважна оцінка — ось те, чого чекає від вас дитина: «Ось тут у тебе чудово вийшло. А тут треба трохи постаратися. Я вірю, що наступного разу в тебе обов'язково вийде!»

Щоб визначити, яка самооцінка в дитини, дайте відповіді на запитання нижченаведеного тесту.

ТЕСТ

Позначають відповідь «ТАК» знаком «+», відповідь «НІ» — знаком «-».

- Чи часто дитина критикує себе, говорить про себе погані слова («я дурна», «я нетямуща» та ін.)?
- Чи помічаєте ви, що дитина кидає розпочату справу лише тому, що в неї щось не вийшло?

ЧИ Є СТРАХИ У МОЄЇ ДИТИНИ?

Чим старшим стає малюк, тим ближче він знайомиться з навколишнім світом, тим більше отримує вражень. Оскільки ми опиняємося не лише в радісних ситуаціях, дитина може отримувати абсолютно різну інформацію. При цьому її свідомість ще не готова до всього, що трапляється в дорослому житті.

Наприклад, малюкові вкрай важко сприймати тему смерті і все, що з нею пов'язане. Його лякає невідомість, а також явища, які ще не піддаються дитячому розумінню. Це ми, дорослі, точно знаємо, що мультиплікаційний герой намальований художниками і ніколи не зможе вибратися в реальне життя зі свого заекранного світу. Натомість дитина дуже часто переносить казкових персонажів у реальне життя, і вони постійно відвідують її як цілком реальні страхи. Тобто дорослішання дитини не завжди супроводжується зниженням тривожності і зменшенням кількості страхів. У вразливих і добре розвинених дітей усе відбувається навпаки.

П'яти-, шестирічні діти дуже бояться загубитися, заходити в темряву, страшаться собак і різких, гучних звуків. У деяких малюків досі зберігається страх чужих людей. На відміну від менших дітей, у старших дошкільників вже чудово розвинена уява, що робить їхні страхи дуже яскравими і сильними. Комп'ютерні ігри теж збільшують кількість страхів. Адже монстри наче вистрибують з екрана комп'ютера.

Чому одні діти практично нічого не бояться, а інші тремтять від будь-якого шереху? Тому, що в кожній людини свій тип нервової системи. Збудливі, вразливі діти перебувають у стані постійної тривоги і всього бояться. Якщо порівняти список страхів такої дитини і дитини з урівноваженою нервовою системою, то в першому страхів буде набагато більше. Також потерпають від страхів малюки, у чиїх сім'ях часто виникають конфлікти між дорослими, а ще діти дуже вимогливих, надто суворих батьків.

Щоб визначити, чи має дитина страхи і чи треба їх усувати, дайте відповіді на запитання нижченаведеного тесту.

ТЕСТ

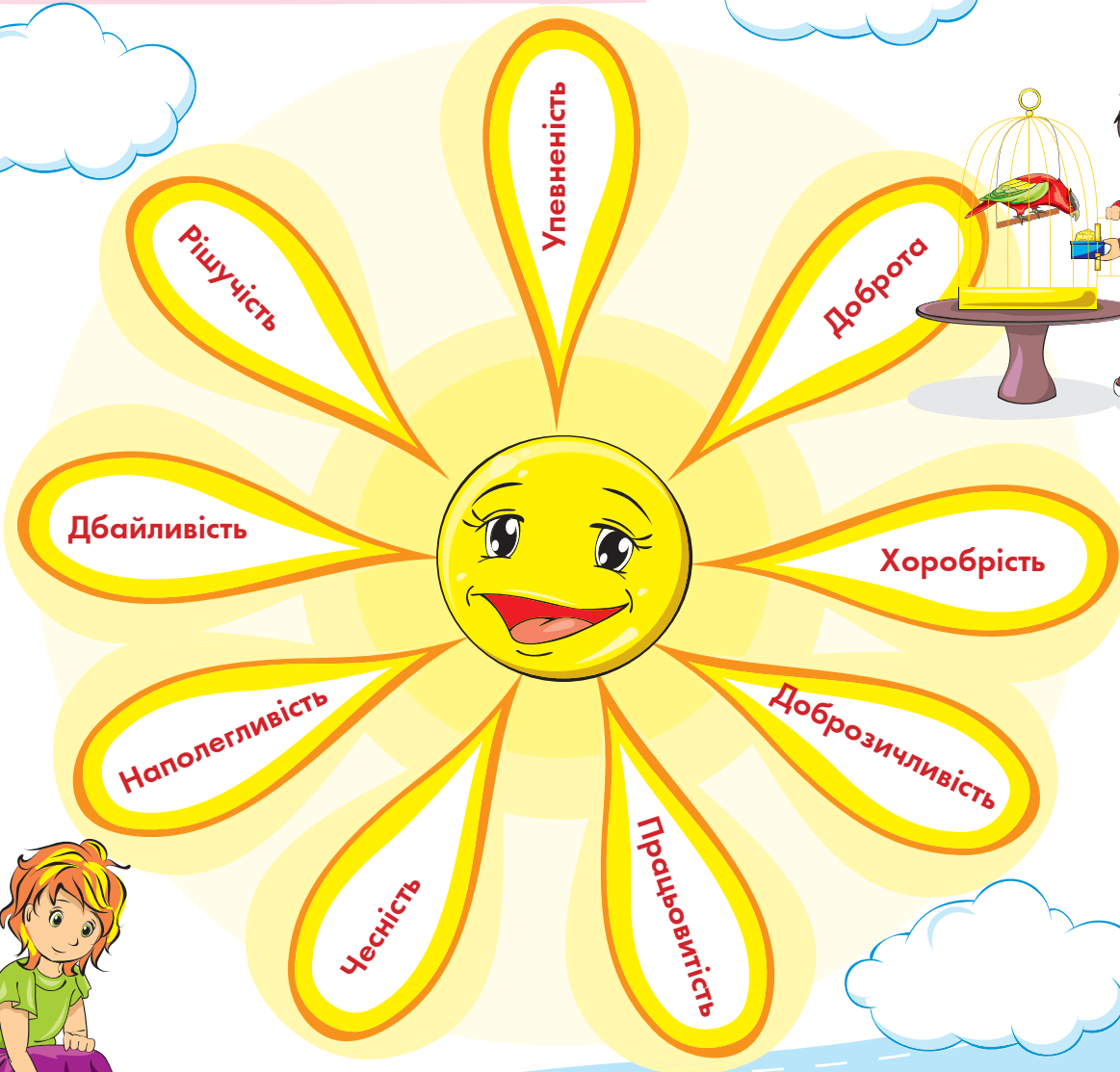
Позначайте відповідь «ТАК» знаком «+», відповідь «НІ» — знаком «-».

- Вам здається, що ваша дитина боїться «всього на світі»?
- Чи помічали ви, що дитина неохоче залишається в темряві, боїться заходити до темної кімнати, засинає тільки при світлі нічника?
- Чи боїться дитина йти до лікаря, робити щеплення?
- Чи важко дитині спілкуватися з незнайомою людиною?
- Чи лякається малюк, якщо хтось підвищує на нього голос?
- Чи трапляється таке, що дитина лякається звуків, які видають побутові прилади?
- Чи лякають його гучні, несподівані звуки?



Мишко дуже метикуватий. Це його хороша риса. А Марійка дуже дбайлива. Це теж хороша риса.

☀ Чи знаєш ти свої хороші риси?



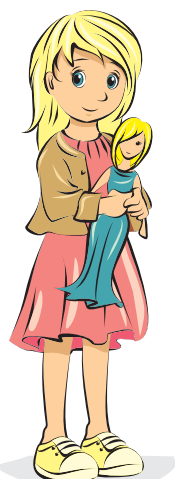
☀ **Вибери з-поміж рис, написаних на проміннячках сонечка, ті, якими ти можеш пишатися.**

Нотатки для дорослих

Пояснить дитині, що означає та чи інша риса. Важливо звернути увагу малюка на те, які саме риси є в неї. Погано, якщо він вважає, що не має жодних хороших рис або вибирає лише одну. Так буває з дітьми, яких рідко хвалять і забагато критикують дорослі.



☀ Розглянь малюнки. Знайди у дітлахів щось спільне. Хто з них міг би грати разом?



Нотатки для дорослих

У грі важливо знайти собі напарника. Дітей, як і дорослих, об'єднує спільність інтересів і вміння домовитися. Поясніть це дитині.



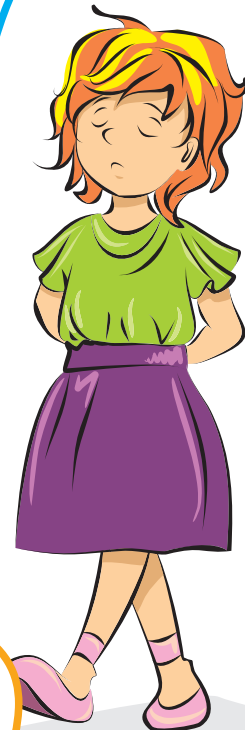
Марійка з батьками приїхала до тітки до іншого міста. Вона вийшла погуляти у двір і побачила незнайомих дівчаток.

— От якби з ними подружитися, — сказала вона тітці.

— Так за чим же справа стала, Марійко? Йди до них і познайомся.

☀ Розглянь малюнки. Вибери той, на якому Марійка поводить себе правильно.

Здрастуйте,
мене звать Марійка.
Нумо знайомитися!



Нотатки для дорослих

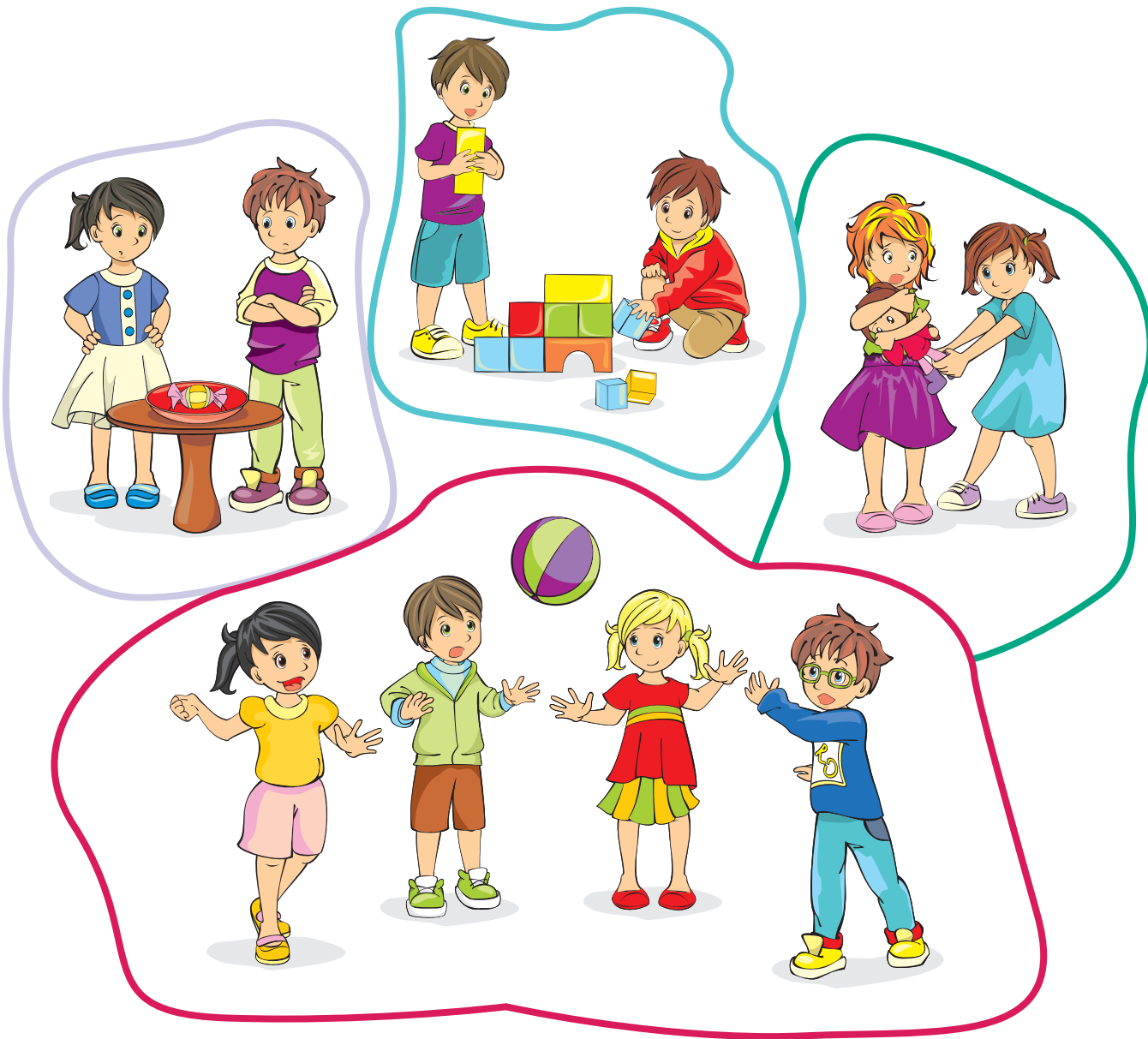
Потренуйтеся разом із дитиною знайомитися. Вивчіть фрази, які допоможуть розпочати знайомство.





У дитячому саду дітлахи по-різному спілкуються один з одним.

☀ Розглянь малюнки. Хто з малят грає дружно, мирно, а хто свариться?



Нотатки для дорослих

Декілька ситуацій, які ви можете обговорити з дитиною, відбивають основні моменти дитячих стосунків. Ставте малюкові запитання:

- Який малюнок тобі найбільше подобається? Чому?
- Чи доводилося тобі опинитися в подібних ситуаціях?
- Що ти при цьому відчував?



— Ми з мамою придумали скриньку добрих справ, — говорить Марійка. — Можна зробити добру справу і записати її на папері. А потім покласти в скриньку. Чудово, коли набереться ціла коробочка добрих справ.

☀ Розглянь малюнки. Які добрі справи роблять діти?



Нотатки для дорослих

Разом з дитиною обговоріть, які справи можна назвати добрими. За бажання виготовте скриньку добрих справ і складайте в неї аркуші із записаними справами. Час від часу перечитуйте їх. Хваліть дитину, мотивуйте її, щоб інтерес робити добрі справи не згас.

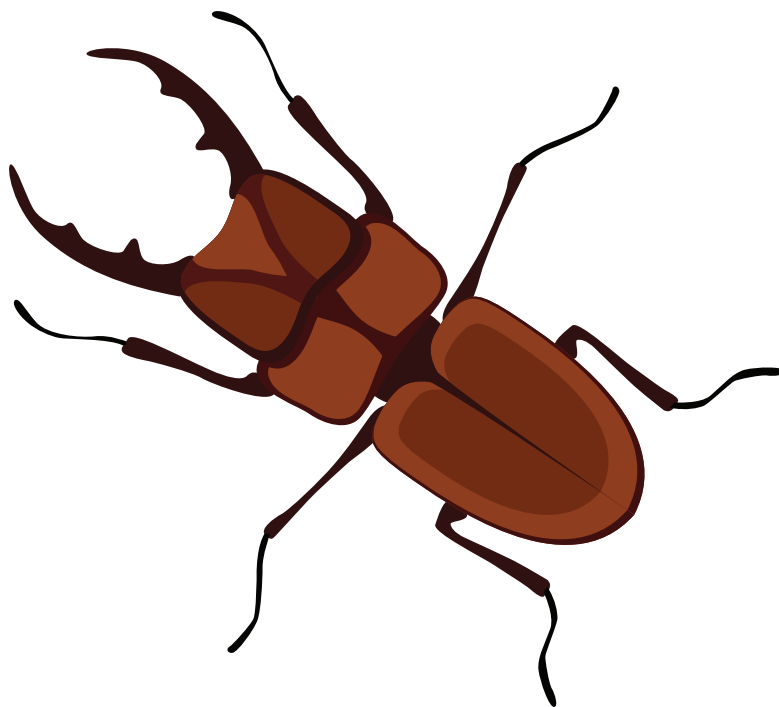
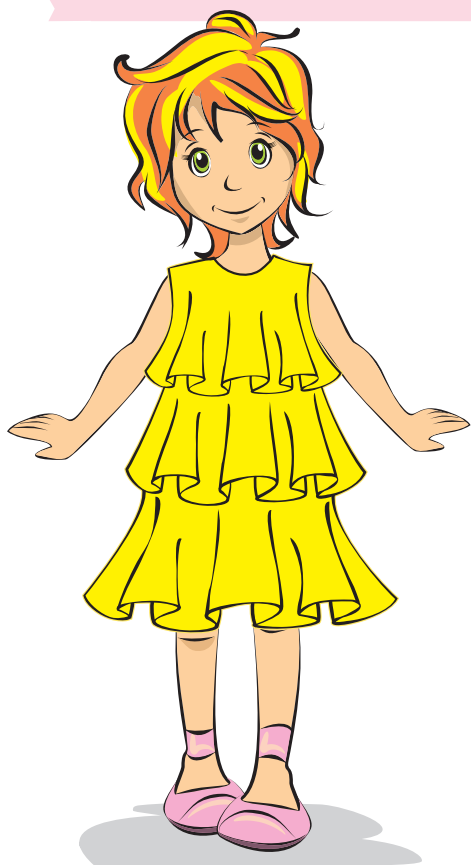
ДОПОМАГАЄМО ДИТИНІ СТАТИ СМІЛИВОЮ

Марійка добра і весела, але трохи боязка. Марійка боїться жуків.

— Марійко, це просто жук. Він великий, але не кусається, — говорить Мишко.

— Я боюся жуків. У цього жука великі роги!

✿ Розкажи Марійці, чому жука боятися не треба.



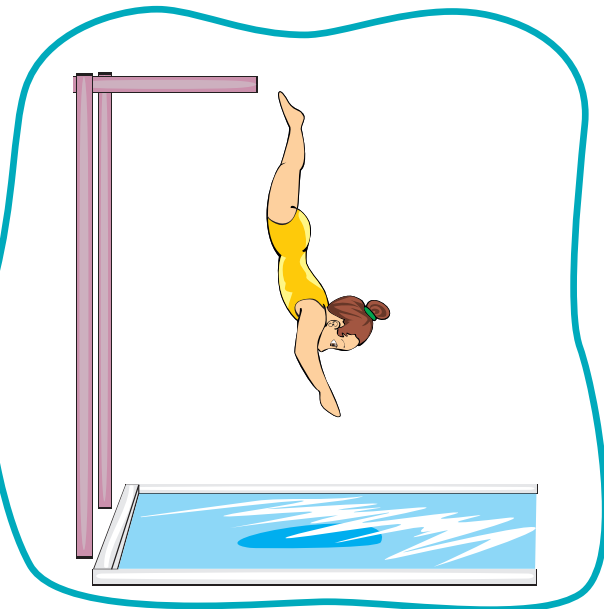
Нотатки для дорослих

Багато дітей, особливо дівчат, бояться комах. Поки малюк розфарбовуватиме жука, поговоріть з ним про те, яких комах він зустрічав у природі, яку користь вони приносять, чи знає він комах, які не можуть завдати шкоди людині, і тих, хто може вкусити. Розкажіть, як поводитися з небезпечними комахами.



Хоробрим бути добре, а зі страхами можна працювати.

☀ Розглянь малюнки і скажи, хто з дітей хоробрий, а хто боїться.



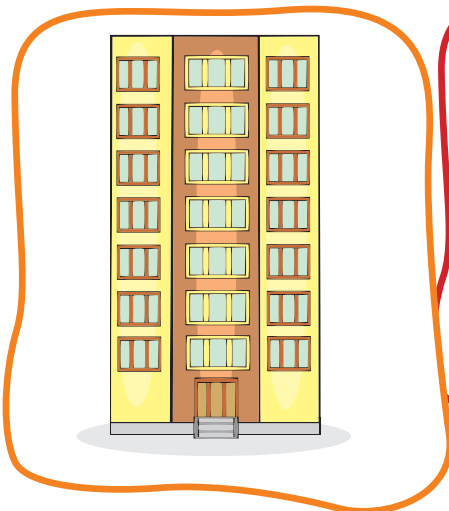
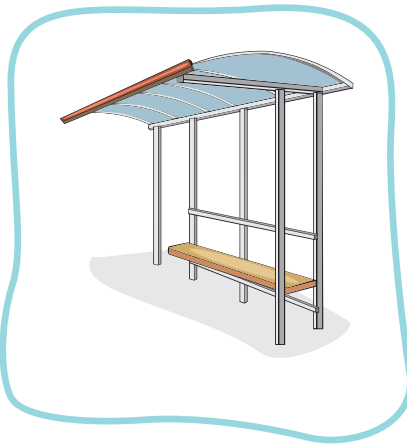
Нотатки для дорослих

Розглядаючи ці ситуації, обговоріть з дитиною, чого вона боїться. Поговоріть про те, що зовсім не соромно чогось боятися, що свої страхи можна подолати.



- Бах-бах-бараба-бах!
- Ой, гроза! Я боюся! Мені страшно! — закричала Марійка.
- Страшно, якщо ти не знаєш, що це таке і як поводитися під час грози, — заспокоїв я Марійку. — Не бігай під дощем на вулиці, не стій під деревами і не купайся в річці, тоді все буде в порядку.

☀ Розглянь малюнки. Вибери місця, де безпечно ховатися під час грози.



Нотатки для дорослих

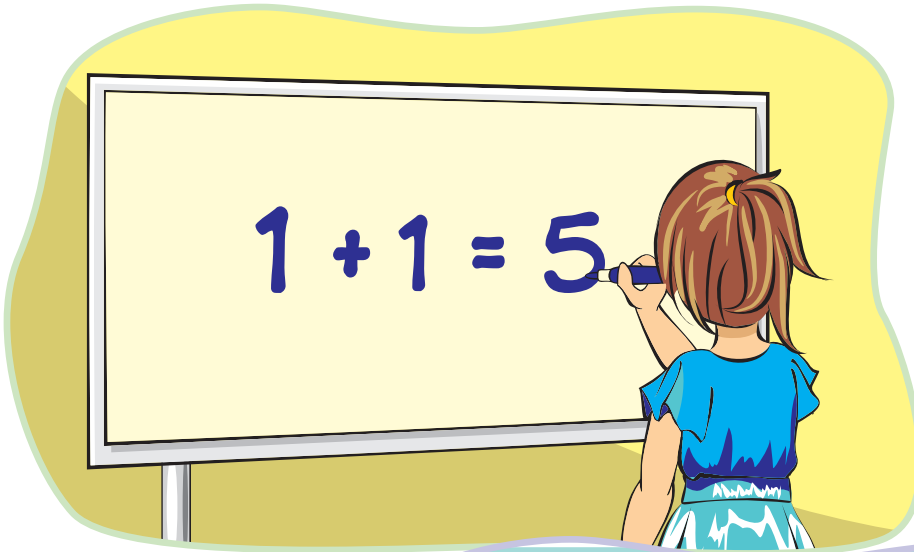
Діти лякаються, чуючи грім і бачачи блискавку. Та й більшості дорослих властиво побоюватися такого природного явища, яке може бути небезпечним. Розкажіть дитині про те, що таке гроза і чому вона відбувається. В Інтернеті можна знайти прості відеофільми, де це пояснюється. Ще раз обговоріть, чого під час грози робити не можна.





- Ти чому такий засмучений сьогодні? — запитала в Мишка мама.
- Розумієш, сьогодні в мене вихователька запитала, скільки буде три плюс два. А я знав, але відповіді побоявся.
- А якщо знав, то чому побоявся? — здивувалася мама.
- А раптом помилюся, — сказав Мишко, — і відповім неправильно?

☀ Розглянь малюнки і розкажи, як дітям виправити свої помилки.



Нотатки для дорослих

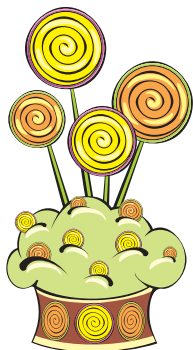
Страх припуститися помилки і неправильно відповісти, виглядати смішним або піддатися критиці дуже заважає дитині бути успішною. Щоб позбавити малюка такого страху, треба показувати йому, що в помилках немає нічого страшного і жахливого, тому що вони допомагають нам вчитися, їх можна виправити.



РОЗВИВАЄМО УЯВУ

Марійка разом зі своєю бабусею спекла тістечка, і діти вирішили їх прикрасити. Ось які гарні і смачні ласощі у нас вийшли! Залишилося тільки придумати для них назви.

☀️ Допоможи дітям вигадати назви для тістечок.

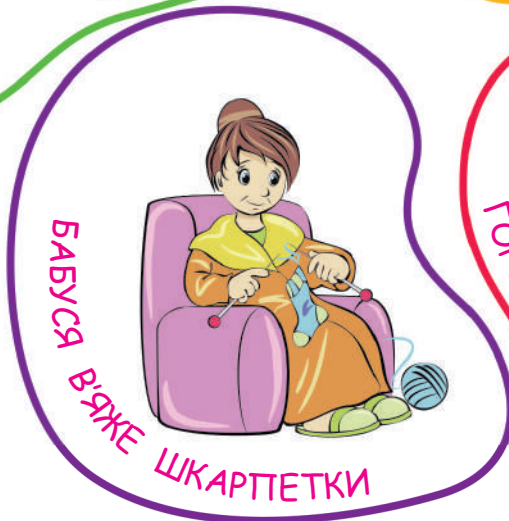


Нотатки для дорослих

Діти люблять солодощі. А ще вони люблять що-небудь придумувати. Спершу поговоріть про те, як можна назвати тістечка. Першу назву можете придумати разом.



Друзі люблять грати в гру «Буває — не буває». Наприклад, Марійка каже: «Равлик летить по небу». — «Не буває», — відповідають діти. Пограй і ти в таку гру.



Нотатки для дорослих

Проведіть подібну гру з декількома дітьми. Запропонуйте їм придумати запитання для інших гравців.