

ЗМІСТ

Від редактора	4
Від автора	5
Агресія	6
Хвороблива і фихильність до мам	32
Примхи	52
Упертість	66
Дитина гризе нігі	82
Жорстке ставлення до тварин і природи	92
Сором'язливість	98
Несамостійність	119
Безсоння (поганий сон)	130
Страхи	148
Жадібність	162
Великий секрет для маленької компанії, або сімейні справи	172
Нестандартний батьк вський підхід до виховання дитини	178
Післямова	199

ВІД АВТОРА

ВСТУП, АБО НАВІЩО НАПИСАНО ЦЮ КНИГУ

Немає такої дитини, яка б жодного разу в житті не вередувала, не жадувала, або не билася, чи ніколи нічого не боялася.

Ви тримаєте в руках книгу, яка допоможе вашій дитині впоратися з труднощами. У ній ви знайдете «ліки» від шкідливості, упертості, жадібності, сором'язливості, жорстокості та інших недугів. Чим лікують такі недуги? Звісно, грою і казкою! Адже якщо дитина боїться, наприклад, засинати сама і всюди бачить монстрів, можна скільки завгодно запевняти її, що їх не існує, — дитина вам не повірить! Для неї вони реальні. Вона чувається самотньою і беззахисною, адже якщо мама і тато їх не помічають, вони не зможуть допомогти. Що тоді залишається? Прочитавши дитині казку «Амулет для хоробрості», ви допоможете їй самостійно впоратися зі своїм страхом. І коли вона виросте, їй буде легше долати будь-які труднощі.

У книзі ви знайдете докладний опис причин шкідливих звичок у ді-

тей, якщо ці причини не усунути, то шкідлива звичка буде повертатися. Наприклад, якщо дитина гризе нігті і ніяк не хоче позбутися цієї звички, то можна скільки завгодно мазати пальчики гірчицею або карати дитину, але це не розв'яже основної проблеми. Тому що існують причини, з яких вона це робить, але які слід усунути. Як? Грайте разом з дитиною! У книзі описані ігри, граючи в які, ви навчите дитину співчувати, бути доброю, розв'язувати будь-які суперечки мирним шляхом, допоможете своєму малюкові стати впевненим у собі.

Мені хотілося написати книгу, яка була б своєрідним довідником «іноземної» мови — мови дитини. Наші діти найкраще розуміють дві мови — мову нашої любові і мову гри та казки. Книга допоможе вам удосконалити одну мову й опанувати іншу. Зібрані тут ігри і казки — путівник, який допоможе вам у цьому.

А найголовніші ліки від усіх дитячих хвороб — щаслива і дружна сім'я.

АГРЕСІЯ



Часто діти виявляють агресію, якщо хто-небудь поводить себе агресивно щодо них. Тобто «дають здачу» нам, дорослим. Мама і тата не завжди звертають увагу на те, як вони спілкуються з дитиною. Проявом агресії в сім'ї не обов'язково можуть бути стусани. Гучний різкий голос мами, ображене мовчання тата і навіть надмірні заборони і критика можуть призвести до агресивної поведінки дитини.

Щоб точно поставити діагноз, пограйте у гру «День навпаки».

Якщо ви переконалися, що причина дитячої агресії не в сім'ї (а таке теж може бути), треба дізнатися її походження.

Як це перевірити?

Малюйте разом. З малюками малюйте фарбами. Старшим дітям можна запропонувати помалювати олівцями. А ось фломастери краще не використовувати.

Запропонуйте дитині такі теми для малюнка: «Мої друзі», «Я в дитячому садку», «На заняттях у...», покажіть бабусь, дідусів, інших дорослих. Нехай дитина малює, а ви посидьте і поспостерігайте.

Не поспішайте хвилюватися, якщо дитина намалювала малюнки червоним або чорним кольором. Діти часто використовують ці кольори, тому що вони найбільш контрастні



щодо білого аркуша. Щоб перевірити, попросіть намалювати щось хороше, наприклад, маму чи улюблену іграшку. Тільки якщо «поганий» і «хороший» малюнки не будуть дуже відрізнятися, можна говорити про те, що ви знайшли причину.

Треба також звернути увагу ось на що: намалює дитина кого-небудь занадто великого розміру, густо заштрихованого, з піднятими руками, зафарбованими очима, великим відкритим ротом, чи відмовляється малювати взагалі. Це привід докладніше розпитати про цю людину або ситуацію.

У будь-якому разі, якщо ви як мама (або тато) помітите в малюнку щось, що вас турбує, поговоріть про це, поділіться переживаннями з ви-

хователем у дитячому садку, дитячим психологом.

З молодшими дітьми можна використовувати іграшки. Запропонуйте дитині пограти «В пісочницю», «У кращих друзів». Нехай малюк назве іграшки іменами своїх кращих друзів, вихователя, інших дорослих. Дитина сама може запропонувати умови гри. Нехай малюк розповість, що вони роблять, як грають. У цій грі ви тільки допомагаєте, граєте роль тією іграшкою, яку запропонує малюк, і спостерігаєте з боку. Проаналізувати ситуацію буде не складно, оскільки в дитячій грі все видно — хто хороший, хто поганий, кого дитина боїться, кого любить, а на кого сердиться. Вам залишиться тільки подумати, як змінити ситуацію.

ВИСНОВОК ПСИХОЛОГА

Агресія — природне і необхідне людині почуття.

Не можна придушувати агресію — дитина може захворіти або спрямувати свою агресію на саму себе (аутоагресія).

Рекомендації батькам, дотримання яких допоможе знизити агресивність дитини

- ▶ Зменште кількість заборон. Але поступово досягайте того, щоб заборони було дотримано на 100 %.
- ▶ Мама, тато, а також інші дорослі в сім'ї мають дотримувати єдиної системи виховання. Якщо тато сварить, то мама може, звісно, пожаліти (на те вона і мама), але обов'язково підкреслить, що тато має рацію.
- ▶ Не обговорюйте спірні моменти виховання у присутності дитини.
- ▶ Займайтеся спортом і долучіть до занять малюка.
- ▶ Не будьте агресивними щодо дитини.
- ▶ Не карайте її фізично.
- ▶ Якщо ви помітили, що ваша дитина починає поводитись агресивно, то перш ніж агресія досягне піку, намагайтеся відволікти малюка.
- ▶ Навчіть дитину давати раду своїй агресії.
- ▶ Розмовляйте з малюком. Під час спалаху агресії відведіть дитину в бік і почніть розпитувати її про кривдника: «Що конкретно сталося? Що він зробив? Хто він такий? Де живе? Де його мама?» та ін. Дозвольте малюкові виплеснути свою агресію в словах. Запропонуйте дитині скласти казку про кривдника.
- ▶ Не порівнюйте дітей — не провокуйте ревності!
- ▶ Вивчіть «Лікарську карту», щоб визначити причини, які ховаються за агресивною поведінкою.

ІСТОРІЯ ПРО ТЕ, ЩО МОЖНА ЛЮБИТИ ЗАНАДТО (ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНА КАЗКА ДЛЯ БАТЬКІВ)

Інструкція до казки

Прочитайте казку. Спробуйте подивитися з боку на свої взаємини з дитиною. Як там у вас? Усе гаразд? Не кричите, в міру забороняєте, зважаєте на думку дитини, говорите про кохання? Ну, якщо все гаразд, то чудово. Щось усе-таки насторожує? Читайте казку. Адже ви вже зрозуміли, що причини дитячої агресії можуть бути в самих дорослих.

Собака дуже любив свого господаря. Він чекав його з роботи, заглядав в очі, приносив капці, лащився, як міг.

Господар теж дуже любив собаку. Теж по-своєму. Він годував його, мив йому лапи, радів, коли він зустрічав його, побудував для нього теплий і зручний будиночок. Господар завжди дбав про свого собаку, лікував, коли той хворів, захищав від злих дворових псів.

Господар дуже турбувався, коли собака гуляв без нього, а жили вони поблизу великої дороги. Одного ранку, коли собака гуляв сам у дворі й ганявся за голубами, він мало не загинув. Добре, що двірник, побачивши на дорозі вантажівку, кинув у собаку свою мітлу і налякав його, змусивши втекти з дороги.

Саме тоді господар дуже злякався. Він вибіг у двір, схопив собаку на руки і довго не відпустив його. Після цього випадку собака більше ніколи не гуляв без господаря, і він твердо вирішив: «Я виховуватиму свого собаку, і він завжди мене слухатиметься».

Він почав читати книги про дресирування, купив повідок, нашійник і маленький батіжок. Він сподівався, що батіг не знадобиться, але його дуже вмовляли в магазині, переконували, що «без батіжка йому ніяк не обійтись», «всім собакам потрібен батіг, на те вони й собаки», «якщо ви справді хочете видресирувати собаку — батіг вам необхідний».

Дресирування. І з ним ніколи нічого не станеться. Так вирішив господар.



Спочатку все йшло добре. Собака дуже старався правильно виконувати команди, приносив палицю, завмирав, коли потрібно, вчився сидіти і лежати.

Уже ніхто не пам'ятає, чому господар одного разу вдарив його. Собаці було боляче. Він дуже злякався і став неуважним та полохливим. Він так само хотів правильно виконувати команди, але весь час ніби очікував нового удару, і це заважало йому зосередитися.

Він почав помилятися, скиглив, тікав. А господар почав сердитися. І чим більше він злився і боявся, що з ним щось станеться, тим гучніше кричав. Собака терпів, але одного разу не витримав і загарчав на господаря.

А потім почав кусатися...

*Ми дуже любимо своїх дітей і хочемо для них тільки добра!
І тільки заради їхнього блага стаємо занадто суворими, занадто
вимогливими, занадто...*

*А тепер — казка, яку треба прочитати дітям! Адже діти обожають
казки. І готові слухати їх уранці, вдень і ввечері. Саме казки
багато чого можуть навчити наших дітей, а ось батьківські
нотації дітям рідко бувають цікаві.*

