

ЗМІСТ

Від автора	4
Обіцяю говорити тільки правду й нічого, окрім правди	5
Як виховати оптиміста	43
Таємниця успіху (виховання в дітей цілеспрямованості, наполегливості, послідовності)	66
Любов до читання	107
Повсякденні дрібниці	133
Доброта — найкращі ліки	144



Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>

ВІД АВТОРА

Поєднання нехитрого тексту і смішних малюнків може пояснити дітям прості істини набагато зрозуміліше, ніж довгі нотації.

В. Г. Сутєєв

Дорогі розумні, добрі, уважні, чуйні, терплячі батьки. Якщо ви тримаєте в руках цю книгу, отже, ви вибрали правильний шлях до серця і щастя своїх дітей.

Це означає, що ви зійшли зі шляху крику, покарань, сварок у спілкуванні з дитиною. Яким би натоптаним і коротким він не здавався, він веде в нікуди.

Тепер ви знаєте, що діти говорять по-особливому — мовою казок. Звісно, ми можемо сварити, хвалити, переживати, піклуватися, робити все що й зазвичай, своєю рідною мовою. А може, вивчімо іноземну?

Спробуймо мову казок, притч, легенд і цікавих ігор! Навчимося нею спілкуватись!

У першій книзі «Ігри і казки, які лікують» були запропонова-

ні ліки від примхливості, упертості, жадібності, сором'язливості, жорстокості та інших недугів. У Книзі 2 наведено новий практичний курс Казкології і Казкотерапії. Моя дочка старшає, тож разом із нею зростають і казки. У цій книзі з'явилися твори для підлітків, є чим зайняти й найменших, наведені навіть ігри для немовлят.

Більшість матеріалів збірника містить вказівку на вік дітей, яким вони рекомендовані, а ті, що не мають таких позначок, можуть використовуватися батьками на свій розсуд. Такі казки та ігри універсальні, і тільки ви зможете визначити, що буде доречним для вашої дитини на цей момент.

Щастя вам, дорогі дорослі!

ІГРИ З ЇЖЕЮ

Пригадаймо епіграф до цього розділу: «Брехня — як вітамін-драже: спочатку здається солодко, а розкусиш — стає гірко». Малюки краще сприймають інформацію, яку отримують через зір, дотик, смак. Можливо, тому, що батьки говорять досить багато.

Деякі уроки дитина засвоїть краще, якщо «спробує їх на смак». Розповідаючи про правду і брехню, запропонуйте малюкові вітамін-драже або цукерку «Шипучку». Зверніть його увагу, що хоча вітамін і солодкий спочатку, потім стає кислим. Так і з брехнею: здається, що спростив собі життя, але насправді тільки зробив гірше. Таємне завжди стає явним, мама обов'язково дізнається правду, і тоді «в роті стане кисло».

ПРАВО ОДНОГО ЗАПИТАННЯ (гра, яка вчить дитину того, що правда — золото)

Погляньмо правді в очі: брехня може бути зручною. Адже якщо батьки не занадто строгі (або дуже заклопотані), неправда може спростити життя. Проста фраза «Мамо, нам сьогодні нічого не задали» забезпечить вільний вечір. Так, потім доведеться виправляти двійку, але це буде колись. А для дітей існує тільки «тут і зараз». А може, пощастить, і вчитель узагалі не викличе.

Якщо дуже страшно бути покараним, іноді єдиний вихід — сказати «Це не я!». І це теж може спрацювати. А розповідь про те, що вдома «ціла купа цукерок, радіокерований літак і старший брат-боксер», навряд чи хтось зможе перевірити.

Отже, говорити правду нелегко, а збрехати часом дуже хочеться. Цей прийом — тільки один зі способів показати дитині, що правда, щирість, відвертість можуть принести багато радості,

задоволення і полегшення. Цей прийом більше профілактичний, хоча якщо застосовувати його постійно, гострі проблеми теж може розв'язувати.

Домовтеся з дитиною, що щовечора, перш ніж вклатися спати, ви ставитимете одне одному єдине запитання, на яке обов'язково треба відповісти чесно.

Якщо ви починаєте так грати з маленькою дитиною, скажімо, чотирирічною, вона може ставити дуже прості запитання. Наприклад: «Що ти сьогодні робила?», «Можна мені завтра не спати вдень?» тощо. Але з віком теми розмов стають глибшими й цікавішими. Головне — у будь-якому віці зберігати атмосферу щирості та серйозності. Треба показувати дитині, що говорити правду — це чарівний дар, а відвертість — справжній скарб.

Важливо!

- *Не можна використовувати «право одного запитання» для того, щоб випитувати в дитини її таємниці.*
- *Можна використовувати «право одного запитання» не щовечора, а, наприклад, на загальній сімейній раді (якщо у вас є сімейні ради). Головне — щоб правила були погоджені і дитиною, і дорослими або всією сім'єю.*
- *Не обов'язково ставити запитання перед сном, хоча вечірня обстановка сприятлива для щирих бесід.*
- *І найважливіше: «право одного запитання» має бути і у вас, і в дитини. І навіть якщо малюкове запитання виявиться особистим, секретним або «дорослим», ви маєте дуже постаратися, щоб знайти чесні слова для відповіді. Наприклад, моя дочка ще в 5 років поставила запитання, звідки беруться діти, і я чесно їй відповіла. Звичайно, на рівні її віку.*

ЯК ВИХОВАТИ ОПТИМІСТА

Песиміст завжди спить із ножем під подушкою.

Оптиміст — теж: раптом хтось із тортиком приїде.

Крик душі мами двох дітей: «Учора всією сім'єю гуляли в парку. Каталися на атракціонах, їли морозиво, бігали під фонтаном. Кожен отримав усе, що хотів. Дітям ні в чому не відмовляли. Повернулися додому втомлені, але задоволені. Менший син щасливий. Запитую старшу дочку, чи сподобалося їй, і чую відповідь: «Мені

так хотілося замороженого йогурту!» І це тоном глибоко нещасної людини! І так завжди. Вона завжди шукає щось, що погано або не достатньо добре. Що ми робимо не так?»

З'ясуймо разом, чому одна дитина радіє льодяникам на паличці, як диву, а інша не задоволена шоколадним тортом.

ГОЛОВНІ ПРИЧИНИ ДИТЯЧОГО ПЕСИМІЗМУ

► *Порушення контакту від народження*

Багато чого вже написано про важливість першого року життя дитини. Саме в цей період закладається так звана «базова довіра до світу». Це поняття описував німецький психолог Ерік Еріксон. Суть його полягає в тому, що до кін-

ця першого року дитини формується її ставлення до світу як до чогось доброго, надійного, світлого або, навпаки, жорсткого й важкого. Якщо захочете, можете детальніше почитати про це явище.

Чинники, що здатні завадити формуванню базової довіри: розлучення мами

й дитини відразу після пологів (кесарів розтин, важкі пологи), післяпологова депресія в мами, годування за годинником, ранній вихід мами на роботу, дратівливість батьків, велика кількість різних дорослих, які доглядають за дитиною (наприклад, міняються няні). Зверніть увагу, що ці чинники тільки можуть спричинити порушення довіри, але все, звичайно, залежить від батьків. Наприклад, мама

змушена повернутися до роботи з перших днів, але правильно вибудувала режим дня дитини. У годувальниці може пропасти молоко, але вона досить ніжна й уважна, що допоможе сформувати довірливі стосунки.

Чинники, що сприяють формуванню довіри: годування за вимогою, вчасна (швидка) реакція на крик дитини, носіння на руках, задоволення основних потреб дитини (сухо, сито, тепло тощо), спокій батьків, вчасний мамин відпочинок, м'який режим дня, носіння в слінгу, тілесний контакт, загальнозміцнювальний масаж, спокійне плавання в теплій воді, ігри з дитиною (навіть із немовлям).

Що робити, якщо вашій дитині за рік, а період формування «базової довіри до світу» минув не так добре, як хотілося б? Ви ще можете відновити довіру своєю підтримкою, умінням активно слухати, розуміти й приймати бажання своєї дитини.



► *Батьки підтримують песимізм тим, що намагаються активно переконати дитину*

Повернімося до історії дівчинки із замороженим йогуртом на початку розділу. Її песимізм мав цілком конкретну причину. Батьки завжди мріяли дати своїм дітям усе найкраще, хотіли зробити їхнє дитинство яскравим і насиченим, якого не мали самі. Усе йшло добре, поки не народився менший братик. І справа не в тому, що в них стало менше часу для спілкування зі старшою дочкою, а в тому, що вони боялися, думали, що старша почуватиметься ущемленою. Відчуваючи провину щоразу, коли дочка була чимось невдоволена або засмучена, вони

намагалися підняти їй настрій і тим самим привчили до невдоволення. Діти дуже тонко відчують батьків, і якщо ті впевнені, що дочка має почуватись ущемленою, отже, так і буде.

Якщо ви переживаєте, що ваша дитина весь час акцентує увагу на негативі, і старанно намагаєтесь переконати її, ви фіксуєте дитину в цьому стані. Ви весь час звертаєте увагу на те, що вона песимістично налаштована.

► *Нерозуміння потреб дитини*

Часто батьки намагаються дати своїм дітям усе найкраще, те, чого вони самі не отримали в дитинстві. Але не завжди те, чого хотілося їм, потрібне їхній дитині.

