

Від автора

Кожна сім'я у світі є унікальною, не схожою на жодну іншу. Створити цю неповторну родинну атмосферу допомагають саме сімейні звичаї та закони, яких дотримуються в родині. Їх бережуть, передають від старшого покоління до молодшого й обов'язково започатковують нові. Найчастіше такі міцні закони беруть свій початок від попередніх поколінь. Саме завдяки дотриманню цих законів створюється відчуття надійності й стабільності, виникає повага й міцний зв'язок між членами родини, встановлюються довірчі відносини між усіма членами сім'ї.

Широко відомою раніше була традиція передавати від старшого покоління до молодшого цінні речі, наприклад, прикраси чи предмети інтер'єру. Якщо у вашій родині вона не збереглася, ви можете започаткувати її. Придбати якусь прикрасу чи картину й подарувати дитині, попросивши з часом передати цю річ вашим онукам.

Узагалі, приклади поширених сімейних традицій навести нескладно. Це і спільне проведення свят, і сімейні вечері, і поїздки у відпустку всією родиною, і читання казок перед сном тощо. «Книга зустрічей нашої родини» допоможе вам започаткувати нові, так би мовити нестандартні, цікаві традиції, які допоможуть прищепити членам родини важливі цінності: повагу та любов до близьких, усвідомлення того, що таке сім'я, та своєї ролі в ній, навчать турботи й піклування про близьких.

У книзі наведено 35 прикладів тематичних сімейних зустрічей. Ви знайдете поради, які допоможуть вам підготуватися до проведення зустрічі й підготувати малюка. Прочитаєте корисну інформацію щодо деяких традиційних свят, знайдете перелік мультфільмів та книжок, корисних для перегляду з малюком під час підготовки до певної зустрічі. У кожній тематичній зустрічі наведені приклади розважальних або пізнавальних конкурсів, загадки й тексти віршів. Сподіваємось, що запропонована книга допоможе вам зробити перший крок у започаткуванні нових традицій вашої родини. Та для того, щоб традиції стали насправді міцними, їх треба вдосконалювати. Отже, після проведення кожної сімейної зустрічі обов'язково слід розпитати всіх присутніх про те, що їм сподобалось найбільше, а що хотілося б змінити чи доповнити. Відповіді і враження після проведення зустрічі ви зможете теж записати в книгу для того, щоб наступного разу, готуючись до зустрічі, врахувати й виправити всі недоліки.

З побажанням всього найкращого, Олена Харченко





ДЕНЬ УЛЮБЛЕНОЇ КНИГИ

Дата проведення: ___ / ___ / ____



Хто присутній

Де провести?

Проводити цю сімейну зустріч можна на килимі чи за столом, на якому можна було б розкласти книжки й зручно всістися для цікавої бесіди та читання.

Коли?

Міжнародний день дитячої книги відзначають 2 квітня, тож доречно й сімейні посиденьки з приводу улюблених книжок проводити на початку квітня. Хоча поговорити про книжки корисно завжди. Наприклад, улаштувати таке свято можна тоді, коли в малюка з'явилася перша улюблена книжка. Подібні зустрічі добре було б зробити традиційними, бо з віком літературні вподобання дитини змінюються, тож періодично з'являються нові улюблені книжки.

Для чого?

Кожна дитина із задоволенням наслідує своїх батьків. Тож коли малюк бачить, як мама, тато й інші члени родини читають книжки, у нього цілком природно виникає бажання долучитися до цього процесу. Читання є надзвичайно корисним для розвитку мовлення й уяви дитини. Разом із героями дитячих творів малюки вчаться доброти, щирості, наполегливості.



Як підготуватися?

Разом із малюком:

- Відвідайте книжкову крамницю чи ярмарок.
- Оберіть улюблену книжку. Запропонуйте дитині пригадати, які книжки ви читали разом останнім часом, переглянути ілюстрації, назвати персонажів, відновити описані в книжці події.
- Запропонуйте намалювати ілюстрацію до обраної книжки: улюбленого героя чи фрагмента, який найбільше сподобався.
- Разом підготуйте відповідь на запитання: «Чому ця книжка стала улюбленою?».

Дорослим:

- Оберіть улюблені чи корисні, на вашу думку, дитячі книжки, на які ви хотіли б звернути увагу малюка.
- Підготуйте невеличку розповідь про героїв чи події, описані в цих книжках.
- Підготуйте вікторину за змістом улюбленої книжки малюка.



Ігри та конкурси



Вікторина «Так чи ні» за казкою «Колобок»

Ведучий читає твердження вікторини, а гравці відповідають «так», якщо погоджуються з цим, або «ні», якщо не погоджуються.

1. Колобка спекла бабуся. (Так)
2. Колобок довго жив із бабусяю й дідусям. (Ні)
3. Колобок побіг у село. (Ні)
4. У лісі Колобок зустрів зайчика. (Так)
5. Ворона з'їла Колобка. (Ні)

Листівка від казкового героя

Ведучий читає листівки від казкових героїв, а гравці мають здогадатися, хто саме надіслав їх. Перемагає той, хто дасть більше правильних відповідей.

1. Приїхати до вас не зможу, бо тато не зробив мені ще човника та срібнеє весельце. (Івасик-Телесик)
2. Терміново виїхав до Африки лікувати звірів. (Лікар Айболить)
3. Я дуже засмучена, бо мишка випадково розбила яєчко, яке я знесла. (Курочка Ряба)

Підбиваємо підсумки

Які улюблені книжки у вашій родині?

.....

.....

.....

Що сподобалося?

.....

.....

.....

Кому й за що подякувати?

.....

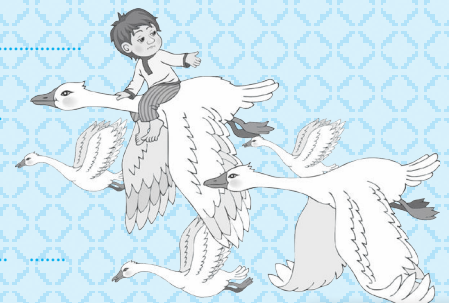
.....

.....

Висновки:

.....

.....





ДЕНЬ УСМІШОК



Дата проведення: ___ / ___ / ____

Хто присутній

Де провести?

Розпочати можна вдома з перегляду «добрих» мультфільмів та веселих конкурсів. «Усміхнену» фотосесію краще влаштувати на свіжому повітрі, а на завершення цього дня можна відвідати цирк або театр (але вистава, яку ви переглядатимете, обов'язково має бути веселою, жартівливою).

Коли?

Це надзвичайно приємне свято можна проводити будь-коли, але приводом може стати Всесвітній день усмішки, який від 1999 року відзначають у першу п'ятницю жовтня. Девізом цього всесвітнього дня вважають фразу: «Зроби добру справу. Допоможи хоча б одній людині усміхнутися».

Для чого?

Психологи стверджують, що настрій людини поліпшується навіть від самої фізичної дії усмішки, навіть без приводу. Відповідно, у родині, усі члени якої перебувають у доброму гуморі, панує злагода. З усмішкою на обличчі будь-які питання розв'язувати легше і швидше. Саме цього під час цікавої сімейноїзу на власному прикладі довести, що добрі справи робити приємно. А також навчити дитину бути уважною до всіх членів родини, звертати увагу на настрої інших.

Корисна інформація

Так чи інакше, сучасні діти мають справу з комп'ютером та інтернетом. Тож не зайвим буде дізнатися, що smile (☺) у перекладі з англійської означає «усмішка». Придумав цей знак професор Скотт Фалман для позначення в інтернеті повідомлень жартівливого характеру.

Як підготуватися?

Разом із малюком:

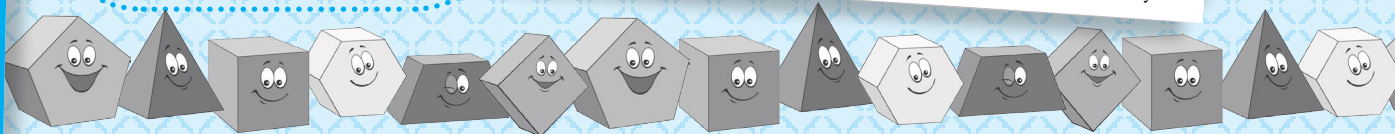
- Прочитайте казки чи оповідання про доброту й добрі вчинки.
- Запропонуйте намалювати портрети веселих казкових героїв і прикрасьте ними кімнату.
- Спечіть пісочне печиво у вигляді смайликів.
- Вивчіть із дитиною жартівливий віршик, гумореску чи кілька скоромовок.
- Виготовте Smile-газету з фотографіями всіх запрошених. Люди на світлинах обов'язково мають усміхатись.
- Зробіть власноруч невеличкі подарунки для всіх членів родини, які братимуть участь у святі (поробки, листівки тощо).

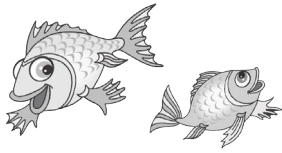
Дорослим:

- Доберіть для колективного перегляду мультфільми про доброту та добрі вчинки.
- Прикрасьте альтанку чи кімнату повітряними кульками жовтого кольору (кульок має бути не менше, ніж запрошених на свято гостей, щоб кожен міг намалювати на кульці маркером смайлик і взяти її на пам'ять про свято).
- Заздалегідь схойте в місці проведення 10–15 маленьких паперових смайликів, які потім запропонуєте гостям знайти.
- Підготуйтеся до проведення веселих конкурсів (оберіть 4–5 жартівливих конкурсів і приготуйте реквізит для їх проведення).
- Оберіть місце для «усміхненої» фотосесії, приготуйте фотоапарат.
- Придбайте квитки в цирк чи театр на жартівливу виставу.

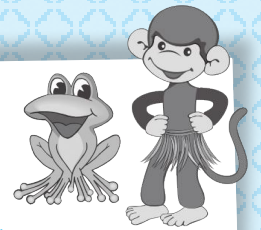
Мультфільми для перегляду:

- «Просто так»;
- «Крихітка Єнот»;
- «Капітошка».





Ігри та конкурси



Першовідкривач

Спочатку учасникам пропонують «відкрити» нову планету — надути повітряні кульки, а потім «заселити» цю планету жителями — намалювати на кульках фігурки чоловічків маркером чи фломастером. Переможця можна визначити за кількістю намальованих чоловічків або за креативністю виконання.

Пінгвін

Гравцям пропонують затиснути надуту повітряну кульку між ногами й пересуватися маленькими кроками від однієї стіни кімнати до іншої. Перемагає той, хто швидше подолає дистанцію.

Жадюга

На підлозі в кімнаті потрібно розкидати якомога більше повітряних кульок. За сигналом ведучого гравці мають зібрати якомога більше кульок. Перемагає той, хто зможе утримати в руках якнайбільше повітряних кульок після зупинки конкурсу.

Підбиваємо підсумки

Який конкурс приніс найбільше задоволення?

.....
.....

Яку добру справу ви зробили разом із малюком?

.....
.....

Що сподобалося?

.....
.....

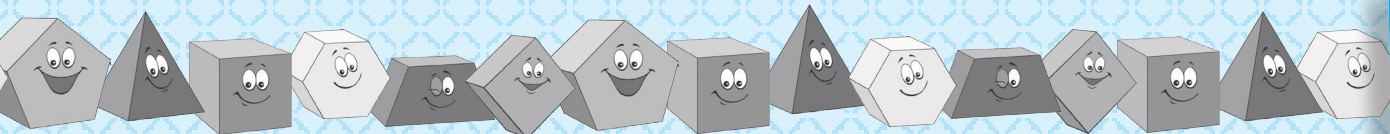
Кому й за що подякувати?

.....
.....

Висновки:

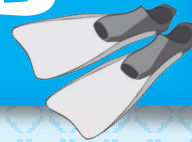
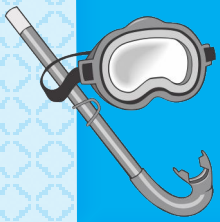
.....
.....

.....
.....



ВЕЛИКИЙ ЛІТНІЙ ЗАПЛІВ

Дата проведення: ___ / ___ / ____



Хто присутній

Де провести?

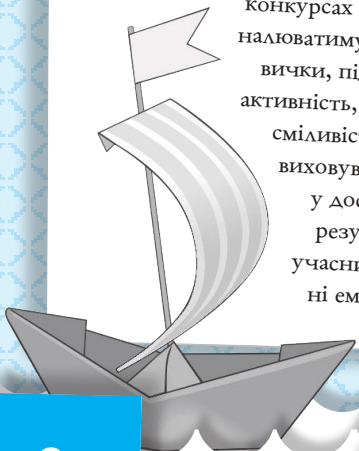
Цю зустріч можна влаштувати на березі водойми. Не має значення, буде це річка, ставок чи море. Головне — щоб водойма була придатна для купання (зручний вхід у воду, перевірене дно, відповідна для дитячих розваг глибина).

Коли?

Найкращий час для влаштування свята, пов'язаного з водними розвагами, — літо. Святкування передбачає тривале перебування учасників у воді, та й конкурси, що відбуватимуться на суші, теж будуть пов'язані з водою. Тому обра-ти слід сонячний, навіть спекотний день, і тоді від водних розваг усі запрошені без сумніву отримають задоволення.

Для чого?

Головне завдання всіх дитячих літніх розваг — оздоровлення й загартування дитячого організму. Беручи участь у спортивних конкурсах на воді, малюки вдосконалюватимуть фізичні вміння й навички, підвищуватимуть рухову активність, вчитимуться проявляти сміливість та доброзичливість, виховуватимуть наполегливість у досягненні позитивного результату. Крім того, усі учасники отримають позитивні емоції й гарний настрій.



Як підготуватися?

Разом із малюком:

- Перегляньте мультфільм або фільм про спортивні змагання.
- Обговоріть правила поведінки під час змагань та повторіть правила поведінки поблизу води.
- Придумайте назви для команд, виготовте емблеми команд та медалі для нагородження переможців.
- Вивчіть віршик чи пісеньку про літо, відпочинок або літні розваги.
- Доберіть іграшки, що можуть стати в пригоді на пляжі (лопатку, відерце, лійку, сито тощо).

Дорослим:

- Підготуйтеся до проведення водних конкурсів.
- Підготуйте реквізит для показу пляжної моди.
- Подбайте про обід (їжа має бути легкою і не псуватись у спекотну погоду).
- Доберіть загадки про літо та літній відпочинок.

Порада

Для того щоб присутні, а особливо малеча, не ображалися одне на одного, використовуйте жартівливі лічилки для розподілу ролей та обов'язків під час ігор та конкурсів.

Наприклад:

У зеленому садочку
Сидить котик в холодочку.
Лапкою він чеше вуса,
Язичком він лиже пузо.
Мишенята, не зівайте,
Від коточка утікайте!



Ігри та конкурси



Водоноси

Кожному гравцеві дають склянку або кухоль із водою. Гравці за сигналом ведучого біжать до фінішу і повертаються назад до лінії старту. Перемагає гравець, який добіг першим і не розплескав води.

Водний баскетбол

Для обрання найвлучнішого гравця киньте на воду надувний круг на відстань 1,5–2 м від берега. Запропонуйте присутнім по черзі поцілити м'ячем у круг.

Ловці перлів

Гру слід проводити на глибині по коліно (потім по пояс). Ведучий кидає на дно 5–10 різноманітних предметів. Гравці мають увійти у воду, знайти та дістати ці предмети. Перемагає той, хто зможе зібрати більше «перлів».

Перегони раків

Гру проводять на глибині по коліно. Діти лежать у воді, торкаючись дна руками і витягнувши ноги назад. За сигналом дорослого вони пересуваються на руках уперед. Перемагає той, хто першим дістанеться фінішу.



Підбиваємо підсумки

Особисті «водні» рекорди (плавання, пірнання, тримання на воді):

.....
.....
.....

Що сподобалося?

.....
.....
.....

Кому й за що подякувати?

.....
.....
.....

Висновки:

.....
.....



ВЕСЕЛА ВЕСЕЛКА

Дата проведення: ___ / ___ / _____

Хто присутній

Де провести?

Обов'язково на свіжому повітрі — на дачі, лісовій галявині чи пляжі.

Коли?

«Веселкові» тематичні сімейні посиденьки можна проводити будь-якого літнього сонячного дня за умови сприятливої для пікніка погоди. Якщо для проведення цієї зустрічі ви обрали пляж, то і температура води у водоймі має бути такою, щоб можна було купатися, бо таке бажання обов'язково виникне у запрошених.

Для чого?

По-перше, для того, щоб розповісти малюкові, що таке веселка, коли і як можна спостерігати це атмосферне явище, які кольори має веселка. По-друге, для розвитку творчих здібностей дитини, формування вміння розрізняти й аналізувати кольори. По-третє, для того, щоб виховувати естетичне сприйняття навколишнього світу й стимулювати розвиток допитливості. Крім того, тематична зустріч поліпшить настрій і сприятиме створенню доброзичливої атмосфери в сімейному колі.

Корисна інформація

Щоб виготовити фарбувальні порошки для веселкових боїв, треба замісити тісто з борошна на воді й додати до нього харчовий барвник. Тісто слід розкочати тонким шаром і висушити. Після цього розламати сухе тісто на шматки й подрібнити його за допомогою кавомолки на порошок.

Вірші для запам'ятовування кольорів веселки

Чотири (червоний)

Жабки (жовтогарячий)

Жваво (жовтий)

Збирали (зелений)

Букет (блакитний)

Синіх (синій)

Фіалок (фіолетовий)

.....

Спочатку червоний, жовтогарячий,
Жовтий, зелений, блакитний.
Далі йде синій і фіолетовий —
Вийшла веселка тендітна.

Як підготуватися?

Разом із малюком:

- Перегляньте навчальні мультфільми про веселку.
- Ознайомте малюка з віршами, що допомагають запам'ятати послідовність кольорів веселки. Один з них вивчіть напам'ять.
- Намалюйте фарбами на папері веселку.

Дорослим:

- Вберіться у яскравий одяг і попередьте всіх гостей, що їхній одяг має бути яскравих кольорів (бажано кольорів веселки).
- Підготуйте фарби, пензлі та пласті камінчики (за кількістю запрошених) для створення веселкової картини.
- Виготовте фарбувальні порошки чи фарбувальні бризкалки для «веселкових» боїв.
- Підготуйте веселі конкурси, обов'язково пов'язані з кольорами, і заздалегідь приготуйте реквізит для їх проведення.
- Доберіть загадки про кольори та аудіозаписи пісень, у тексті яких зустрічаються назви кольорів.

ПЕРЕДМОВА

- Чому всі довкола розповідають про труднощі виховання?
- Жінки взагалі схильні перебільшувати.
- А що ти робитимеш, якщо твоїй на горщик сідати не захоче?
- Ну, в Інтернеті почитаю. Там можна знайти безліч порад!
- А якщо не допоможуть поради?
- Поді покажу приклад.
- А якщо приклад не спрацює?
- Ну, а мама тоді на що?

(З розмови двох татусів,
які прогулюються з колясками.)

ШАНОВНІ ЧИТАЧІ!

Точніше, дорогі мої колеги, матусі й татусі, дідусі й бабусі, учителі й вихователі, няні та психологи! Ви тримаєте в руках незвичайну книгу — ВЕЛИКИЙ ДОВІДНИК ПРО ВИХОВАННЯ. У ній ідеться начебто про те, що дітей виховувати непросто. Але так здається лише на перший погляд. Складно робити те, що не подобається, що робиш без душі й бажання. А виховуємо ми з любов'ю, ніжністю, ласкою, розумінням. Тому це робити не важко, а цікаво. Не нудно, а весело! Так, але це тільки один бік батьківства. Насправді бувають періоди, коли здається, що не виходить узагалі нічого. Ось у такі хвилини в мене і виникла ідея написати цю книгу. Я переглянула телепередачу, у якій дорослі люди, психологи і лікарі говорили про те, як за просто можна виховувати дітей, як абсолютно спокійно можна виходити зі скрутних ситуацій. І коли я вимкнула

телевізор, то мені здалося, що я абсолютно нікчемна мама, що в мене ось так запросто ніколи не вийде, що я взагалі не розумію своїх дітей і не вмію правильно їх виховувати. Але ж я практично все життя тільки й роблю, що виховую дітей. Перша дочка народилася, коли мені виповнився двадцять один рік, синочок приспів до тридцятидвохліття, а найменша дочка народилася до сорокарічного ювілею. Та й робота в мене така ж — виховую, розповідаю, допомагаю.

І мені захотілося розповісти мамам і татусям, що все-таки виховання — завдання складне. Іноді здається, що все не так, нічого не виходить і не вийде ніколи. Але минає трохи часу, ти бачиш результати своєї праці, які тебе радують, і вже з'являється впевненість, що ти хороша мама або хороший татусь і все просто чудесно.

А ще мені захотілося поділитися досвідом зі своїми дітьми, щоб допомогти їм виховувати своїх дітей. Ні, бабусею я доки не стала, але ж ця подія не за горами, і ось тоді така книжка обов'язково згодиться моему синові й дочкам, щоб вони не розгубилися і могли в будь-якій ситуації бути мислячими батьками, які несуть відповідальність за свої вчинки і почуваються щасливими.

Одного разу до мене на консультацію прийшла мама п'ятирічного малюка. І начебто ситуація в цієї мами була не дуже критичною, але жінка плакала від того, що почувалася безпорадною і не розуміла того, що відбувається з її дитиною. «Він вимагає, не слухається, влаштовує істерики», — говорила мені вона, витираючи очі хусточкою. І марно було б заспокоювати її розповідями про вікові кризи або про те, що в інших батьків трапляється й гірше. Тому найголовніше, що я можу зробити для батьків — це допомогти їм зрозуміти те, що вони не самотні у своїх педагогічних і психологічних пошуках, що їм цілком під силу з'ясувати, чому з їхньою дитиною відбувається «щось жахливе», і що саме вони можуть придумати найкращі та найгеніальніші шляхи виходу з будь-якої проблемної ситуації. А на довідник книга перетворилася для того, щоб усім було зручно, швидко і просто знайти відповідь на запитання, що цікавить.


Як працювати з книгою?

Звичайно, ви можете читати всі статті по черзі. І навіть якщо більшість проблем не стосуються вашого малюка сьогодні, можливо, корисні поради допоможуть вам завтра «не набити собі шишок» у багатьох питаннях.

Як влаштована книга?

Як справжній довідник. У рубрикуаторі або в алфавітному покажчику ви відшукаєте проблему або питання, яке вас турбує, і отримаєте на нього відповідь. Причому варіанти розв'язків будуть різними — від найпростіших, тривіальних, до таких, які досить складно застосувати на практиці, зате ефект може перевершити всі ваші сподівання.

Перед кожною статтею наведені запитання — «батьківська історія». І ці запитання не мають стовідсотково збігатися з вашими. Оскільки всі діти і сім'ї відрізняються одна від одної, ваша ситуація не обов'язково має бути точним відбиттям чийось проблем. Але в описі причин, у загальному підході ви напевно знайдете необхідну вам інформацію і зумієте її використати на благо своєї дитини.



ДИТИНА ДИВИТЬСЯ ЗАБАГАТО МУЛЬТФІЛЬМІВ

Дитина звикла дивитися мультфільми по телевізору. Причому звикла досить швидко, коли ми одного разу зовсім ненадовго залишили малюка перед блакитним екраном, щоб зробити свої справи. А тепер він наполегливо вимагає вмикати мультфільми і влаштовує масштабні акції протесту, з усіх своїх маленьких, але вже упевнених сил намагаючись добитися від нас бажаного мультика. Що з цим робити? Як «перемкнути» дитину, щоб вона грала або спілкувалася, а не застрягала перед телевізором? Чому малюк віддає перевагу пасивному перегляду мультиків, а не прагне дізнатися щось нове, щось зробити або відкрити, як це належить дітям?



- ✦ Тому що так дитині набагато простіше — не треба нічого робити, інформація і так надходить.
- ✦ Тому що творці мультфільмів є фахівцями з маніпуляцій дитячою свідомістю. Усі мультфільми роблять саме для того, щоб дитина якнайшвидше включалася в них і ставала мультзалежною.
- ✦ Тому що вашому малюкові нудно. Наприклад, йому бракує цікавих і корисних іграшок, друзів, з якими він міг би пограти у веселі ігри, книжок, які він міг би погортати або почитати.
- ✦ Тому що він рідко бачить вас, батьків, і йому бракує вашого — маминого й татового — тепла та емоційної присутності. Саме заміною цьому теплу і стає телевізор, ті враження, які ваша дитина отримує від віртуального спілкування.
- ✦ Тому що іноді ми, дорослі, самі того не помічаючи, сприяємо формуванню телезалежності в дитини. (Згадайте, коли ви самі вмикали мультик, щоб малюк не заважав вам говорити по телефону, готувати або дивитися футбол.) І тільки пізніше, оцінивши результати, хапаємося за голову і намагаємося змінити ситуацію.



Секрет перший. Досить простий

Для того щоб «перемкнути» малюка і дати йому можливість відвикнути від телевізора, не можна просто заборонити те, що ще вчора було доступним і дозволеним. Ви можете розв'язувати проблему лише поступово. Спершу знайдіть альтернативу мультфільмам, які транслюють по телевізору. Їх головний недолік полягає в тому, що ви не можете їх контролювати, а також що вони ніколи не закінчуються, адже деякі канали транслюють передачі майже цілодобово. Звичайно, вам доведеться витратити час і докласти зусиль для того, щоб створити свою альтернативну мультфільмотеку, але, повірте, витрати варті результату. Формуючи підбірку мультфільмів, які ви без побоювань можете дозволити переглядати своєму малюкові, передусім, звертайте увагу на моральну сторону питання: чого вчить мультфільм, чи є в ньому чіткий поділ на позитивних і негативних персонажів, чи якісно промальовані картинки.

Зверніть особливу увагу на те, наскільки страшно дитині буде переглядати такий мультік. Адже саме мультфільми часто є першо-причиною дитячих страхів й агресивної поведінки. Персонажі не повинні викликати в дитини страху і жаху, ставати героями її нічних кошмарів.

Отже, ви запропонували дитині альтернативу телеперегляду. Тепер можете разом з нею дивитися найкращі улюблені мультфільми. Крім того, перегляд мультфільму, записаного на диск, можна зупинити в будь-який момент і через деякий час знову до нього повернутися.

Деякі батьки заперечать, що їхні малюки не замінять улюблений телевізор на DVD, однак усе залежить від того, як запропонувати. Адже якщо ви зможете зацікавити дитину по-справжньому, то навряд чи вона встоїть перед вашою пропозицією.

Ми не будемо категорично забороняти дитині дивитися те, що їй подобається, але поступово пропонуватимемо альтернативи. Наприклад, похід до улюбленого зоопарку або парку розваг, можливість послухати казку, яку прочитає тато або мама, яка-небудь спільна справа, якою дитина може захопитися разом з батьками. Звичайно, вам знадобиться деякий час на те, щоб змінити ситуацію. Але необхідно набратися терпіння, щоб відучити дитину від шкідливої звички, яку ми самі ж і сформували.



Секрет другий. Дещо складніший

Спорт, гуртки, цікаве заняття дасть вашому малюкові можливість зрозуміти і відчути, що світ навкруги набагато ширший і цікавіший, ніж маленький блакитний екран. Тому прислухайтеся до своєї дитини, дайте їй можливість проявити себе в чомусь і підтримайте починання. Наприклад, якщо помітили в малюка жагу до малювання або музики, помітили, що він із захопленням ганяє у футбол, віддайте його до гуртка або в секції, де його вміння розвиватимуть професіонали. Повірте, часу на телевізор у нього буде зовсім небагато. Подбайте про те, щоб у дитячій кімнаті вистачало різноманітних іграшок, які будуть корисні для розвитку малюка і не дадуть

занудьгувати. Конструктори, кубики, матеріали для малювання, цікаві іграшки для дитячої творчості, сюжетно-рольові та настільні ігри не повинні припадати порохом на полицях. Пам'ятайте про те, що дитину іноді треба вчити, як користуватися тією чи іншою грою або іграшкою.

«Отже, треба позбавити дитину вільного часу?» — запитала в мене одна мама у відповідь на таку пораду.

Виходить, що так. Але це не повинно виглядати занадто жорстко. Ви не можете сказати дитині: «Ти забагато часу проводиш перед телевізором, тому щодня тобі доведеться робити щось, що займе твій вільний час». Усе має бути природно й органічно. Наприклад, відновіть прогулянки з малюком перед сном або читання книг, грайте в настільні ігри, ходіть у гості. Тоді дитина із задоволенням переключиться на це цікаве заняття.



Секрет третій. Найскладніший

Третя порада може виявитися найскладнішою саме тому, що вона допомагає позбавитися найголовнішої причини дитячої телеманії. Сьогодні багато мам і татусів занадто зайняті роботою, щоб мати можливість приділити досить часу своїм дітям. Тому малюкам нічого іншого не залишається, як сісти перед екранами телевізорів і проводити час саме в такий спосіб. Секрет № 3 буде непростим саме у своїй реалізації. Вам доведеться виділити якомога більше часу для своєї дитини. І хоча звучить це цілком природно, однак виконати такі рекомендації не всім батькам під силу. Адже йдеться не про той час, який ви проведете просто поряд з дитиною, прибираючи у квартирі, управляючись на кухні або розмовляючи по мобільному телефону. Вам доведеться робити разом з дитиною якусь спільну справу, наприклад, піти на прогулянку, полагодити машину, випекти пиріжки, купити нову сукню тощо. І тоді ви побачите, як вашому синові або дочці сподобається робити щось разом з вами. Навряд чи в цей час малюк хоч би раз згадає про телевізор.

ДИТИНА НЕ ХОЧЕ ОДЯГАТИСЯ, ЩОБ ПІТИ НА ПРОГУЛЯНКУ

Не можу одягти малюка на вулицю. Ніколи не могла б подумати, що в мене виникне така проблема, тим більше що зі старшим синочком було все чудово. А тепер виходить, що дочка, якій лише півтора роки, просто «мостить гніздо». Щойно я говорю їй, що треба збиратися на прогулянку, вона відмовляється одягатися, кричить, може впасти на підлогу. Доводиться одягати її силоміць, але іноді ми навіть на прогулянку не виходимо. Мені здається, що я щось роблю не так, але як поводитися інакше — я не знаю.

Можна хоч сто разів вважати себе поганими і невмілими батьками, але проблема від цього не розв'яжеться. Тому ми припинимо нарікати і спробуємо спершу з'ясувати причини дитячої поведінки.

Навіть найменша дитина в змозі попсувати батьківські нерви. Чому ж вона намагається зробити на зло, як нам здається? Чому така дрібниця, як одягання і вихід на вулицю, раптом стає великою проблемою? Відповідь на це запитання треба шукати у віці дитини. Що відбувається тоді, коли ваш малюк вже навчився говорити і ходити? Само собою, йому дуже хочеться стати самостійним. При цьому він ще багато чого не може вирішувати, і ось одного разу малюк помічає, що якщо гарненько покапризувати, то цілком можна змінити ситуацію, наприклад, замість піти на прогулянку, залишитися вдома. Тобто для дитини це дуже показовий момент, адже малюк починає розуміти, що якісь рішення він може приймати сам, не покладаючись на думку дорослого.

Цікавий досвід однієї сім'ї, у якій працювала няня. Вона допомагала виховувати маленьку дівчинку. І ось коли крихітці виповнилося приблизно півтора роки, дівчинка стала дуже вередливою. Мама стривожилася. Адже раніше нічого подібного не було. Най-

дивовижнішим було те, що коли дівчинка залишалася з нянею, вона практично ніколи не вередувала. Намучившись, мама спробувала проаналізувати ситуацію. І виявилось, що няня ніколи не віддавала дівчинці команди, завжди запитувала: «Ти хочеш чай чи компот?», ніколи не наполягала на своєму рішенні, пропонуючи дитині вибір або розумний компроміс. «Нам треба обідати. Ти хочеш піти зараз чи за десять хвилин?» — запитувала няня. Природно, дівчинка віддавала перевагу другому варіанту, але вже не відчувала, що нею командують. І результат був отриманий без сліз і нервів.



Секрет перший. Досить простий

Погляньмо на ситуацію з боку. Уявіть, що до вас прийшов хтось і говорить: «Зараз ми підемо на вулицю». А ви п'єте каву, лежите у ванні, читаете цікаву книгу або розмовляєте по телефону з подругою. Ось приблизно так і відбувається з малюком. Він захоплений цікавою справою: малює, грає, читає, переглядає телевізор тощо. І тут мама або тато говорять ствердно (а можливо,

