



50 исцеляющих
сказок
от **33** капризов

терапевтические **сказки**

УДК 37.018.1

ББК 74.1

М23

Методическое сопровождение к комплекту
«Антикапризин»

М23 **Маниченко, И.В.**

50 исцеляющих сказок от 33 капризов: Сборник терапевтических сказок./ Составитель, редактор И.В.Маниченко. – Челябинск: ООО «Бэби Эксперт», 2009. – 352 с.

ISBN 978-5-91653-005-6

Эта книга является составной частью методического комплекта *«Антикапризин»*, но может распространяться отдельно, поскольку имеет самостоятельную научную и методическую ценность.

Комплект *«Антикапризин»* содержит 50 сказок. На часто встречающиеся капризы приведено несколько сказок. Эффективен в период формирования характера от 2 до 7 лет.

УДК 37.018.1

ББК 74.1

© Издательство "Мамины Сказки", 2009

© ООО «Бэби Эксперт», 2009

50 ИСЦЕЛЯЮЩИХ СКАЗОК от 33 капризов

10 рекомендаций для эффективного рассказывания историй

Родители – главные учителя ребёнка. Ведь они проводят с ним больше всего времени с самого рождения и являются моделями поведения, общения и реакций на жизненные ситуации. Они постоянно рассказывают ребёнку истории (словами или поведением), которые учат малыша ценностям, решению проблем, отношениям и другим необходимым жизненным навыкам – полезным или нет. Поэтому роль родителя – самая важная в жизни, так как именно она определяет будущее детей – и, конечно, будущее всего мира.

Родителям необходимо научиться эффективным способам и методам общения с ребёнком, с помощью которых они смогут передать своему малышу те ценности, которые считают нужными, методы решения различных жизненных трудностей и получения радости от жизни. Тогда дети смогут учиться у своих Главных Учителей: у людей, ответственных за их воспитание и наделение качествами, необходимыми для путешествия по жизни.

Однако, в роли родителя очень легко быть затянутым в водоворот ежедневных обязанностей и требований: отсутствие свободного времени и стрессы на работе, платы по ипотеке, уход за домом, и т.д. Пока ребёнок тихо сидит и смотрит телевизор или играет в компьютер, легко использовать эту возможность для выполнения «необходимых» дел, таких как мытье посуды, подметание полов, приготовление ужина или выполнение незаконченной работы на компьютере... Но таким образом упускается время, которое можно качественно провести с ребёнком. Упускается шанс укрепить отношения между родителем и малышом.

Ведь как здорово, какая приятная атмосфера царит в отношениях, когда дедушка или бабушка сидит с ребёнком на коленях и рассказывает ему сказку. Какая особая связь, близость формируется в отношениях между матерью и ребёнком, когда она каждый вечер садится у кровати малыша и рассказывает ему на ночь сказку, которая не только помогает заснуть, но и заставляет задуматься и что-то переосмыслить.

Как приятно, когда по вечерам вся семья собирается на кухне за ужином и каждый рассказывает о событиях, происшедших с ним за день. Через такие семейные рассказы детям передается мудрость жизни, обучающий опыт и путь здорового взросления. И всё дело здесь не только в искусстве рассказывания и содержании рассказов, а в самом процессе, в котором рассказчик и слушатель качественно проводят время вместе и обмениваются жизненным опытом.

Рассказывание сказок и историй не только сближает всех членов семьи, но и помогает найти другой способ взаимодействия друг с другом. Ведь общение с помощью рассказов помогает избежать проблемы, когда родители читают лекции, «проповедуют» или ворчат.

Психологические исследования показали, что дети в своих отношениях с родителями ставят на первое место проблему бесконечных родительских нотаций и назиданий. Они считают, что отношения в семье улучшатся, если родители перестанут сердиться и ворчать на них. Но, в то же время, родители высказали мнение, что все изменится, если им не придётся ворчать и сердиться на своих детей. То есть обе стороны видят ворчание, как общую проблему, находят её нежелательной, и в то же время, продолжают совершать поступки, которые вызвали эту проблему. Для родителей и детей ворчание стало общей, обычной, но нежелательной моделью поведения.

Но нотации не способны что-либо изменить. А, если те же мысли упаковать в «подарочную обёртку» в виде рассказа, они становятся действенными. Когда дети «распаковывают подарок» и обнаруживают скрытый смысл увлекательной истории, в них открывается способность к переменам.

Всё дело здесь в том, что рассказы, сказки и внутренний мир ребёнка неотделимы друг от друга. Сказки всегда были самым эффективным способом общения с детьми. Они передавались и передаются из поколения в поколения на протяжении веков. Слушая сказки и рассказы, ребёнок невольно встречает в них отголоски своей собственной жизни. Он стремится воспользоваться примером положительного героя в борьбе со своими страхами и проблемами. Рассказы и сказки вселяют в малыша надежду, что очень важно. Ведь, тогда он начинает верить в свой успех, и постепенно его добивается.

Сказки позволяют ребёнку почувствовать, что он не одинок в своих страхах и переживаниях, что другие дети

испытывают тоже самое. Ребёнок успокаивается и избавляется от комплекса неполноценности. Он уже не считает себя уродцем, тупицей, трусом и т.д. Он чувствует себя уверенней, а это помогает ему преодолевать трудности.

Конечно, есть случаи, когда более желательнее прямое и ясное общение. Например, когда ребёнок чуть не вышел на дорогу перед автобусом. Это, конечно, не тот случай, когда нужно рассказать длинную и непрямую сказку о том, как избежать таких ситуаций и о нежелательности переходить дорогу перед автобусом. Однако, есть и другие случаи, когда не прямое метафорическое общение является подходящим и эффективным способом общения, который поможет избежать лекций, нотаций и ворчания.

Бывает, что детская проблема лежит в самом стиле воспитания. Родители, которым не хватает хороших родительских навыков, часто реагируют на плохое поведение своих детей, повторяя одни и те же неэффективные методы – угрожают наказанием, повышают голос, сердятся. Но это лишь загоняет проблему малыша ещё глубже. В таких случаях родителям необходимо разобраться в самих себе, пересмотреть свое поведение не только по отношению к ребёнку, но и к другим членам семьи.

Ребёнок полностью копирует своих родителей: их привычки, действия, их способ общения, образ жизни. И ему бесполезно что-то объяснять и читать нотации. Ведь у малыша есть главный пример для подражания – это его родители. И, если родители изменят своё поведение, то это в огромной степени поможет детям изменить их поведение.

Поэтому, каждый раз, прежде, чем рассказать малышу сказку о каких-то его нежелательных действиях, подумайте, а не являетесь ли вы причиной такого поведения. Ведь

сказка может не затронуть реальную причину проблем с малышом, а значит, может оказаться неэффективной.

Например: ребёнок, страдающий проблемой ночного энуреза. Родители много раз пытались объяснить ему, что это «плохо», «некрасиво» и т.п. Но потом обнаруживается, что ребёнок не спит по ночам, потому что боится заснуть или пойти в туалет, потому что мама и папа ссорятся. Где здесь кроется проблема – в писающемся ребёнке или в ссорящихся родителях? В этом случае ничего нельзя сделать, кроме как посоветовать родителям пересмотреть свои отношения друг к другу, измениться и улучшить свои родительские качества. А уже после этого рассказывать малышу терапевтическую историю, чтобы окончательно выправить ситуацию.

Ещё одна ценность в общении с помощью психологических рассказов в том, что в процессе рассказа дети обучаются моделям поведения и умениям, которые полезны для их взросления.

Рассказ историй не является авторитарным и, таким образом, помогает построить чувство равноправия в отношениях. Ребёнку не говорится, что ему думать, говорить или делать, скорее его побуждают думать независимо. Ему даётся возможность выразить свои идеи и своё отношение к проблеме.

Часто дети избегают говорить о своих проблемах потому, что стыдятся этого, боятся нежелательной реакции на них взрослых или потому, что у них не хватает слов и понятий для описания своих чувств и эмоций. Рассказ даёт возможность вступить в диалог с ребёнком. Малыш может стать на удивление открытым, когда он расскажет о том, что беспокоит и тревожит героя сказки.

Таким образом, метафорические рассказы помогают развивать навыки принятия решений и решения проблем. Что собирается делать герой? Как он или она решит эту проблему? Что поможет лучше – такой или другой подход? Каковы возможные последствия?

Подобные вопросы побуждают ребёнка искать различные выходы из сложившейся ситуации. Проверять его собственные потенциальные решения против решений героя. Находить, что является полезным, а что нет. Путешествуя вместе с героем по этим вопросам, дети учатся взвешивать возможности и вероятности, принимать самостоятельные решения, таким образом, готовя себя к независимой и ответственной жизни.

Для того же, чтобы сочинить или дополнить и пересказать уже имеющуюся, наиболее подходящую сказку, рассказчик должен проникнуть в детский внутренний мир. Необходимо увидеть окружающее глазами ребёнка, а это мы делаем очень редко. Мы настолько привыкаем к своей взрослой жизни, что забываем о том, что существует другой взгляд на вещи – и сказки в этом нам смогут помочь. Если вы не знаете, что именно беспокоит ребёнка, вы можете спросить, что, по его мнению, беспокоит его любимого сказочного героя. Например, малыш может сказать: «Расскажи мне историю, как Юля ходила к доктору», – тогда вам будет ясно, в чём суть проблемы.

Но сказка должна быть не только интересной и близкой вашему ребёнку, её важно хорошо рассказать. Для этого приведем несколько рекомендаций, которые помогут вам эффективно и эмоционально рассказывать малышу сказки.

1. Мы все – рассказчики историй

Мы все всё время рассказываем истории. Не только рассказываем, но и просим рассказать нам истории... То есть, приглашаем других быть рассказчиками. Когда наши родные приходят вечером домой, мы просим их рассказать: «Как прошёл твой день?». Мы спрашиваем коллегу: «Что ты делал на выходных?». Мы спрашиваем ребёнка, когда он приходит домой из школы: «Как ты сегодня учился?». Так мы ищем истории и ожидаем, что другой человек расскажет нам историю из своего опыта. Через такие рассказы мы обмениваемся своим опытом и впечатлениями. Мы рассказываем о своих неудачах и достижениях, радостях и печалях, боли и удовольствиях. О событиях, которые важны для нас, и о вещах, которыми мы хотим поделиться и делимся с другими. Для них, слушать наши истории, как и для нас слушать их, является процессом обмена опытом, который улучшает нашу жизнь день от дня.

Мы не только слушаем рассказы других людей, но и свои рассказы, и чем больше мы их слушаем, тем больше вероятность, что они, в конце концов, станут реальностью – как с нашего желания, так и против него.

Возьмем, к примеру, ребёнка, у которого назначен приём к стоматологу с утра. Когда он приезжает в школу, идёт вторая половина урока орфографии. Почти сразу, как он заходит в класс, учитель просит его произнести по буквам на память слово из списка, который он должен был выучить к уроку. Он примерный ученик, и обычно произнести слово по буквам для него не проблема, но сегодняшний неприятный визит к врачу, опоздание и неожиданный вызов к доске за-

ставляют его растеряться, и он не может произнести даже относительно лёгкое слово по буквам. «Что?» – удивляется учитель, – «Разве стоматолог выдернул твой зуб мудрости?». Весь класс смеётся, а мальчик очень смущён.

Позже он переживает из-за опоздания, насмешки учителя и класса. Он снова и снова повторяет себе ту же историю, становится более пассивным и меньше поднимает руку на уроках. Он пытается выглядеть незаметным и маленьким, когда учитель ищет желающих отвечать. Историю, которую он повторяет себе о совершении ошибок на публике, об унижении, и о чувстве смущения, снова и снова откладывается в его голове. Эта история, которая не только говорила о том, что случилось, но и том, что случится в будущем.

Давайте приведём ещё один пример о девочке, которая была отличной бегуньей. Она выигрывала большинство школьных соревнований и получала похвалы от родителей, учителей и ровесников. Историю, которую она рассказывает себе о конкретной победе, определяет, с каким настроем она будет участвовать в следующих соревнованиях. Её история о прошлых успехах определяет её чувство уверенности и вносит свой вклад в будущие успехи.

Так как мы постоянно рассказываем истории себе и другим, а также постоянно слышим их от других, мы определяем, таким образом, не только то, что уже случилось, но и то, что случится в будущем. Когда мы просим кого-то рассказать нам историю, наши ожидания не являются какими-то нереальными. Ведь мы просим то, что человек может нам дать, ведь МЫ все – рассказчики историй и всегда ими были. Когда дело доходит до умения рассказывать истории, нам не нужно начинать учиться этому с азов, так как мы уже находимся в положении, когда все, что необходимо

– это развить или обновить это умение и эффективно использовать его в терапии. Вопрос не в том, умеем ли мы рассказывать истории, а в том, как хорошо мы это делаем. Приёмы, описанные в этой книге, помогут развить некоторые из этих качеств.

Упражнение 1.

- Практикуйтесь в рассказах о том, что случилось с вами за день, был ли это опыт, который помог вам что-то осознать, был ли это смешной инцидент или что-то, чем бы вы хотели поделиться с кем-то особенным.

- Слушайте рассказы других людей об их опыте и происшествиях день за днем.

- Особенно наблюдайте, как дети используют рассказы. Спрашивайте их о том, как они провели свой день и слушайте рассказы, которые они вам рассказывают, и как они сообщают о важных для них вещах.

2. Больше используйте свой энтузиазм, а не технику рассказа

Если вы собираетесь рассказывать истории, сделайте их весёлыми. Дети любят рассказы – они самая лучшая аудитория и с такой аудиторией очень легко сделать ваш рассказ приятным и лёгким для вас и для них. Начинайте с тех историй, которые вам нравится рассказывать. Не обращайте большого внимания на технику или шаги рассказа, а просто

используйте самый главный компонент – такой тип историй, который начинается словами «О! Вы не поверите, что со мной сегодня случилось». Это именно тот энтузиазм, который добавляет рассказу настроение или чувство. Это то, что даёт ему спонтанность и жизнь. Это то, что привлекает и захватывает внимание ребёнка.

Ваши истории должны выражать то, что вы хотите сказать энтузиазмом, наслаждением и реальностью, а не фокусировкой на технике рассказа. Технике вы обучитесь и отработаете её до совершенства по мере того, как будете продолжать совершенствовать свои навыки рассказывания историй. А прямо сейчас более полезным может быть выбор истории, которую вы любите – неважно, будет ли она из вашего собственного опыта, из нашего пособия, или рассказа, услышанного от знакомых. Расскажите её своему ребёнку. Как он воспринимает эту историю? На что откликается? На вашу технику или энтузиазм?

Упражнение 2.

- Найдите историю или сказку, которая вам нравится, и расскажите её с энтузиазмом другим людям. Выражайте свои эмоции, заинтересованность и наслаждение.
- Сделайте тоже самое с ребёнком. Практикуйтесь рассказывать истории, которые у вас получается рассказывать с энтузиазмом.
- Расскажите другую историю, которая вам не кажется интересной и увлекательной. Наблюдайте за вербальной и невербальной реакцией слушателя.

3. Используйте свой ум, честность и этику

Рассказы не обязательно должны быть основанными на фактах. Небо может быть зелёным, деревья могут разговаривать, слоны могут летать, феи могут существовать, но, не смотря на вашу фантазию, рассказы должны содержать реальность, которая передаёт правду, ценности или учит жизни. Это часть прелести истории и удовольствие работы со сказками.

Возьмем, к примеру, известную сказку «Три Поросёнка». И рассказчик и слушатель оба принимают те факты, которые в реальной жизни они бы не приняли за правду: то, что поросята разговаривают между собой и с волком, могут построить дом, как любой квалифицированный строитель, могут ходить на двух ногах и использовать передние лапы для укладки кирпичей или переносить ими предметы. Но кроме этих фантастических вещей, сказка преподносит нам очень реальные ценности: если ты что-то делаешь – делай хорошо, тяжелый труд будет всегда вознагражден, твёрдое прочнее, чем тонкое, доброта и мягкость побеждают хитрость и злость.

Упражнение 3.

- Экспериментируйте с рассказами.
- Обдумайте одну из проблем малыша. Постарайтесь понять, как данная ситуация воспринимается с детской точки зрения. Сформулируйте, какие мысли вы бы хотели донести до ребёнка, чему научить.

4. История должна быть подходящей

Существует три основных элемента рассказа – рассказчик, слушатель(и) и процесс общения. Ваш рассказ будет наиболее эффективным, если он будет соответствовать всем трём из вышеперечисленных критериев.

Во-первых, ваш рассказ должен подходить именно вашему ребёнку. А значит в вашей сказке должно быть что-то общее в характере героя и характере ребёнка. Начинайте рассказ с представления героя или героини, у которых схожие страхи, тревоги, опасения или конфликты. Это позволит вашему ребёнку отождествить себя с героем и вовлечёт в действие, сделав его участником рассказа.

Обязательно упомяните о сильных сторонах и положительных чертах, которыми герой рассказа похож на вашего малыша. Ведь, когда мы слишком встревожены из-за какой-то проблемы, мы забываем о своих сильных сторонах, хороших качествах и талантах.

Известно, что дошкольники очень много общаются с помощью метафор, когда играют в игрушки. У детей в возрасте до 4-5 лет большей популярностью пользуются истории о животных, а более старшие дети любят истории, чьи герои могут быть абсолютно разными – от героев мультфильмов до киногероев. Основываясь на вашем знании этих героев и их важности в жизни вашего ребёнка, легко придумать историю об отважном герое. И эта сказка найдет отклик в душе малыша.

Например в теме «Обманывает родителей» содержится несколько сказок. Сказка «Про лягушонка Васю» рассчитана на совсем маленьких слушателей, а сказки «Дворец Врулей»

и «Как Юля научилась говорить правду» более понятны будут детям в возрасте от 5 лет. В то время, как терапевтические характеристики этих рассказов остаются одинаковыми, герои и контекст меняются в зависимости от слушателя.

Во-вторых, для эффективности рассказа также будет полезно, если эта сказка или рассказ будет подходить и для рассказчика, а не только для ребёнка. Вы можете эффективно рассказать сказку для вашего малыша только тогда, когда эта сказка нравится вам самим, пробуждает в вас энтузиазм и желание бороться с проблемами.

Ребёнок-слушатель с большей вероятностью будет прислушиваться и запомнит историю, если рассказчик сам поглощён и заинтересован в этом рассказе.

Упражнение 4.

- Практикуйтесь адаптировать рассказы к вашему ребёнку. Один из способов это сделать: возьмите обычную книгу со сказками и читайте её ребёнку. Наблюдайте за его вербальными и невербальными репликами и реакциями, чтобы понять, подходит ли ему эта сказка.

- Перескажите сказку ребёнку, на этот раз, адаптируя главного героя так, чтобы он соответствовал возрасту, полу или интересам малыша. Например, если вы рассказываете сказку «Три поросёнка» ребёнку, которому нравится кататься на велосипеде, поросёнка в этой сказке могут ездить на велосипеде от дома к дому, а не бегать. Наблюдайте, действуют ли эти изменения в рассказе на ребёнка.

5. Сделайте рассказ реальным

Ваш рассказ должен содержать много деталей, потому что они придают сказке реальность.

Например, сказка Эзопа «Заяц и черепаха» имеет простую сюжетную линию – заяц и черепаха участвуют в гонке, и черепаха побеждает. Но, если рассказывать так коротко, то получится очень скучная история. Намного интересней добавить деталей: «Однажды большой и гордый заяц подшучивал над старой черепахой за то, что она ходит медленно на своих неуклюжих ногах. «Если ты так думаешь, давай устроим гонку», – ответила черепаха. «Если я выиграю, ты дашь мне новенькую хрустящую денежку». Заяц закинул голову и рассмеялся ей в лицо. «Хорошо, копуша. давай». По команде заяц первым побежал от линии, начерченной палкой на земле. Скоро черепаха отставала уже настолько, что её не было видно. «Как хорошо, у меня есть время отдохнуть, и все равно я выиграю у неё», – думал заяц. Так он прилёг на мягкую траву под раскидистым зелёным деревом и скоро уснул. Тем временем, черепаха медленно и методично проползла мимо, тихо, чтобы не разбудить зайца. Когда заяц проснулся, он сделал быстрый рывок к финишу, но поздно, черепаха уже выиграла гонку».

Чем больше деталей вы добавляете, тем реальней кажется рассказ для вас и вашего малыша. Описания, прилагательные, которые задевают чувства, использование диалогов – эти приемы добавляют истории реальность, настроение, задают тон и выражают эмоции.

Чтобы включить эти приемы в рассказ, используйте свои чувства, видение и общайтесь со своим ребёнком с по-

мощью света и теней, цветов, оттенков и форм, которые помогают определить и развить образное восприятие.

Обращайте внимание также на запахи, ароматы, которые присутствуют в сказке. Включайте в неё тактильные ощущения – не только то, что трогают герои рассказа, но и как их касается дуновение ветра, тепло солнца, и т.д. Где необходимо, описывайте вкусы, так как все эти чувства добавляют истории реальность, помогая вашему собственному видению рассказа, и, соответственно, вашей способности вовлечь малыша, передавая эти образы.

Рассказывайте сказки, как можно более эмоционально. Включение подходящих эмоций в рассказ соответствует естественному процессу приобретения опыта ребёнком, вносит реальность в рассказ, заинтересовывает малыша и эффективно передает главную идею.

Если рассказ повествует о лете, позвольте себе почувствовать это, а вашему голосу выразить это: «О, тааак жарко». Если вы описываете деятельность, которая вам действительно нравится, привнесите страсть в ваш голос. Если вы рассказываете историю о спокойствии, она будет звучать более убедительно, если вы и сами спокойны. Ваш голос, тон и чувства должны соответствовать содержанию рассказа.

Ваш рассказ будет более реальным, если ребёнок сможет чувствовать, что происходит, а не просто слышать слова. Слушать содержание – это когнитивный опыт, а чувствовать рассказ – эмоциональный опыт, а эмоциональное обучение более сильное и эффективное. Если же соединить когнитивное и эмоциональное, то эффективность передачи идеи рассказа будет максимальной.

Используйте возможности своего голоса. Для рассказчика голос – важнейший профессиональный инструмент, первичное средство общения. Даже, если вы пользуетесь другими средствами – книгами или игрушками, голос главный инструмент для передачи лечебных сообщений и, таким образом, для лечения как такового.

Приведём несколько примеров, как голос определяет стиль рассказа.

Во-первых, если содержание рассказа подразумевает когнитивную активность, такую как обдумывание проблемы, с помощью голоса вы можете передать «думающую», «размышляющую» атмосферу рассказа, вы будете говорить медленно, спокойно, размеренно. Если вы рассказываете историю о физической активности, например о том, как пробежать гонку, ваш стиль рассказа может подразумевать энергию, сбивчатое дыхание и активность участия в гонке.

Во-вторых, на стиль могут влиять эмоции, которые передает рассказ, обычно это происходит спонтанно – наш голос звучит по-разному, когда мы злимся, печальны, возбуждены или расслаблены. Вы когда-нибудь находились в такой ситуации, когда звонит телефон, и вы произносите «Алло», в состоянии усталости или грусти. И следующее, что вы слышите от своего собеседника, который хорошо вас знает – «Что случилось?» Собеседник понял ваши эмоции по единственному слову, услышал ваш рассказ о ваших чувствах.

Если вы рассказываете ребёнку историю, которая начинается с проблемы страха, ваша речь может быть быстрой, дыхание сбитым, а тон голоса выше, но когда вы моделируете расслабление, ваша речь может быть медленней, дыхание ровным, а тон голоса более низким. Когда вы достигаете желаемого Решения проблемы, ваш стиль речи может

выражать радость достижения с помощью более лёгкого, счастливого тона голоса.

В-третьих, замечали ли вы, как по-разному вы говорите с людьми разного пола, с детьми или взрослыми? Как вы используете разные голоса для разных героев при чтении сказок? Нам необходимо понаблюдать, как мы адаптируем стиль нашего рассказа в зависимости от героев рассказа и от слушателя. Ваш стиль будет разным, если вашему слушателю 2 или 12 лет, если это мальчик или девочка. Удостоверьтесь, что ваш голос подходит контексту, эмоциям, героям, результату и слушателям рассказа.

Обратите внимание и на темп своей речи, рассказывая ту или иную сказку. Адаптируйте скорость, с которой вы говорите к содержанию и эмоциям, которые выражает рассказ. Например, когда вы рассказываете о трёх маленьких поросятах, убегających от большого злого волка, скорость вашей речи может отражать торопливые короткие перебежки от одного домика к другому. И, когда поросята уже в безопасности за закрытой дверью, темп будет более ослабленным, облегчённым.

Регулируйте громкость голоса. Мы повышаем и понижаем голос в зависимости от обстоятельств и сообщений, которые мы хотим передать. Полезно наблюдать за тем, как делают это дети. Они часто шепчут, когда делятся секретом, кричат, когда болеют за любимую команду, говорят тихо, когда признают свою вину, повышают голос, когда сердятся, и звучат равнодушно, когда грустят.

Представляя историю себе во всех красках, передавая эти краски своему малышу, вы позволяете ему в значительной степени участвовать в опыте и том сообщении, которое содержится в данном рассказе.

Упражнение 5.

- Расскажите ребёнку историю
- Потом расскажите её ещё раз, задействовав все 5 чувств, чтобы описать цвет неба, запах цветов и звуки животных.
- Перескажите её в третий раз, добавляя эмоции и чувства.
- Посмотрите, как вы сами и ваш слушатель воспринимаете каждую историю.

6. Составьте план рассказа

Вам не нужно писать весь текст рассказа, держать его в руке или читать, как актёр. Будет намного проще разработать план рассказа и затем тщательно подумать, как он позволит вам совместно работать с ребёнком, создавая процесс взаимодействия. Чтобы разработать план и направление рассказа, полезно задать себе следующие вопросы:

- Каковы финал и результат истории
- Каковы шаги или процессы, необходимые для достижения этого результата
- С какой проблемы или вызова начинается рассказ
- Какой герой наиболее подойдёт моему ребёнку и достигнет этого результата.

Так как любой рассказ не будет настоящим рассказом, пока у него нет подходящей концовки, начните составление плана рассказа с конца. Вы можете сами выбрать внутрен-

ние качества, ценности, какую-то мысль или что-то ещё, что по вашему мнению может быть полезным для вашего ребёнка. Или можете обсудить финал рассказа с малышом с помощью таких вопросов, как – «Если бы я рассказал тебе историю о маленьком мышонке (или любом другом персонаже) сегодня вечером, что бы ты хотел, чтобы случилось в конце? Как он будет себя чувствовать? Что ты хочешь, чтобы он сделал по-другому?»

Затем, вам необходимо определить, какие умения или шаги необходимы герою для достижения цели? В-третьих, вам нужно будет определить, какую проблему или вызов нужно преодолеть герою? В-четвертых, кто будет героем? Какой герой поможет передать идею рассказа? Если вы хотите тёплое, «пушистое», доброе Решение истории, вы можете выбрать героем медвежонка из игрушек вашего малыша. Если рассказ предполагает передачу сообщения о силе, мужестве, может подойти, такой герой, как слон или супер герой.

Упражнение 6.

- Составьте план рассказа.
- Отметьте, как бы вы хотели закончить историю.
- Набросайте список препятствий и трудностей, которые необходимо преодолеть герою, чтобы достигнуть цели.
- Отметьте каждый шаг, который нужно сделать герою, чтобы достигнуть цели.

7. Отрепетируйте рассказ

Когда вы составили план сказки, расскажите её себе вслух, чтобы проверить, как она звучит и воспринимается вами перед тем, как пробовать её на других. Можно даже записать свой голос на плёнку и внимательно прослушать запись. Поэкспериментируйте со сказкой. поиграйте, развейте историю.

Попробуйте адаптировать ваш план под разные возрастные группы, полы, интересы слушателей... и затем снова отрепетируйте её. Принцип очень простой – чем больше вы знакомы с каким-либо материалом, тем легче быть гибким, спонтанным и адаптировать его под конкретную ситуацию или под конкретного ребёнка.

Истории никогда не заканчиваются, а продолжают изменяться по мере рассказа разным детям, разного возраста. При устном рассказе истории изменяются в зависимости от рассказчика и слушателя, обстоятельств, в которых их рассказывают – даже, если они основаны на одной твёрдой теме. Знакомясь с материалом и узнавая главную идею истории, вы можете быть свободным и гибким в своем рассказе.

Стремитесь к простоте. Приспособьте ваш язык, ваш словарный запас к уровню своего малыша.

Упражнение 7.

- Найдите одну новую для вас историю, которая вам нравится.
- Попрактикуйтесь с ней про себя, отрепетируйте её вслух и расскажите другими словами.

- Расскажите её ребёнку, не опираясь на письменный текст.

8. Расскажите историю кому-нибудь другому

После того, как вы разработали план рассказа, ознакомились с материалом, отрепетировали его для себя, попробуйте рассказать его разным людям. Расскажите своему ребёнку, как сказку на ночь или своему другу за чашкой кофе. Нет необходимости включать в рассказ великую значимую метафору, т.к. сейчас мы только учимся навыкам рассказывания историй. Так как ваш рассказ будет нацелен на детей, они будут вашей лучшей аудиторией.

Хотя может быть полезно получить мнение вашего слушателя о рассказе или даже выразить собственное мнение о нём, помните, что то, что вы слышите является мнением одного человека о том, как история повлияла именно на этого человека, на других она может оказать абсолютно другое влияние. Когда вы самостоятельно оцениваете свой рассказ, спросите себя, удовлетворены ли вы своей техникой рассказа, есть ли аспекты, которые вы хотели бы улучшить, как можно лучше использовать ваш рассказ. Выразал ли ваш голос настроение истории и, что можно сделать, чтобы улучшить презентацию.

Подобная самостоятельная оценка является необходимой на данном этапе, однако наиболее важным в данный момент является просто презентация вашего рассказа перед другими людьми.

Упражнение 8.

- Расскажите сказку ребёнку.
- Наблюдайте за своим собственным опытом рассказывания и за реакцией малыша.

9. Наблюдайте за слушателем

Когда вы начнете с уверенностью рассказывать сказки своему ребёнку, наблюдайте за его поведением. Наблюдайте за тем, что удерживает его внимание, в какие моменты он начинает терять интерес. И за тем, какое влияние на него оказала ваша сказка. К счастью, дети являются более экспрессивными и менее скованными социальными рамками, чем взрослые. Во время вашего рассказа они могут быть внимательными, могут ёрзать на стуле, отвлекаться, могут перебивать вас вопросами – всё это выражает реакцию на ваш рассказ и показывает, интересно ли им, или они скучают, или они в восторге от вашего рассказа. Наблюдение за такими реакциями даёт вам необходимые ключи к пониманию того, как следует адаптировать ваш рассказ.

Исследуйте эти реакции. Как был связан ребёнок с вашим рассказом? Был ли его взгляд взглядом непрерывного внимания? Соответствовало ли его дыхание ходу и эмоциям рассказа? Показывали ли его телодвижения, что он стал более беспокойным или подвижным, чем перед началом рассказа?

Если внимание отвлечено, взгляд блуждает или ребёнок постоянно ёрзает – это знаки рассказчику обратить вни-

мание на своё поведение. Говорю ли я слишком много? Я недостаточно общаюсь с ребёнком? Нужно ли больше или меньше задействовать чувств в моем рассказе? Что подходит для моего ребёнка? На чём нужно остановиться подробнее, а что совсем убрать? Подходит ли герой или его нужно поменять? Возможно рассказ слишком подходящий или слишком неподходящий? Вы даже можете спросить самого малыша, как улучшить ваш рассказ.

Упражнение 9.

- Дети скажут вам вербально или невербально – как воспринимается ваш рассказ.
- Наблюдайте за их поведением, позами, уровнем внимания, контактом глаз, ёрзанием, мышечным тонусом и дыханием.
- Насколько они внимательны? Какой вывод об истории и вашем её представлении можно из этого сделать?

10. Будьте гибким

Из-за того, что рассказы предполагают и развивают креативность, позволяют их адаптировать, нет правильного или неправильного способа рассказывать историю, как нет правильного или неправильного способа исполнять музыкальное произведение. Как только вы освоили музыкальный инструмент, вы можете исполнять классику, джаз, рок, реп или народную музыку, подбирая по нотам или просто

импровизируя. Когда вы исполняете музыкальное произведение, есть много способов исполнения, некоторые более эффективные, а некоторые менее эффективные.

Для каждого ребёнка рассказ, который вы ему презентуете, будет особым, как и стиль самого рассказа, т.к. ни один ребёнок, обстоятельство, проблема или решение не будут одинаковыми. По началу это может казаться очень трудной задачей, не только по отношению к процессу подбора и использования метафор, но и ко всей терапии в целом. Но, когда вы думаете о рассказе, как о постоянно развивающемся для вас и для вашего малыша, гибкость легко развивается.

Например, вы рассказываете своему ребёнку, который не хочет ложиться спать, сказку про другого малыша с подобной проблемой. По ходу рассказа задавайте ребёнку вопросы, как бы вовлекая его в поиск выхода из этой ситуации для сказочного героя. Комментарии и вопросы часто помогают заглянуть в мысли ребёнка, в его внутренний мир. Обсудите с ним вместе возможные варианты. Пусть ваш малыш подумает, подходит ли для него самого придуманный выход или нет. А может быть нужно что-то убрать или добавить в вашу сказку ещё? Возможно финал сказки, который вы придумаете вместе, будет адаптироваться и изменяться по мере того, как ваш ребёнок научится засыпать более комфортно и спокойно без вашей помощи.

Известно, что метафоры, придуманные вместе с ребёнком, имеют гораздо больший эффект. Отличный целебный рассказ не обязательно должен быть в вашей голове постоянно и полностью, когда он нужен. Он может развиваться с течением времени, вы можете придумывать его постепенно без чьей либо помощи или вместе с ребёнком. Обычно у детей необузданное творческое воображение, которое дела-

ет совместное рассказывание историй лёгким и эффективным. Дайте им возможность принимать активное участие в рассказе, и они с радостью используют этот шанс.

Отойдите немного назад и понаблюдайте, как развивается ваш рассказ.

Следуя рекомендациям, указанным в этой книге вы продвинетесь от обретения простой уверенности до рассказывания историй с энтузиазмом и увлечением. Вы уже знаете, как создавать план рассказа, который затем заполняется деталями и реальностью, по мере наблюдения за реакцией малыша. с гибкостью, необходимой для адаптации рассказа к конкретному случаю. Вам только необходимо научиться наблюдать за ребёнком во время вашего рассказа, задавать себе вопросы о процессах, которые происходят в этот момент у малыша и адаптировать рассказ для того, чтобы наиболее эффективно достичь поставленной цели.

Упражнение 10.

- Практикуйтесь адаптации и гибкости в своих рассказах.
- Рассказывайте одну и ту же историю по-разному разным людям. Посмотрите, как адаптировать её к вашему ребёнку и как занять его.

И в заключении хотелось бы добавить: рассказывайте своим детям сказки как можно чаще – ведь это не только весёлый процесс общения, но ещё и обучение. А ваше интенсивное сотрудничество с малышом в разработке рассказа поможет улучшить и укрепить отношения между вами, а также повысить лечебные свойства самого рассказа.

Но это ещё не всё, чем может быть полезна сказкотерапия: попробуйте снимать рассказы на видео, рисовать картинки к ним. Можно презентовать сказки с помощью игрушки-рукавички, или с помощью любимой куклы. А можно поставить спектакль по вашей любимой сказке или совместно с ребёнком написать целую книгу с подобными рассказами!

*Желаем успеха на этом интересном
и сказочном пути!*

ДЕТСКИЕ КАПРИЗЫ И СКАЗКИ К НИМ

1. Не хочет засыпать

В эту тему вошли четыре сказки: «Тёма и сон», «Смелый мальчик и тётушка Ночь», «Сказка про кроватку», «Сонная сказка».

Подберите сказку, которая наиболее подходит вашему малышу, и расскажите ему перед сном.

Перед тем как рассказывать, убедитесь, что вашему ребёнку подходит именно это тема. Ведь малыш может отказываться идти в свою постель из-за страха темноты, тогда ему нужна совсем другая сказка. А, может, он слишком редко видит вас и ему хочется больше вашего внимания, тогда постарайтесь каждый вечер выделять ребёнку хотя бы полчаса своего времени и заниматься с ним, играть или просто разговаривать. Заранее договоритесь, что после этого он пойдёт спать. Ребёнок с нетерпением будет ожидать этого часа каждый день. И отход ко сну у него будет ассоциироваться с приятным и радостным событием.

Выработайте определённый ритуал засыпания. Например, за полчаса до сна уменьшите громкость телевизора и радио. Поиграйте с малышом в спокойные игры, затем купайте его, приглушите свет, задерните занавески. Предложите ребёнку лечь в постель и послушать любимую сказку.

Вы можете придумать свои определённые действия, исходя из интересов вашего малыша, которые помогут ему успокоиться и быстрее заснуть. Главное, повторяйте их регулярно перед сном. Тогда у ребёнка закрепятся определённые ассоциации и будут настраивать его на сон каждый день.

Старайтесь укладывать ребёнка спать в одно и то же время. Малыш привыкнет постоянно ложиться в одно время, и его биологические часы настроятся на такой распорядок дня. Но при этом необходимо учитывать, как прошёл день ребёнка, сколько он спал днём, его настроение и т.п.

Следите за поведением малыша. Как только у него появятся первые признаки усталости: начнёт тереть глаза или капризничать, укладывайте его спать.

Если малыш увлечён какой-либо интересной игрой, предупредите его заранее, что скоро будете готовиться ко сну. Не следует ставить разыгравшегося малыша перед фактом, что сейчас игрушки будут убраны и игры закончатся. Это может привести к лишнему конфликту между вами и ребёнком.

За час-полтора до сна избегайте подвижных, шумных игр, чтобы малыш не перевозбуждался. Иначе ему будет трудно заснуть, и сон его будет беспокойным.

В течение дня ребёнок должен иметь достаточную физическую нагрузку: прогулки, занятия спортом, подвижные игры. Перед сном тоже неплохо прогуляться на свежем воздухе, тогда сложностей с засыпанием не возникнет.

Чтобы малыш расслабился лёжа в кроватке, можно погладить его, сделать лёгкий массаж.

Проследите, чтобы спальное место ребёнка было удобным. Постельное бельё должно быть мягким и не раздражать нежную кожу малыша. Одежду для сна подбирайте

просторную и позволяющую коже дышать. Кровать должна быть комфортной и удобной, чтобы ребёнок мог спать в свободной позе.

Отправляясь в постель, малыш не должен хотеть есть и пить, но и не стоит укладывать его спать на полный желудок.

Перед сном комнату, в которой спит ребёнок, необходимо проветривать. В ней не должно быть слишком жарко и душно.

Детская комната должна вызывать у малыша приятные светлые чувства. Она не должна быть местом, где ребёнок «отбывает наказание», и в которой он чувствует себя одиноким и ненужным. Пусть эта комната станет сказочной для малыша, где каждый вечер мама или папа рассказывают ему волшебную добрую сказку!

И самый действенный способ уложить малыша спать – это личный пример. Поэтому, если у вас есть такая возможность, отложите свои дела и ложитесь спать вместе с ребёнком!

Тёма и сон

Ольга Быкова

В одном городе жил-был мальчик. Звали его Тёма. Он был самым обыкновенным мальчиком, таким же, как другие дети. У него были мама и папа, бабушка и дедушка. Одна только особенность отличала его от других мальчиков и девочек – он очень плохо засыпал по вечерам. И Фея снов всегда очень долго ждала, когда можно будет послать Тёме сказочный сон.

Надо сказать, что в каждом городе есть своя Фея снов. В её маленьком домике полным-полно серебряных колокольчиков – столько, сколько в городе детей. И, как только какой-нибудь малыш засыпает в своей кроватке, его колокольчик начинает звенеть, выводя особую мелодию. Фея достаёт из огромного кувшина мерцающий шарик и дует на него. Шарик быстро и плавно летит к адресату, неся ему сладкий сказочный детский сон. И тогда все дети города спят спокойно и растут. Вель давно известно, что дети растут во сне, когда летают под облаками вместе с героями своих сказок.

Так было из ночи в ночь. Дети сладко спали, спали и их родители, набираясь сил для нового дня. Но вот однажды, в

один прекрасный вечер, наш Тёма отказался засыпать. Его папа и мама валились с ног от усталости, но никак не могли уложить спать своего сынишку. А бедная Фея всю ночь прислушивалась к колокольчику Тёмы, но так и не дождалась его призывного звона.

Это продолжалось и неделю, и две, и три. Однажды измученная Фея снов не смогла бодрствовать ночью, ведь Феям тоже надо когда-то спать. И она уснула как раз тогда, когда должна была посылать свои сны. А дети, не получив сказочные сны, перестали спать сами и не дали отдохнуть своим родителям.

Все перепуталось в городе. Невыспавшиеся родители не могли нормально работать, они просто засыпали на ходу. Дети спали украдкой и понемножку днём. Бедная Фея сна уже ничего не понимала. От волнений и неразберихи она сама впала в глубокий сон и уже не просыпалась ни днем, ни ночью. Утомлённые бессонницей взрослые не могли больше даже покупать продукты и готовить из них еду. В домах исчезли молоко и хлеб, не говоря уже о сладостях. А как же дети могут обойтись без молока?! В общем, в городе творился полный беспорядок.

А наш Тёма тихо слонялся по своей комнате, уставший и голодный. От нечего делать он решил собрать свои игрушки. Тёма стал медленно складывать из кубиков башню. Кубик на кубик, кубик на кубик... Мальчик не заметил, что начал строить эту башню с самого маленького и неустойчивого кубика. И когда все кубики уже стояли, выстроившись высоко-превысоко, башня вдруг наклонилась – кубики рассыпались, больно ударив Тёму.

На крик своего малыша в комнату вбежали испуганные родители. Но они увидели счастливые глаза своего ребёнка.

«Мама, папа, я всё понял! – кричал радостный малыш. – Я понял, как нарушился порядок в нашем городе! Я – это маленький кубик, который всё сломал!»

И они ещё долго-долго говорили втроем о понятном и непонятном. О том, что ещё предстоит узнать Тёме, когда он станет взрослым. А потом наступил вечер. Тёма лег в свою кроватку, закрыл глаза и стал мечтать, каким он будет, когда вырастет. И... незаметно уснул.

В своём маленьком домике Фея проснулась от громкого и настойчивого звона колокольчика, которого она давно не слышала. Обрадованная, она отправила Тёме самый прекрасный сон – сон о будущем. Этот сон был о звездочёте, который умел разговаривать со звёздами по ночам, и который когда-то был мальчиком, никак не желающим засыпать вечером в своей маленькой кроватке.

Постепенно гасли огни в засыпающем городе. А из окна домика Феи все летели и летели, переливаясь волшебным светом, прекрасные детские сны.

Смелый мальчик и Тётушка Ночь

Дмитрий Соколов

Мальчик Серёжа был сильным и умным, и ему было так интересно жить, что он даже не хотел ложиться спать. Днём, наяву, с открытыми глазами ему было так интересно! Он всюду бегал, все узнавал и даже помогал своим родителям узнавать что-то новое!

И вот однажды пришёл вечер, и подошла ночь, и мальчику настала пора ложиться спать. А он говорит: «Не хочу ложиться спать! Мне здесь интересно, зачем я буду куда-то засыпать?» Все его уговаривали, но он никого не послушался. Вместо того чтобы лечь спать, он взял саблю и вышел во двор. Туда уже пришла Тетушка Ночь со своей дочкой, которую звали Темнота. Мальчик ни капельки их не испугался. Он сказал им: «А ну-ка, живо уходите прочь! И больше не приходите! Здесь теперь будет всегда жить Солнышко! И никаких тетушек!»

И Серёжа прогнал Ночь со двора, и её дочь Темнота ушла вместе с ней. На двор вернулось Солнышко, которое очень дружило с Сережей. Они принялись вместе играть, и им было очень весело. А потом мальчик заметил, что Солнышко устало. Он спросил: «Ты чего?» «Понимаешь, – сказала Солнышко, – мне же приходится светить не только в

этом дворе, но и на всей улице, и во все городе, и во всем мире! Знаешь, как это трудно? Обычно я свечу днем, а потом отдыхаю, когда приходит моя сестра Ночь. А сегодня она куда-то исчезла, и теперь я должно все время светить. а я уже так устало и хочу спать!..»

Серёжа не стал говорить Солнышку, что это он прогнал Ночь, но решил помочь ему, потому что Солнышко было ему настоящим верным другом. Он сказал: «Подожди. я скоро вернусь! Я сбегая за тетушкой Ночью!» И побежал.

А куда бежать – Сережа и не знал. На всякий случай он побежал на юг, потом на восток, потом ещё немножечко на север – и очутился в странном лесу. Лес становился все темнее и темнее, но Сережа ни капельки не боялся, потому что в руке у него была сабля, а за спиной – Солнышко. Когда он зашёл в самую темную часть этой чащи, он принялся звать: «Тетушка Ночь! Тетушка Ночь!» Вначале ему никто не отзывался, а потом ухнула сова, заскрипели ветки, зашуршали листья, и перед ним явилась тетушка Ночь. Там было так темно, что Сережа её почти не видел. «Тетушка Ночь, - сказал Сережа, - я хотел попросить у вас прощения. Как-то неправильно получилось. Вы, в общем, приходите к нам, пожалуйста, а то без вас Солнышку плохо». Ночь улыбнулась и ничего не сказала, просто кивнула.

И мальчик стал выбираться из леса. Шёл-шёл, а куда идти он не знал, и уже очень сильно устал. Тогда тетушка Ночь взяла мальчика на руки и понесла. И уже очень скоро они оказались на родном дворе, а потом в родной кровати. Мальчик заснул и видел сны, и это было так же интересно, как бегать днем.

Засынай и ты, дружок!

Сказка про кроватку

Татьяна Холкина

Жила-была кроватка. У неё было розовое в цветочек одеяльце, мягкая белая перинка и жёлтая в горошек подушечка. А ещё у кроватки была очень капризная девочка. Девочку звали Анечка. Каждое утро Анечка просыпалась, сладко потягивалась и, отбросив розовое одеяльце, высккивала из кроватки, как пружинка. Анечка торопилась позавтракать и начать какую-нибудь новую интересную игру. И, конечно, ей и в голову не приходило поправить подушку и одеяло, заправить свою кроватку так, чтобы она выглядела опрятной, а не стояла распустехой до прихода Анечкиной бабушки.

Кроватка очень расстраивалась из-за этого, но утешала себя: «Анечка ещё маленькая, вот подрастет, научится всё делать сама и не будет про меня забывать». С этими мыслями кроватка, повздыхав, засыпала. А вы разве не знали, что кроватки днем спят? Ведь они всю ночь показывают детям интересные сны, баюкают и согревают своих малышей, вот и устают. Поэтому днем они отдыхают. А когда наступает вечер, они просыпаются, полные сил...

Вот только нашей кроватке совсем не хотелось просыпаться. Но не подумайте, что она не любила свою девочку.

Нет, что вы! Всё дело в капризах. Помните, что девочка у кроватки была очень капризная? Так вот, как только приходило время ложиться спать. Анечка начинала твердить: «Не хочу в кроватку! Не пойду спать!» Принималась плакать и даже топала ножками. А кому же понравится такое отношение? И с каждым вечером кроватка грустила всё больше и больше. И однажды решила окончательно: «Не нужна я Анечке! Уйду, куда глаза глядят, вернее, куда ножки идут!» Ведь это так печально, когда тебя не любят...

Сказано – сделано. Дождалась кроватка, пока бабушка её заправит и выйдет из комнаты, а потом – шмыг, и сама за порог. Ножки одну за другой переставляет, торопится. Вышла кроватка на улицу, а куда идти – не знает. Но это не беда, ножки её сами по тропинке повели. Им с непривычки по утоптанной земле легче ходить, чем по травке. Привела тропинка кроватку в лес. А там... Деревья стоят высоченные, шумят. Птицы с ветки на ветку порхают, поют. По земле звери всякие бегают, каждый своим делом занят. «Ох, – вздохнула кроватка, – а мне-то как быть? Может, попробовать найти себе нового хозяина в лесу?»

Не успела кроватка подумать об этом, смотрит – навстречу ей по тропинке муравей ползёт, соломинку тащит.

– Муравей, послушай, тебе кроватка не нужна?

Тот даже свою ношу от удивления выронил, да как рассмеётся!

– Что ты! Я ведь в муравейнике живу. У меня там прекрасная постель из еловой хвои. А к кроватям мы, муравьи, непривычные. Да ты для меня велика слишком. Поищи себе другого хозяина.

Вздохнула кроватка, потопала дальше. Слышит: кто-то в кустах сопит и пыхтит. Подошла поближе – надо же, медведь в малиннике сидит, ягоды ест.

– Миш, а Миш, тебе случайно кровать не нужна?

Без надобности. – отрезал медведь. Погладил себя по толстым бокам и покачал головой.

– Я же тебя разлавию. Мне сподручней в берлоге, на ветках и мхе. Может, кому другому сгодишься...

Кровать расстроилась и побрела по тропинке дальше. Задумавшись, она чуть не наступила на бельчонок.

– Эй, осторожней! – возмутился тот.

– Прости, пожалуйста. Я просто никак не могу найти себе хозяина. Может, тебе пригожусь?

– Ух, ты! – бельчонок с удовольствием запрыгнул на спинку кровати, пробежался по одеялу и свернулся клубочком на подушке. – Мягко-то как! И просторно – не то, что у нас в дупле!

Рыжик! – вдруг послышалось откуда-то сверху. – Хватит баловаться. Марш домой!

– Извини, – сказал бельчонок. – Мне пора, мама зовет. Ты просто замечательная, но на дерево тебе не залезть, да и в дупле ты не поместишься.

Бельчонок молнией взлетел на сосну и пропал в густых ветвях. Кровать растерянно остановилась посреди лужайки. Тропинка закончилась. Вокруг плотной стеной стояли деревья. Кровать вдруг почувствовала, как сильно устали её не привычные к ходьбе ножки. Вспомнила, как долго она уже бродит по лесу, что скоро наступит вечер, а за ним и ночь, и горько-горько заплакала.

А в это время девочка Анечка, напившись душистого чаю с вкусным печеньем, вошла к себе в комнату. На ходу Анечка уже начала было канючить: «Не хочу спать, не пойду в кров...» Но вдруг остановилась, замерев на полуслове. Кроватки не было. Анечка внимательно осмотрела каждый уголок комнаты. Заглянула под шкаф, в ящик для игрушек

и даже, задрав голову, задумчиво изучила потолок. Все напрасно! Кроватка пропала, а вместе с ней исчезли розовое одеяльце, белая перинка и желтая подушечка. «Как же я спать буду?» – воскликнула Анечка. Внезапно она поняла, что ей до ужаса хочется спать, прямо глаза слипаются. Больше всего на свете желала бы она сейчас очутиться в своей уютной маленькой кроватке. Но где же её отыскать?

Анечка выглянула во двор. На тропинке отпечатались необычные квадратные следы.

Они вели в лес. Забыв про сон, девочка поспешила туда. Ветки цеплялись за её одежду. Корни то и дело норовили подставить подножку – нельзя гулять маленькой девочке вечером одной так далеко от дома! Но Анечка всё шла и шла, озираясь вокруг, и звала: «Кроватка, милая, где ты?»

Вдруг она услышала чьи-то всхлипывания. Анечка заспешила вперёд и выбежала на лужайку. Там одна-одиншенька стояла её маленькая кроватка и горько плакала. Девочка запрыгнула на перинку, обняла подушечку и сказала: «Милая кроватка, наконец-то я тебя нашла! Пойдем домой, пожалуйста!» Кроватка всполошилась: Анечка одна, в лесу, так поздно! Нужно сейчас же отвезти домой маленькую девочку! И, конечно же, кроватка перестала плакать и даже улыбнулась. Ведь это так приятно, когда есть о ком заботиться.

Полуночица-сова сидела на высокой ветке и изумлённо крутила головой. Не каждый день увидишь такое в лесу! По тропинке, осторожно переступая четырьмя ножками, шагала маленькая кроватка. А на ней, укрывшись розовым одеяльцем, прижавшись щекой к жёлтой подушечке, крепко спала маленькая девочка. Ей снился удивительный сон про торопливого муравья, ленивого медведя и непоседливого бельчонка. Вы же знаете: самые интересные сны снятся, когда спишь в своей любимой кроватке.

2. Не хочет есть

В эту тему вошли три сказки: «Как Илюшу животик кормил», «Почему нужно кушать», «Про Катюшину Капризку».

Прочитайте все три сказки и подберите наиболее подходящую для вашего малыша.

Наверное, многих родителей волнует проблема снижения аппетита у детей. Но не стоит переживать по этому поводу. Ведь это довольно распространённое явление среди малышей дошкольного возраста. Дети, в возрасте от двух с половиной до шести-семи лет нуждаются в небольшом количестве пищи. Небольшого перекуса им вполне достаточно для поддержания сил, а для нормального развития небольшие порции еды им просто необходимы. Ребёнок пополняет свой запас энергии не за счёт каш и борщей, а с помощью «перехватывания» печенья, сухарей, конфет, фруктов, сухофруктов и т.п. Мы же часто соотносим потребности ребёнка со своими и жалуемся, что он плохо ест. Но вполне естественно, что взрослому человеку пищи требуется гораздо больше, чем ребёнку.

Если малыш ест раз в день, но при этом пышет энергией и бодростью, много играет, бегает, прыгает, то еды ему вполне хватает. Поставьте на стол большое блюдо с различ-

ными порезанными овощами, фруктами, зеленью, сухофруктами, орехами, и ребёнок будет целый день пополнять запасы своей энергии «живыми» витаминами. Его организм будет сам выбирать, каких веществ ему не хватает и восполнять их.

Обычно проблемы с кормлением проходят сами собой в подростковом возрасте. Организм ребёнка начинает усиленно развиваться и требует постоянного расхода энергии. И уже тогда ваш ребёнок будет есть всё, что вы ему предложите.

Главное, сохранить у малыша пищевой интерес! А для этого необходимо исключить любые просьбы и уговоры поесть, исключить угрозы, наказания и обиды. Иначе ребёнок перестанет испытывать радость от принятия пищи. Он будет воспринимать этот процесс не как радостный, приятный и полезный, а как насилие над собой.

Потребность в пище – это естественная потребность каждого человека и ребёнок сам знает, чувствует, когда и сколько ему нужно еды. Когда он будет голоден, то придёт и сообщит вам об этом.

Лучшее, что мы можем сделать, если ребёнок отказывается есть, это сказать ему: «Хорошо, я вижу – ты пока не голоден. Когда проголодаешься, дай мне об этом знать. Я не буду снова готовить для тебя обед, но оставлю тебе бутерброд и стакан молока».

Еда должна приносить удовольствие, а не служить причиной к ссоре. Нет ничего плохого в том, что ребёнок перекусит шесть раз на бегу, ведь бегать в пять лет гораздо более естественно, чем просто сидеть. Нет ничего плохого в том, что малыш «нормально» поел только один раз за целый день. Нет ничего плохого в том, что он перекусит

бутербродами на улице с друзьями, вместо плотного домашнего обеда. Нам следует передать ребёнку ответственность за процесс принятия пищи. Необходимо дать понять малышу, что мы видим, как он вырос и очень рады этому. Что мы будем и впредь позволять ему принимать самостоятельные решения.

Бывает, что ребёнок не отказывается от еды, но выражает недовольство отдельными блюдами, которые, по его мнению, как-то не так приготовлены. Например, в супе плавает лук, каша слишком жидкая, а чай слишком горячий. В основном такие проблемы возникают, когда ребёнку готовят отдельно. Специально сделанное и поданное малышу блюдо другие члены семьи не потребляют сами. Ребёнку не понятно, почему родители сами это не едят, и он тоже начинает отказываться. Ему необходим пример для подражания! Поэтому кормите ребёнка тем, что едите сами. И сами ешьте то, что игнорирует ваш малыш. Он увидит, как за общим столом все что-то дружно едят, и у него тоже появится желание отведать это блюдо. Обычно хватает двух-трёх таких совместных трапез, и пищевые «капризы» уходят. Но если ребёнок терпеть не может манную кашу с комками или молоко с пенками, рыбу, мясо, яйца, то не стоит мучить, ни себя, ни ребёнка. Просто смириться с этим и не готовьте ему такую еду.

Обязательно садите малыша кушать вместе с собой за стол, сколько бы лет ему ни было. Как только ребёнок начнёт самостоятельно сидеть, выделите ему место за общим столом! Очень часто ребёнка кормят отдельно. А он хочет есть в коллективе. Дети социальны по своей природе и воспитываются на подражании взрослым. Если они видят, как мама с папой с удовольствием и аппетитом едят каждый

раз, то тоже последуют их примеру.

Если ребёнок болен и отказывается от еды, то не стоит заставлять его. Во время болезни организму не требуется много пищи. Все силы он тратит на борьбу с недугом. И лишние усилия на переваривание пищи ему ни к чему. Но, как только дело пойдёт на поправку, малыш с радостью сообщит вам, что голоден!

Познакомьте ребёнка с процессом приготовления пищи. Расскажите, для чего нужен каждый продукт, чем он полезен и почему его нужно есть. Покажите, как вы варите борщ, макароны, кашу. Дайте малышу кусочек теста, и пусть он сам сделает пирожок или ватрушку. Ведь приготовленное своими руками всегда ценится особо.

Кулинария - это творческое занятие. С её помощью может быть реализована тяга детей к экспериментированию и самовыражению. Благодаря совместному приготовлению пищи вы не только предотвратите появление «пищевых» капризов, избавитесь от проблем, связанных с потерей аппетита, но и подготовите ребёнка к будущей взрослой жизни.

Доверьтесь малышу. Помните, что ребёнок – это самый совершенный организм, созданный природой. И ест он ровно столько, сколько ему требуется!

Как Илюша животик кормил

Татьяна Холкина

Жил-был мальчик. Звали его Илюша. И было ему столько же лет, что и тебе.

Съел Илюша перед обедом конфетку, а тут его мама за стол позвала. Налила ему суп, а Илюша закапризничал:

– Я не голодный, я уже конфетой пообедал!

– Но ты же нагулялся, набегался, тебе хорошо покушать надо. – убеждает его мама.

– Не хочу! – капризничает Илюша.

И вдруг слышит: кто-то плачет. Оглянулся – никого нет. Кто же это? Прислушался Илюша к себе. А это, оказывается, его животик плачет!

– Что с тобой? – испугался Илюша. – Кто тебя обидел?

– Вот сижу, жду обеда, а горлышко мне ничего не дает!

А я кушать хочу!

Илья горлышко строго спрашивает:

– Ты почему животику кушать не даешь? Он там с голоду умирает!

А горлышко отвечает:

– У меня самого с утра маковой росинки не было! Я тоже голодное! Меня ротик не накормил!

Стал Илюша ротик ругать:

– Ты почему горлышко не кормишь? Из-за него и животик плачет!

А ротик отвечает:

– Ты же, Илюша, суп не ел. И я, ротик, суп не ел. И горлышку ничего не досталось. Поэтому и животик голодный.

– Я же тебе конфетку дал, – возмущается Илюша. – Надо было поделиться!

– Этой конфетки мне одному мало. Разве это еда?! Она во рту растаяла, и нет её. До животика ничего не дошло.

Что же делать? Жалко Илье свой родной животик.

Схватил он ложку и стал суп в рот складывать. Ротик сразу обрадовался, жуёт и горлышко угощает. А горлышко в животик суп отправляет. Илюша всю тарелку супа съел и спрашивает:

– Ну что, животик, наелся?

– Нет ещё. – кричит животик. – Второе хочу!

Илюша и картошку съел.

– Ну, теперь наелся?

– А компот? – спрашивает животик.

Илюша у мамы компот попросил.

– Ну, наелся?

А у животика даже сил ответить нет – такой полный. Только булькать может.

– Буль-буль. Спасибо тебе, Илюша, – пробулькал животик. Вот теперь я наелся. А маме спасибо за вкусный суп!

Илюша маме и говорит:

Мама, тебе мой животик спасибо сказал!

– Пожалуйста, мои дорогие! – довольно улыбнулась мама.

Почему нужно кушать

Ирина Гурина

Жила-была девочка Настенька. Она очень не любила кушать.

– Смотри, какая вкусная кашка, – говорила ей бабушка.
– Съешь хоть ложечку. Ты только попробуй – тебе обязательно понравится.

Но Настенька только крепко сжимала губы и мотала головой.

– Скушай творожок, – уговаривал Настеньку дедушка. – Он очень вкусный и полезный.

Но и творожок она есть не хотела.

– Смотри, какой вкусный супчик, – говорила мама. – Посмотри только, какой он красивый! Там красная морковка, зелёный горошек, белая картошечка!

– Не буду! – кричала Настенька и убегала из кухни.

День шел за днём. Как-то пошла Настенька с подружками гулять. Решили они покататься с горки. А на ту горку вела высокая лесенка. Подружки топ-топ-топ – и поднялись на самую вершину, а Настенька стоит внизу и расстраивается:

– Вон вы все какие большие да сильные! А почему же я такая маленькая? На ступеньки мне не подняться, за перильца не удержаться, с горки не покататься!

– И правда! – удивились подружки. – Что же ты такая маленькая?

– Не знаю, – расстроилась Настенька и пошла домой.

Заходит она в дом, раздевается. А слезки так и капают: кап да кап, кап да кап. Вдруг слышит она шёпот. Зашла Настенька в свою комнату. Нет никого, тихо. Зашла к бабушке с дедушкой. Тоже пусто. Заглянула она в комнату к родителям и там никого.

– Ничего не понимаю, – пожала плечами девочка. – Кто же шепчется?

Прокралась она на цыпочках к кухне. Приоткрыла дверь – шёпот стал громче. На стуле пусто, в углах пусто. Только на столе стоит тарелка супа.

– Ой, – удивилась Настенька, – да это же овощи разговаривают!

– Я тут самая главная, – сердилась морковь. – Во мне есть витамин А – это самый главный витамин. Он помогает детям расти. А ещё тот, кто ест витамин А, хорошо видит, почти как орёл. Без меня нельзя!

– Нет, мы! Нет, мы главные! – подпрыгивали горошинки. – В зеленом горохе тоже есть витамин А. И нас больше, значит, мы главнее! И вообще, в нас ещё и витамин В есть!

– Во мне тоже есть витамин В. Я же не хвастаюсь, – проворчало мясо. – Во мне вообще много всяких витаминов, которые нужны, чтобы хорошо работало сердечко и чтобы зубки и десны были здоровыми.

– А во мне витамин С, – подпрыгнула картошка. – Он важнее всех остальных. Кто ест витамин С, тот не простужается!

Тут они закричали все хором и чуть не подрались. Большая столовая ложка, тихо дремавшая рядом с тарелкой, поднялась, шлепнула по бульону и сказала:

– Хватит спорить! Вот услышит Настя про то, что суп волшебный и что тот, кто хорошо кушает, быстро растёт и не болеет, обрадуется и съест Вас всех вместе с витаминами!

– А я слышала, слышала! – закричала Настенька, вбегая в кухню. – Я очень хочу вырасти и кататься с горки вместе со всеми!

Взяла она ложку и съела суп.

С тех пор Настенька хорошо кушала каждый день. Вскоре она выросла и даже стала выше подружек!

Про Катюшину Капризку

Ольга Быкова

В одном городе жила-была Девочка. Маленькая такая Девочка, с курносым носиком, лучистыми глазами и тоненькими косичками. Звали девочку Катюша. Девочкины мама и папа ходили на работу, а она оставалась дома с бабушкой.

Всё бы хорошо, только не любила Катюша кашу. Она вообще не очень любила кушать, но кашу просто терпеть не могла. Бабушка уговаривала её и так, и эдак. Объясняла, как полезна каша маленьким детям, пела ей песни, рассказывала сказки, даже танцевала и показывала фокусы. Ничего не помогало. Наша Катюша сначала просила добавить масла, потом сахара, потом соли, а потом наотрез отказывалась есть «эту гадость».

А в это время от одного рассеянного волшебника сбежала мелкая вредная Капризка и пустилась по свету в поисках убежища, пока волшебник не хватился и не вернул её обратно в темный сундук.

Капризка кралась по городу, как вдруг услышала громкий крик девочки: «Не хочу! Не буду есть эту вашу кашу!» Капризка заглянула в открытое окно, и увидела, как Катюша кушает.

«Чудесно!» – подумала Капризка и прыгнула прямо в широко открытый Катюшин рот.

Никто, конечно, ничего не заметил, но с этого дня Катюша стала совершенно невыносимой. Она отказывалась есть даже вкуснейшие котлетки, приготовленные бабушкой, даже пышные румяные оладушки с клубничным вареньем!

Капризка с каждым днем в ней все росла и росла. А сама она становилась все тоньше и прозрачней. Больше того, Капризка стала постепенно высовывать свой нос и задевать родных Катюши.

И однажды бабушка вдруг сказала: «Я не буду больше убирать дом, и готовить я тоже больше не буду, все равно это никто не хочет есть!» И она села на балконе, и стала вязать длинный-предлинный полосатый носок.

А мама сказала: «Я больше не хочу ходить в магазин покупать продукты, одежду и игрушки!» Она легла на диван и стала читать толстую книжку.

А папа сказал: «Я больше не хочу идти на работу!» Он расставил на доске шахматы и начал бесконечную партию сам с собой.

И среди всего этого безобразия сидела довольная Капризка, любясь тем, что она натворила. А Катюша подошла к зеркалу и посмотрела на себя. Она не увидела своих лучистых глазок – они потухли и обзавелись серыми кругами. Носик опустился, а косички топоршились в разные стороны, как веточки елки. Катюше стало себя жалко, и она заплакала. И ещё ей было так стыдно, что она обидела бабушку.

Даже непонятно, откуда у такой маленькой девочки взялось так много слез! Слезы текли и текли. Они превратились в речку! И эти слезы были такими искренними слеза-

ми раскаяния, что просто смыли зазевавшуюся Капризку на улицу, прямо в руки разыскивавшему её волшебнику.

И Катюша вдруг поняла, как же она проголодалась. Она пошла на кухню, достала из холодильника кастрюльку с остатками каши и съела её всю, даже без масла, сахара и соли. Наплакавшись и наевшись, она уснула тут же за столом. И не слышала, как папа перенес её в кровать и, поцеловав в щечку, побежал на работу. Мама поцеловала дочку в другую щечку, солёную от слез, и тоже ушла. А бабушка, забросив куда-то свой полосатый носок, гремела на кухне кастрюлями и сковородками, вознамерившись приготовить для всей семьи вкуснейший ужин!

3. Стеснительность

В этой теме одна сказка «Как Андриюша гостей встречал». Расскажите её ребёнку перед сном или не за долго до прихода гостей. А может быть, вы сами идёте в гости?

Если ваш малыш стеснителен, не переживайте из-за этого. Это не значит, что ваш ребёнок «плохой» или «какой-то не такой». Это нормальное явление. И то, как ребёнок будет относиться к своей стеснительности, целиком зависит от родителей. Обычно дети не страдают от своей скромности, а чаще эта проблема заботит и раздражает именно родителей. Мы начинаем чувствовать себя неловко, когда наш малыш ведёт себя не так бойко и открыто, как другие дети. Нам кажется, что на нашего ребёнка смотрят предосудительно, а вместе с тем осуждают и нас. Или же его вообще не замечают и больше занимаются более активными детьми.

Именно мы, взрослые, считаем стеснительность недостатком. Но на самом деле, скромность может стать недостатком, только если мы будем воспринимать это качество в плохом свете. В то время как стеснительный ребёнок может быть таким же счастливым и таким же уверенным в себе, как и его боевые сверстники.

Маленькие дети (лет до трёх) очень любят себя! Они

уверены, что всё делают хорошо и правильно. Они уверены в себе и вполне довольны собой. И не сомневаются, что нужны нам и знают, как сильно мы их любим. Но ребёнок оценивает самого себя через отношение к себе других людей, в основном, родителей. И чем старше он становится, тем сильнее это проявляется. Как к малышу относятся, таким он и будет себя считать! Мы говорим ему, что он хороший, и он верит нам. Мы говорим – «плохой», и он тоже, к сожалению, верит в это.

Если мы относимся к ребёнку как к личности и принимаем его скромность как черту характера, а не как недостаток, значит, и он будет уверен в себе и сможет радоваться жизни как другие дети. Если же мы заостряем на скромности слишком много внимания, то ребёнок, рано или поздно, начнет сомневаться в своих качествах. Будет считать себя неполноценным человеком, раз мама и папа так считают. Вот почему ребёнка желательно не критиковать, а помогать и направлять.

Не называйте ребёнка стеснительным и никогда никому не позволяйте его так называть – ни родственникам, ни друзьям, ни незнакомым людям. Ведь одна из основных причин застенчивости малыша заключается в том, что его называют застенчивым!

Проанализируйте своё собственное поведение. Считаете ли вы себя стеснительным человеком? Считали ли, когда росли? Как к вам относились ваши родители и родственники? Считали вас слишком скромным? Подумайте, есть ли какие-либо ситуации, в которых вы чувствуете себя неловко? А как вы реагируете на застенчивость своего ребёнка? Что обычно отвечаете, если кто-либо говорит вам о застенчивости вашего малыша, особенно в его присутствии?

Начните изменения своего ребёнка с себя. Ведь дети полностью нас копируют. Определите, есть ли в вашем поведении что-то, что можно было бы изменить? Ребёнок обязательно заметит все ваши перемены или даже попытки измениться и тоже начнёт меняться. Составьте план своих изменений и старайтесь его придерживаться. Объясните ребёнку, что вы делаете и для чего. И возможно он тоже включится в эту интересную игру по обретению собственной уверенности!

Проанализируйте свои родительские ожидания. Насколько они реальны и соответствуют способностям вашего ребёнка? Возможно, что несоответствие нашим ожиданиям как раз и развивает у малыша неуверенность в себе.

Часто родители предъявляют своему ребёнку слишком завышенные требования. Будто главной задачей малыша является доказать каждому, что он самый умный, самый красивый, самый лучший ребёнок на свете. А, как известно, все дети очень любят и хотят радовать своих родителей. И поэтому стараются оправдывать все наши ожидания. Когда же у них это не получается в силу возраста или каких-либо других объективных причин, они очень расстраиваются, и думают, что недостойны нашей любви. В результате самооценка у таких детишек быстро падает. Родители для ребёнка являются большим авторитетом во всех вопросах. И если мама с папой говорят, что он должен уметь что-то делать, то малыш верит им безоговорочно и тоже считает, что должен уметь делать это. А если у него не получается, то он никогда даже не предположит, что родители ошиблись, возлагая на него слишком большие требования, и скорее поверит в то, что он никчемный и бестолковый.

Заниженные требования также отрицательно сказываются на самооценке ребёнка. Своими неоправданно низкими ожиданиями по поводу способностей ребёнка мы подрываем его веру в себя. Он будет считать себя неспособным выполнять даже простейшие задачи. Если мама или папа уверены, что ребёнок не может самостоятельно одеться, поесть, завязать шнурки, малыш станет придерживаться точно такой же точки зрения, независимо от того, может ли он на самом деле справиться с этой задачей.

Поэтому очень важно предъявлять ребёнку реальные требования и хвалить, подбадривать его, в случае неудачи. Малыш должен знать и чувствовать, что мы его любим и принимаем любым. Любим и принимаем его всегда, независимо от внешних обстоятельств.

Никогда не сравнивайте своего ребёнка с другими детьми, которые ведут себя более раскованно. Старайтесь не подталкивать его и не тормозить: «Ну, ты что? Ну как тебе не стыдно? Иди, поиграй» и т.п., а просто оставьте его в покое. Лучше помогите правильно оценить обстановку, покажите всем своим видом, что всё в порядке. Тогда малыш быстрее расслабится и возможно сделает так, как вы просили.

Старайтесь избегать неловких ситуаций и защищать ребёнка от критики посторонних. Например, многие скромные дети стесняются говорить «здравствуйте» или отвечать на вопросы взрослых. Сделайте это за ребёнка или попросите собеседника пока не обращать на него внимание. Заведите разговор о чём-то, чтобы отвлечь внимание взрослых от ребёнка. Попытки разговорить малыша могут только ухудшить ситуацию. Он может совсем замкнуться в себе и замолчать.

Научите ребёнка знакомиться, начинать и заканчивать разговор. Составьте вместе перечень фраз, с помощью которых легко начать разговор с разными людьми. Например, что можно сказать знакомому человеку; приятелю, с которым не виделись некоторое время; ребёнку, с которым он хотел бы поиграть на детской площадке и т.д. Затем, меняясь ролями, отрепетируйте беседу, пока ребёнок не станет свободно пользоваться этими фразами. Обязательно хвалите ребёнка за каждую попытку хоть чуть-чуть продвинуться в нужном направлении.

Помогите своему застенчивому ребёнку обнаружить в себе сильные стороны и научите пользоваться ими. Может быть, ваш ребёнок плохо танцует, но зато он отлично поёт или рисует. И это вполне может заслужить всеобщее одобрение и признание окружающих людей.

Если у вас намечается какое-либо событие, подготовьте к нему ребёнка. Расскажите о предстоящей встрече гостей, о приготовлениях к празднику. Вместе потренируйтесь, как здороваться с гостями, как вести себя за столом, как разговаривать. Но всё же, не ждите от ребёнка раскованного поведения в некомфортной для него обстановке. Дайте ему больше времени, чтобы привыкнуть к новой ситуации, к новым людям. Некоторым детям хватает 15 минут, чтобы почувствовать себя спокойно, а другим, возможно, понадобится целый час. Но постепенно, со временем, этот период будет становиться всё короче.

Даже если ребёнок поможет вам подготовиться к приходу гостей, а потом уйдёт в свою комнату, поблагодарите его. Если мы создадим такую ситуацию, когда никто не будет фиксировать внимание на ребёнке, всем от этого будет легче. И он скажет вам потом за это спа-

сибо. Спасибо за то, что поняли его и принимаете его таким, какой он есть.

Не заставляйте ребёнка выступать перед гостями, когда ему не хочется этого делать. Поговорите об этом заранее. Объясните, почему вам так нравятся его выступления. Можно договориться о тайных сигналах, с помощью которых ребёнок мог бы незаметно сообщить вам о своём желании или нежелании выступать.

Помните, что стеснительность — это черта характера, а не недостаток! Ведь скромные дети очень милы, щедры, отличаются хорошим поведением. Они умеют слушать и уважать чужую точку зрения. Им очень нравится, когда другие дети участвуют в их играх. Если стеснительного ребёнка чем-либо заинтересовать, от его зажатости не останется и следа. Он начинает стесняться только из-за чрезмерного внимания окружающих. Поэтому нам нужно создать все условия, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в любой ситуации и знал, что мы его очень любим!

Как Андрюша гостей встречал

Татьяна Холкина

Андрюша – очень смелый мальчик. Он не боялся ни тигра, ни грома, ни даже пылесоса. (Чего он ещё не боится?) Он боялся только гостей – вернес, он их стеснялся! И когда гости приходили к ним домой, он с ними не здоровался, не разговаривал, а прятался под кровать (как ещё он стеснялся?) или закрывал глаза и притворялся чем-нибудь незаметным – шваброй, тумбочкой, велосипедом. Гости очень удивлялись и начинали громко искать его: «Где же Андрюша? Мы его не видим! Где мальчик? И откуда тут взялась тумбочка?»

А один раз, когда пришли гости, Андрюша вдруг превратился в мышку! Увидел норку и кинулся к ней со всех ног – прятаться. Но не тут-то было – к этой же норке вприпрыжку бежал другой мышонок. Андрюша с мышонок столкнулись лбами у самого входа в норку. Сначала оба испугались, а потом обрадовались и подружились.

– Я удрал от кошки! – пропищал мышонок. – Она хотела поймать меня и съесть! А ты от кого прячешься?

– Я от гостей, они сейчас сюда придут, – прошептал Андрюша. – Я их боюсь!

А кто такие гости? Они очень страшные? Они тоже тебя съесть хотят? – испуганно спросил мышонок.

– Нет, что ты, – ответил Андрюша. – Они мальчиков не едят. Они со мной хотят поздороваться!

– Как это? – застряв от ужаса мышонок. – Как это поздороваться?!

И закричал в норку: «Мыши, спасайтесь, гости идут! Сейчас здороваться будут!!!»

Мыши в норке заметались, в ужасе запищали:

Ой, мы пропали! Ужасные гости сейчас с нами здороваются! Горе нам, горе!

Они прятались друг за дружку, закрывали глаза, лезли под кровать (повторить, как ребёнок стесняется).

Андрюше сначала стало смешно, как мышки гостей боятся, глупые трусишки, мелочь с хвостиком! А потом ему стало стыдно – он же и сам от гостей прячется, как будто они его съесть могут.

– Нет, они не страшные, – попытался он успокоить мышей. – Они даже очень-очень хорошие, не бойтесь, – но мыши не верили. – Ну, хотите, я сейчас к ним выйду, поздороваясь, и ничего со мной не случится! Честно-честно! А потом мы с ними чай пить будем. С тортиком!

– А ты меня угостишь крошками от торта? – заинтересовался мышонок.

– Обязательно! – пообещал Андрюша своему новому другу.

Андрей снова превратился в мальчика и отважно поздоровался с гостями:

– Здравствуйте!

А из норки на него смотрели все мыши и удивлялись, какой это смелый мальчик.

Гости тоже удивились, что Андрюша их больше не стесняется. И обрадовались. И все вместе пошли пить чай

с крошками от торта. Ой, нет, не с крошками, а с тортом! Крошки Андрюша мышкам в норку отнес!

А маленький мышонок всем хвастался:

– Это Андрюша, мой друг. Он очень смелый! Он не боится ни кошки, ни грома, ни пылесоса. Он даже с гостями не боится здороваться!

4. Не хочет ходить в детский сад

В этом разделе представлена одна сказка «Как Оля полюбила садик».

Расскажите её ребёнку перед сном, дополнив деталями из жизни вашего малыша.

Любой малыш из благополучной семьи, начиная ходить в детский сад, испытывает стресс. Одни дети быстро и довольно легко привыкают к новой обстановке, другие – долго и с трудом. А третьи – так и не могут адаптироваться и остаются дома. Даже если ребёнок ходит в детский сад с удовольствием, но часто болеет, это тоже говорит о стрессе. Именно стресс способствует снижению иммунитета и приводит к частым заболеваниям.

Почему ребёнок испытывает этот стресс?

Существует несколько причин. Маленькие дети очень консервативны по своей природе. Они любят повторять одни и те же знакомые действия, читать одни и те же книжки, играть в одни и те же игры. Они привыкают к общению с мамой и к домашнему распорядку дня. Дома они чувствуют себя в безопасности, им всё знакомо и понятно.

Попадая в детский сад, ребёнку приходится практически полностью перестраиваться: привыкать к новому режиму, к новым детям и воспитателю, которого нужно ещё

и слушаться. Необходимо привыкать обходиться без мамы, что уже само по себе отрицательно влияет на благополучие маленького ребёнка. Ведь дети до трёх – четырёх лет просто психологически не готовы к этому.

Многие малыши, проводя большую часть дня без мамы и других близких людей, испытывают чувство эмоциональной незащищённости. Для того чтобы ребёнок нормально рос, учился общаться и осваивал другие важные умения и способности, ему необходимы постоянное эмоциональное тепло, любовь и поддержка. И в этом отношении детский сад не может заменить семью – ведь воспитатели, какими бы хорошими они ни были, не могут любить всех, не могут уделять всем необходимое количество внимания.

Некоторые дети любят уединение. И в детском саду они психологически переутомляются от невозможности побыть одному и заняться тем, чем хочется.

В обычном детском саду малышу приходится привыкать к определённому стилю общения со взрослыми – привыкать к подчинению. Конечно, это облегчает последующую адаптацию к школе. Но если ребёнок вынужден постоянно слушаться взрослого, он не научится сотрудничать и договариваться со взрослыми.

Помимо всего прочего, в детском саду малышу часто приходится мириться с достаточно жёсткими взаимоотношениями с другими детьми. Ведь одна воспитательница просто не в состоянии усмотреть за 15-20 детьми в группе. И более напористые ребята начинают притеснять робких и нерешительных. Начинают отбирать у них игрушки, толкаться, а то и драться. И это может послужить поводом для отказа от посещений детского сада.

Поэтому отдавая малыша в детский сад, необходимо найти способ совместить эмоциональную домашнюю атмосферу с постепенным расширением круга общения. Совместить эмоциональную защищённость, которую создаёт близость родного человека, и опыт общения в различных ситуациях.

Наиболее просто сделать это, когда малыш сам готов к общению и к некоторому отдалению от матери и дома. Большинство психологов и педиатров советуют отдавать ребёнка в детский сад в возрасте трёх, а лучше всего – четырёх-пяти лет.

К трём годам малыш уже не боится оставаться какое-то время без мамы, начинает интересоваться общением с другими детьми, может обслуживать себя сам. Но тут необходимо помнить о кризисе трёх лет, который может наслиться на период адаптации ребёнка к садику. В это время малыш впервые начинает ощущать себя как личность и хочет, чтобы это видели другие. А мы часто этого не видим или не желаем видеть. Нам проще, чтобы было всё, как раньше. Поэтому малыш весь на пределе, отстаивая перед нами свою личность. Его психика становится ранимее, чем прежде к воздействию различных обстоятельств окружающей среды. И как раз в то время, когда ребёнок как никогда нуждается в нас, в нашем понимании, в поддержке, когда необходимо шадить его ослабленную нервную систему, мы невольно взваливаем на его плечи ещё один тяжелый груз – груз адаптации к детскому саду, не понимая, что всё это может «надорвать» малыша. И часть детей, в самом деле «надрывается», о чём свидетельствуют видимые изменения в обычном поведении ребёнка.

Однако к четырём годам малыш начинает получать на-

стоящее удовольствие от игр со сверстниками и общения с новыми людьми.

В идеале, находиться в детском саду ребёнку нужно не очень много. Двух-трёх часов для ежедневного общения вполне достаточно. По желанию малыша, можно оставлять его до обеда. Но конечно такой распорядок дня не удобен для работающих мам. Гораздо проще оставлять ребёнка на целый день. Но будет ли это лучше для ребёнка, особенно, если он сопротивляется? Не будет ли лучше поискать другую работу или пока (если есть хоть малейшая возможность) посвятить время ребёнку? Конечно, эти рекомендации могут показаться не слишком реалистичными. Тем не менее, опыт многих мам показывает, что при желании их можно выполнить. И старания оправдывают себя, ведь в результате вы сохраняете душевное благополучие ребёнка, а значит, и своё собственное.

Отдавая ребёнка в детский сад, следите за изменениями в его поведении и физическом состоянии. Например, с первых дней посещения детского сада у малыша может нарушиться сон, аппетит, поведение по вечерам дома. Он может с трудом засыпать и плакать по ночам, часто капризничать и раздражаться. Но если спустя три-четыре недели положение не улучшится, если ребёнок начнёт часто болеть, можно говорить, что малыш плохо адаптируется к садику. В этом случае желательно избавить его от посещения сада на ближайшие полгода – год. Или оставлять его в детском саду на полдня, устраивая дополнительный выходной в середине недели. Попробуйте поискать сад с меньшим количеством детей в группе. Это позволит смягчить травмирующую для ребёнка ситуацию.

Хорошо, если вы поговорите с воспитателем и расспросите о том, как именно ребёнок проводит день в группе: с кем и как играет, как себя чувствует, участвует ли в общих мероприятиях. Если ваш малыш медлителен, попросите воспитателя не подгонять и не дёргать его лишний раз. Тогда он быстрее адаптируется и начнёт успевать делать всё, что нужно. Если ребёнок, напротив, не может усидеть на месте и минуты, предложите загружать его какой-либо полезной работой, но, не приказывая, а лишь предлагая ему активную деятельность. Договоритесь о том, чтобы малыша не заставляли есть силой то, что он не хочет.

Нередко трудности в адаптации к детскому саду бывают вызваны с тем, что ребёнку никак не удаётся привыкнуть к новому распорядку дня. В этом случае каждый день понемногу сдвигайте все дела таким образом, чтобы в итоге приблизиться к садиковому режиму. Например, вставайте каждый день чуть раньше, пораньше завтракайте и выходите на прогулку. Соответственно и вечером укладывайте малыша в кровать не так поздно, как прежде, учитывая, что утром ему предстоит ранний подъём.

С первых дней посещения детского сада настраивайте малыша на мажорный лад. Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим. Создайте спокойный, бесконфликтный климат в семье. Не ругайте, не наказывайте и не стыдите малыша. Не реагируйте на его выходки и капризы. Щадите его ослабленную нервную систему. Всё время объясняйте ребёнку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.

Постарайтесь уменьшить нагрузку на нервную систему: на время прекратите походы в театр, цирк, в гости, сократите просмотр телевизионных передач.

Будьте внимательны к ребёнку. Своим поведением он ВСЕГДА что-то говорит. Он не всё может сказать словами, но, присмотревшись к тому, как он себя ведёт, можно многое понять о его мыслях, чувствах и переживаниях.

Если у малыша возникают трудности в общении, подскажите и покажите ему, как нужно знакомиться, как играть, делиться. Можно проиграть дома какую-либо ситуацию. Вместе подумайте, какие игры мог бы предложить ваш ребёнок своим друзьям в детском саду.

Если малыш при расставании с вами плачет, не следует убежать от него, не попрощавшись. Иначе он поймёт, что родители боятся прощаний и сделает вывод, что расставания – это что-то очень страшное. Тогда он станет сильнее удерживать около себя привычные и любимые вещи. Будет тратить очень много сил на контроль того, что у него есть, и ему не будет хватать сил на новые знакомства. Он может начать сторониться всего нового и вести себя агрессивно к новым людям.

Малыш может начать ревновать родителей к их делам. Ему будет казаться, что если мама тайно убегает от него куда-то, значит, она любит что-то там больше, чем его здесь. Ему будет трудно научиться уважать работу родителей из-за этой ревности.

Сбегаая от ребёнка, мы также даём ему повод считать, что он не является полноценным членом семьи. Он будет думать, что родители его обманывают и не считаются с его чувствами.

Прощаясь с родителями, малыш часто плачет не от страха остаться без мамы, не от того, что ему будет плохо. Его просто беспокоит сама ситуация расставания, он переживает за маму: как она там, без него? Он хочет знать, куда

мама уходит и будет ли ей там хорошо. Хочет знать, когда она придёт. Малыш хочет быть уверенным в том, что где-то там с ней всё будет в порядке, и с ним здесь тоже ничего не случится. С помощью слёз ребёнок сообщает нам о том, что хочет поговорить обо всём этом, хочет снова услышать, что мы любим его и сочувствуем ему, нашему маленькому человеку, который осваивает новый опыт расставаний и встреч.

Поэтому при расставании, честно скажите ребёнку, куда и зачем вы идёте. Например: «Я иду на работу печатать на компьютере», «Я иду к тётё Оле шить платье». Ваша спокойная и открытая интонация подскажет малышу, что то место, куда вы идёте, достаточно хорошее, а дело, которым вы будете заниматься, – полезное и приятное.

Сообщите малышу, когда точно вы вернётесь. Не нужно говорить время по часам. Просто скажите: «Ты погуляешь с ребятами, покушасшь, поспишь, и я приду за тобой». С помощью конкретных описаний событий ребёнок сам определит время вашего прихода.

Расскажите малышу, с кем он останется, и что будет делать: «Ты останешься с тётёй-воспитателем и ребятами. Вы поиграете, а потом все вместе будете готовиться к новогоднему утреннику».

Если малыш сильно расстроен, искренне покажите, что сочувствуете ему. Возьмите его на руки, прижмите к себе, покачайте как маленького, погладьте по голове. Скажите, что вы понимаете его, и вам действительно его жаль. Подумайте, отчего ваш ребёнок расстроен больше всего, и скажите ему об этом (ведь сами дети чаще всего не могут рассказать словами о своих переживаниях). Например: «Тебе так не хочется идти в садик!», или «Ты так боишься, что

я поздно вернусь!», или «Тебе грустно, что ты остаешься один (одна) без меня...», или что-нибудь ещё, ведь каждая мама очень хорошо чувствует, что именно тревожит ЕЁ малыша, только не всегда говорит об этом вслух.

Спокойно выслушайте все сердитые и обидные слова, которые возможно захочет сказать вам ребёнок. Не оправдывайтесь и не обижайтесь. Позвольте малышу выплеснуть свои эмоции. Успокаивая ребёнка, не ждите от него прощений, разрешений и оправданий для себя! Сейчас вы утешаете ребёнка, а не себя. Именно ваш малыш нуждается в утешении.

Старайтесь держаться спокойно. Ведь каждый маленький ребёнок очень любит своих родителей и хочет, чтобы мама и папа были спокойны и веселы. Он плачет, когда видит плачущую маму. Он хочет помочь своим любимым, но ему будет трудно нести ношу сочувствия взрослым. И это может сделать ребёнка капризным, тревожным, пугливым или даже агрессивным.

Прощаясь с малышом так каждый день, вы научите его доверять взрослым. Ребёнок запомнит и будет твёрдо знать, что мама должна уйти, будет знать, куда она идёт, и когда вернётся. Это доверие и знание поможет снизить его тревогу.

Детский сад – стресс для ребёнка, но его можно преодолеть! Только нужно обязательно помочь малышу справиться с этим новым и очень серьезным опытом. Нельзя бросать ребёнка в незнакомую обстановку, как в воду, в расчете на то, что он немедленно научится «плавать». Нам необходимо на первых порах помогать ему: показывать, как можно вести себя в том, или ином случае, помогать договориться в спорной или конфликтной ситуации, поддерживать и

поощрять робкого, останавливать задиристого.

Но если малыш так и не сможет принять новую обстановку, не стоит сильно переживать по этому поводу. Водите ребёнка в различные кружки, детские студии, спортивные секции. Там он тоже научится общаться и с детьми, и со взрослыми. Помните, что малышу не требуется никакого такого «развития», ради которого приходилось бы отрывать его от мамы, когда он к этому не готов.

Не стоит «ломать» ребёнка. Прислушайтесь к нему. Если ребёнок категорически против сада, то нужно обязательно найти другой выход. Иначе малыш будет чувствовать себя несчастным человеком, от которого ничего не зависит, будет чувствовать себя преданным нами, родителями. Эта душевная боль останется с ним на всю жизнь и будет отрицательно влиять на него.

Этот вопрос очень важен для воспитания малыша, ведь ребёнок ходит в детский сад почти каждый день на протяжении нескольких лет. А именно в эти детские годы формируется его характер и отношение к жизни. Поэтому, это время должно запомниться малышу, как самое радостное и счастливое.

Как Оля полюбила садик

Людмила Цвирко

– Не пойду в детсад, – сказала Оля.

– Оленька, деточка, мне нужно идти на работу, – просила её мама. – Если я не буду работать, у нас не будет денег, а если не будет денег, нам нечего будет есть.

Но Оля вертела головой и продолжала капризничать.

С кухни прибежал кот Мурзик. прыгнул к Оле на колени и сказал: «Мяу, хочу вкусного молока и рыбку».

– Гав-гав, – раздался звонкий лай пуделя Артемона. вечно этот кот выпрашивает еду, я, может, тоже хочу вкусную косточку, но жду, когда меня покормят.

– Ну, вот и животным нужна еда, – сказала мама. – И черепашка ждёт сочную капусту.

Оля посмотрела на животных и задумалась.

– Не так уж и плохо в детском саду: на Новый год подарки дарили, и дед мороз приходил, построили большую горку с ребятами и катались. Скоро 8 марта, и Анна Вячеславовна говорила, что будет утренник. Придут мамы и бабушки, а мы будем с ребятами петь, и танцевать, и читать стихи, будем дарить открытки, которые сами смастерили, и мама купит мне платье и красивый бант.

Мама вышла в прихожую. Оля, одетая в шубку и сапожки, ждала маму.

– Идём в детский сад, – сказала она маме. – Я пошутила.

С тех пор Оля всегда ходила в детсад и не капризничала. Там было всегда весело и много друзей, а когда возвращалась домой, её радостно встречали кот, пес и черепашка. У них всегда была еда. А Оле мама к утреннику купила очень красивое платье и бант.

5. Бойтся темноты

В эту тему вошли две сказки: «Сказка про смелого Алёшу» и «Бум, бум, бум».

Выберите сказку, которая будет наиболее понятна и близка вашему малышу. Расскажите её перед сном.

Боязнь темноты – один из наиболее распространённых страхов у детей. Для многих детей боязнь темноты сопряжена со страхом неизвестности. Ведь в темноте теряются привычные ориентиры, изменяется их облик и всё кажется таинственным и даже зловещим. В темноте ребёнок чувствует себя изолированным, остаётся наедине со своими мыслями, фантазиями и страхами.

В основном дети боятся чудовищ, которые якобы скрываются в темноте. Обладая богатым воображением, дети часто не отличают фантазии от реального мира. Им кажется, что Баба-Яга или «злой дядя» – это живые, реальные существа, обитающие где-то рядом, под кроватью, которые только и ждут, чтобы напугать их или утащить. И если мы постараемся убедить ребёнка, что никаких чудовищ нет, то он просто не поверит нам. Ведь для него они так же реальны, как мама или папа. Более того, когда мы говорим ребёнку, что все страшные существа – это плод его фантазий, он чувствует себя униженным и непонятым.

Не следует винить, ругать и наказывать ребёнка, за то, что он чего-то боится. Не нужно называть его трусом и смеяться над ним. Этим мы только увеличим его страх. Ведь он действительно беззащитен и во всём зависим от нас, родителей. И мы несём ответственность за его самочувствие и способность противостоять внешним и внутренним угрозам.

Чтобы помочь малышу справиться со страхом, самое первое, что нам следует сделать – это принять ребёнка таким, какой он есть, принять его чувства и желания, его страхи и переживания. Если ребёнок почувствует нашу поддержку, любовь и признание, он станет более уверенным в себе и страхи рассеются, как дым. Уделяйте ребёнку больше внимания, гуляйте вместе, играйте, посещайте парки, театры, рисуйте, ходите в походы, вместе занимайтесь спортом. Совместная деятельность с родителями оказывает исцеляющее действие на психику ребёнка.

Постарайтесь понять, откуда и когда появился страх у малыша. Возможно, он много смотрит мультфильмов или фильмов с различными чудовищами. Постарайтесь ограничить время просмотра телевизора. Покупайте только радостные, добрые, жизнеутверждающие мультфильмы, игрушки, читайте добрые книги.

Нередко мы сами в воспитательных целях запугиваем детей серым волком, бабой-ягой, милицией, и т.п. Очень важно этого никогда не делать! Во-первых, ребёнок начнёт бояться, и не только темноты. А во-вторых, когда подрастёт, он поймёт, что мы его обманывали, и перестанет нам доверять.

Проанализируйте свои собственные страхи. Возможно, вы в детстве тоже боялись темноты? А сейчас? Честно признайтесь малышу, что тоже порой испытываете страх. Что бояться чего-либо – это нормально и, что все люди чего-то боятся. Но со страхом можно справиться! Начните сами преодолевать свой

страх. Подайте пример своему ребёнку. Вместе придумайте игры, преодолевающие страх. Вместе читайте сказки и рассказы, в которых страх уступает место смелости.

Часто чудовища, которые мерещатся ребёнку, содержат в себе какие-то негативные чувства и эмоции: злость, раздражение, с которыми ребёнку трудно справиться. Нужно помочь малышу изучить этих «монстров» и противостоять им. Нередко причины страхов содержатся в сфере семейных отношений. Например, страх перед Кошечем или Волком может говорить о конфликтах с отцом. А устойчивый страх Бабы Яги может говорить о том, что матери необходимо пересмотреть свои отношения с ребёнком, сделать их более теплыми, непосредственными и откровенными.

Предложите малышу нарисовать или слепить чудовища, которые так его пугают, а потом порвать или сломать их. Это позволит ребёнку выплеснуть наружу свои негативные чувства и эмоции, а также меньше бояться чудовищ. Ведь теперь он может видеть их, трогать и обладать властью над ними. А значит, он учится владеть самим собой!

Установите в комнате ночное освещение, которое ребёнок мог бы сам включать и выключать.

Придумайте и дайте малышу «волшебное средство» от чудовищ. Это может быть всё, что угодно: карманный фонарик, пустой аэрозольный баллончик, игрушка-защитник. Объясните ребёнку, что монстры при виде этой вещи сразу испаряются.

Устраните все возможные причины страха. Перестройте неправильные отношения с ребёнком, уменьшите тревожность, уберите излишнюю опеку или чрезмерный контроль. Окружите малыша любовью и заботой. Сделайте так, чтобы в детской комнате всегда жила радость, любовь и спокойствие. И от страхов не останется и следа!

Сказка про смелого Алёшу

Ирина Гурина

За окном темнело, наступал тёплый весенний вечер. Солнце осторожно опускалось за город, уютно укутываясь в розовые облака. Скоро на небе появится луна, крохотными капельками заблестят звёзды и все заснут. Только Алёша будет крутиться в своей кроватке и плакать от страха.

Алёша – очень хороший и послушный мальчик, он совсем не трус. Он всегда помогает маленьким, не обижает слабых и заступает за своих друзей. Но по ночам к нему прилетает злой волшебник и превращает все вещи, стоящие в его комнате, в страшные и опасные предметы.

Однажды вечером Алёша, как всегда, долго не отпускал маму, плакал и не разрешал выключать свет. Мама погладила его по головке и включила маленький ночничок над Алёшиной кроваткой.

Как только мама вышла из комнаты, начались обычные превращения. Сначала злой волшебник Страх спрятал за тучей луну. На улице сразу стало темно. Потом Страх постучал по оконному стеклу веткой старой берёзы. Алёша съёжился и натянул одеяло до самого полбородка. Страх пролетел по комнате и окутал всё волшебным тёмным облаком. Шкаф превратился в злобного великана, сердито поплёскивающего двумя глазами на животе. Алёшины игрушки: мишки, ма-

шинки и роботы – всё волшебное облако тьмы превратило в страшных чудовищ. Они таращились на Алёшу и что-то шептали. По потолку поползло страшное белое пятно. Оно подкрадывалось всё ближе и ближе к дрожащему от страха мальчику. Страх заполз под кровать и притаился там.

– Эй, – раздался тихий голос из-под Алёшиной подушки. – Сколько можно ждать? Скоро ночь закончится, а ты всё никак не можешь заснуть.

– Кто здесь? – в ужасе прошептал Алёша.

– Это я – сонный гном, – ответила подушка и пошевелилась.

Алёша осторожно ткнул её пальцем. Голос был совсем не страшный, даже ласковый. Но лечь на говорящую подушку не хотелось. Вдруг она кусается?

Неожиданно подушка отпрыгнула в сторону, и Алёша увидел крохотного гномика.

– Фу, как там душно сидеть! – заворчал гном, разглаживая складки на курточке.

– А зачем Вы туда забрались? – вежливо поинтересовался Алёша. Он был рад, что есть с кем поговорить. Алёша очень боялся, что гном исчезнет, а Страх опять вылезет и начнёт свое колдовство.

– Я всегда там сижу, когда ты ложишься спать, – ответил гном. – Я же сказал, что я – сонный гном. Я приношу детям сны: разные волшебные сказки и весёлые праздники. Но ты мне мешаешь, потому что никак не хочешь заснуть. Ложись, я приготовил для тебя новую замечательную сказку. Сегодня мы будем летать на волшебном лебеде.

– Я не могу заснуть, – всхлипнул Алёша. – Злой волшебник Страх сидит у меня под кроватью. Он заколдовал всё вокруг. Посмотрите сами!

– Не вижу! удивился гном. Он заглянул под кровать и взмахнул волшебной палочкой. Серебряные звёздочки весёлым звенящим ручейком, хихикая и толкаясь, забрались в темноту.

Никого нет! Никого нет! – послышались из-под кровати их звонкие голосочки.

Веселые звёздочки сложились в маленькую серебряную бабочку и начали порхать по комнате. Сначала они сели на плечо страшного великана с глазами на животе и осыпали его серебристой пылью. Алёша увидел, что на самом деле это старый шкаф, а на животе у него никаких глаз нет. Это блестят круглые ручки.

Потом звёздная бабочка перелетела на подоконник и осыпала его светящимися искорками. Алёша увидел, что на самом деле это не Страх стучится к нему, а ветка берёзы, на которой сладко спят воробушки.

Бабочка замахала крыльями, поднялся ветер и сдул тёмную тучку, прикрывшую луну и звёзды. В комнате сразу стало светлее.

Бабочка покружила над Алёшей и села на полку со страшными чудовищами. И тут Алёша увидел, что на самом деле это его игрушки. Они весело улыбались ему, задорно поблёскивая пластмассовыми глазками.

Бабочка последний раз взмахнула крыльями и рассыпалась на маленькие звёздочки, закружившиеся в весёлом хороводе вокруг гнома.

– Вот видишь, улыбнулся сонный гномик и аккуратно собрал в волшебную палочку маленькие звёздочки. Когда он коснулся последней звёздочки и она исчезла, Алёша спросил:

– А что это за белые пятна ползали по потолку?

– Это свет фар. Некоторые люди работают ночью, они ездят мимо. А любопытные фары заглядывают в окна домов, потому что ночью на улице темно и скучно. Вот свет от них и бегают по потолку в комнатах. Освещает самые темные уголки и помогает маленьким мальчикам и девочкам увидеть, что никакого Страха нет. А теперь засыпай быстрее, нам с тобой надо посмотреть длинный-длинный сон. Ты же не хочешь, чтобы утром он оборвался на самом интересном месте?

– А если я сейчас засну, то успею досмотреть до конца? – заволновался Алёша.

– Конечно, – важно кивнул гном. – Если заснешь прямо сейчас. И обещаю тебе, что теперь всегда будешь засыпать вовремя. Я подарю тебе волшебное заклинание. Говори его каждый раз перед сном. Тогда в твою комнату ночью никто не сможет попасть, кроме меня и мамы.

– А какое заклинание? – спросил Алёша.

Гномик поправил шапочку, встал в позу и прошептал:

Хлоп в ладоши: бах-бабах!

Словно шарик, лопнул страх!

Бяки-буки, ну-ка, кыш!

Не боится вас малыши!

– Запомнил?

– Да, – пробормотал Алёша, засыпая. – Спасибо Вам. А теперь я хочу посмотреть сон.

– Ну, смотри, – гном взмахнул волшебной палочкой, и Алёша крепко заснул. Всю ночь он смотрел замечательный сказочный сон.

С тех пор Алёша перед сном всегда повторяет волшебное заклинание и спокойно засыпает, а сонный гном показывает ему чудесные сказки.

Бум-бум-бум

Михаил Андрианов

– Бум-бум-бум, – что-то постучало в тёмной комнате.

– Мне страшно, кто это? – спросила Вику Алёнка, натягивая на себя одеяло до самых глаз.

Не знаю, но кто-то здесь есть, – косясь по сторонам, прошептала Вика. – Вот так почти каждую ночь в моей комнате, то бум-бум-бум, то тук-тук-тук.

– Мамочки, я боюсь, я сейчас умру от страха.

– Не бойся, скоро это пройдет.

Натянутое к глазам одеяло не могло успокоить маленькую Аленку и не могло спасти её от темных углов и черных теней на стене. Было все равно страшно, и она попросилась в постель к Вике. Теперь девочки лежали, тесно прижавшись друг к другу.

– Почему это только в моей комнате всё время страшное происходит? – думалось Вике. – Как будто каждую ночь ко мне кто-то приходит, чтобы нарочно попугать.

И вдруг опять: бум-бум, тук-тук.

– Мамочки, это кто-то за занавесками в окно стучится, – тихо взвизгивая, прошептала Алёнка.

– Нет, это за старым шкафом кто-то притаился. Видишь, вон там, в углу, из-за шкафа черное круглое торчит. Это, наверное, его голова выглядывает и подсматривает.

– Это не голова, а нора черной крысы, которая к себе в нору затаскивает. Помнишь, как в Буратино?

– Ага, помню, она ещё Буратино к себе чуть ли не затянула, – прошептала Вика и подтянула к себе свесившееся с кровати одеяло.

Обе девочки на всякий случай подвинулись к стене, подалее от края кровати. Опять послышалось: бум-бум-бум и сразу же тук-тук. Тишина. Только слышно, как сердце от страха колотится. Хоть кричи изо всей силы и зови на помощь. Вдруг Аленка как толкнет локтем:

- Смотри, смотри.
- Где?
- Там, занавески.
- Что занавески?
- Они шевелятся.

Занавески и вправду внизу еле заметно двигались, хотя дверь на балкон и форточка были закрыты.

Наступило жуткое молчание. Две пары глаз уставились на занавески и ловили каждое их движение. Обеим хотелось с криком выбежать из комнаты, но было уже очень поздно, в доме все давно спали. Тишину наконец-таки прервала Вика:

– Ты знаешь, мне папа говорил о том, что когда человек боится, то к нему притягиваются всякие страшные мысли других людей и начинают ещё больше его пугать.

– Да, а вот мой папа говорил о том, что чтобы перестать бояться, нужно подойти к страшному месту и дотронуться до него рукой, тогда страхи сразу проходят.

– А давай так и сделаем и до занавесок дотронемся, – предложила Вика.

- Не-а, я боюсь, мне страшно, вдруг там кто-то есть.
- Да не бойся, я впереди буду, давай руку.

Девочки взялись за руки, встали с кровати и медленно стали приближаться к окну. Было очень страшно, но все-таки Вика дотронулась до занавески, а за ней и Аленка тоже. И действительно, как говорил Аленкин папа, страха стало меньше. По полу босые ноги девочек почувствовали холодный ветерок. Он спускался от холодного окна и еле заметно раскачивал занавески. Вика набралась смелости и чуть-чуть отодвинула занавески – за ними никого не было, а за окном все было в снегу и светила луна. Вдруг с краю от окна Аленка заметила черный толстый провод, который раскачивался на ветру, вскоре он ударился о стекло: бум-бум, а потом сразу же о раму: тук-тук.

- Так вот, кто это, оказывается, стучался и пугал нас, – прошептала Вика, – ведь это же просто порванный бельевой шнур. Девочкам сразу же стало легче, и страх почти совсем пропал.

- А давай точно так же до того черного и круглого, что за шкафом, тоже вместе дотронемся, – предложила Вика.

- Давай, только, чур, ты опять первая.

И девочки медленно направились к шкафу. Подойти к шкафу и протянуть руку к темному и круглому было совсем не просто. В голову стали лезть страшные мысли про черную крысу. Но когда Вика с Аленкой подошли к шкафу совсем близко, то разглядели, что темное и круглое – это всего лишь мягкий игрушечный Викин ежик.

- Как я раньше не догадалась, – подумала Вика, – целую неделю его боялась.

Девочки, по очереди потрогав ежика, достали его из-за шкафа, и Вика взяла его к себе в постель. Теперь им было совсем не страшно, а когда опять послышалось бум-бум-бум, они обе даже фыркнули от смеха. Ведь теперь они все знали, а если знаешь, то перестаешь бояться.

6. Не убирает игрушки

В эту тему вошли две сказки: «Сказка про страну пеньях», «Сказка про Мишку и порядок».

Прочитайте обе сказки и расскажите малышу ту, которая ему наиболее подходит. А может быть ему понравятся обе сказки?

Все дети изначально очень хотят помогать родителям и стремятся к порядку! Они не рождаются ленивыми. Ленивыми детей делаем мы, родители.

В жизни каждого человека существует особый период, когда упорядочивание собственной жизни и мира вокруг становится главной его потребностью. Этот период начинается в первые месяцы после рождения малыша и заканчивается в три-четыре года. И если его не поддерживать, он постепенно угасает.

Ребёнок нуждается в порядке возможно, даже больше взрослых. Наверное, многие родители замечали, что если нарушается привычный ритм и режим дня, малыш становится более капризным. Если малыш не сходил на привычную дневную прогулку, если папа за столом сел не на своё обычное место, если вместо мамы спать его уложила бабушка, ребёнок может начать вести себя беспокойно. Всё это нарушает его порядок. А беспорядок в мире бесконеч-

но расстраивает малыша. Резкие перемены в жизни могут даже замедлить его развитие. И наоборот, внешний порядок постепенно переходит в сознание, мысли становятся точными и ясными.

Привычные ритуалы для ребёнка – это основа и надёжность его жизни. Поэтому, если мы хотим, чтобы малыш соблюдал порядок, необходимо включить уборку в режим дня. Тогда она станет такой же привычной процедурой, как мытьё рук или сказка перед сном.

Нужно позволить ребёнку помогать нам! Едва научившись ходить, малыш старается навести порядок в шкафах, на полках, в кастрюлях и т.п. Он подражает родителям, и так же как мама пытается мыть пол, подметать, вытирать пыль. В этом возрасте он получает истинное наслаждение от наведения порядка. Но часто мы останавливаем его словами: «Не мешай», «Иди, поиграй», «Ты ещё маленький», «Не лезь!». Пройдёт всего несколько лет, и заставить его помогать нам будет уже очень трудно. Он будет капризничать, плакать, только потому, что не привык, а то, что было когда-то запретным и желанным, стало обязательным и скучным.

Именно поэтому так важно не пропустить период, когда малыш сам стремится убирать и расставлять вещи по своему вкусу. И ничего, что время от времени что-то будет ломаться и разбиваться, рассыпаться и расплёскиваться. С каждым разом у него всё будет получаться лучше и лучше. Главное – не скупитесь на похвалу: «Спасибо, мой дорогой! Ты настоящий помощник!».

Старайтесь не переделывать при малыше его работу. Представьте себе, как обидно, когда кто-то начинает заново раскладывать вещи, перемывать пол или посуду, кото-

рую ты только что вымыл сам. Не ругайте ребёнка, если он что-то разбил или сделал плохо. Наберитесь терпения – он всему научится. Всегда благодарите малыша за помощь и поддержку.

Хорошо, если у ребёнка есть своя комната. Но если такой возможности нет, то выделите ребёнку свой маленький уголок, в котором он сам может наводить порядок и даже разбрасывать игрушки по своему усмотрению.

Заведите в семье правило: проснулся утром (или приготовился вечером ко сну), умылся и «умыл», т.е. прибрал, свою комнату. Пусть у ребёнка выработается чувство ответственности за свой уголок!

Включите наведение порядка в распорядок дня. Будьте в этом достойным примером своему ребёнку. Наводите порядок с радостью. Можно напевать при этом какие-либо весёлые песенки или включать музыку во время уборки. Попробуйте подобрать специальную песенку, которая будет своеобразным гимном чистоты, и при первых звуках которой, малыш будет знать, что пора приниматься за дело. Если наведение чистоты превратится в праздник, в радостное событие, то ребёнок будет делать это с большим желанием.

Детскую постарайтесь устроить так, чтобы раскладывать игрушки по своим местам было легко и удобно. Для этого подойдут открытые стеллажи и полки, большие корзины и коробки. Предложите ребёнку сортировать игрушки по размеру, цвету, названию, предназначению. Используйте стремление малыша к упорядочиванию вещей! Пусть сравнивает и распределяет по разным коробкам и полкам: маленькие машинки отдельно от больших, кубики в одну коробку, конструкторы – в другую, мягкие игрушки на одну полку, куклы – на другую и т.д. Сортировка игрушек –

это занятие более осмысленное, чем просто собирать все игрушки в один ящик. Уборка в этом случае превращается в интересную и важную работу, развивающую малыша.

Для машин попробуйте сделать «гаражи», а для кукол – «домики» из разных коробок, которые можно раскрасить красками, чем-то украсить, и подписать, где, чей «домик».

Не бросайте малыша один на один с беспорядком. В одиночку даже лёгкий труд может оказаться непосильным. Воспользуйтесь волшебной фразой: «Давай вместе!». Не заставляйте, не уговаривайте, не угрожайте. Просто скажите: «Давай вместе» и начинайте с увлечённым видом всё раскладывать по своим местам. Вы увидите, с какой радостью малыш присоединится к вам. Не бойтесь своей помощью избаловать его. Наоборот, так вы научите ребёнка сопереживать и помогать.

Превратите уборку в игру. Например, предложите малышу подготовить комнату к визиту сказочных эльфов, которые любят ночью танцевать на ковре. А если на полу будут лежать игрушки, им просто негде будет веселиться.

Скажите, что одна из кукол потеряла ключик от своего домика где-то на полу. Поднимая каждую игрушку, смотрите, нет ли ключика. Под последнюю игрушку незаметно для малыша положите ключик – он будет наградой за труд. Пусть кукла поблагодарит ребёнка!

Играть также можно в погрузчики, краны, снегоуборочные машины, эвакуаторы, сбор ягод, цветов или грибов. Поделите игрушки пополам и посоревнуйтесь, кто быстрее уберёт свою часть игрушек.

Не угрожайте, что выбросите разбросанные игрушки в мусор. Но, если малыш не заботится о них, однажды ночью они могут обилеться и уйти. Потом, конечно, они вернуться, но при

условии, что ребёнок даст честное слово заботиться о них.

Не забывайте хвалить, хвалить и хвалить малыша. Ведь все мы любим делать то, за что нас хвалят! Помимо этого ребёнок должен видеть, что он выполняет работу, необходимую для благополучия всей семьи и получать при этом моральную поддержку. Тогда появление собственных обязанностей даёт ему возможность понять, что он является важным членом семьи, так как вносит посильную лепту в её жизнедеятельность.

Ведите себя последовательно. То есть, если вы решили приучать малыша к уборке, то делать это стоит постоянно, а не время от времени: «Ну ладно. Ты вчера убирал, сегодня, так и быть, я сама всё сделаю».

Если ребёнок умеет читать, вместо постоянных напоминаний, просьб и уговоров прибраться, напишите ему записку, состоящую из одного слова, обозначающего, что вы хотите. Положите её на видное место. Ваше письменное напоминание и молчание сделают своё дело.

Если после долгих напоминаний навести порядок, ребёнок отказывается это делать, а вы не можете больше ждать, выполните его работу сами. Но потом скажите: «Я выполнила за тебя твою обязанность. Какую из моих обязанностей ты предпочёл бы выполнить вместо меня?». Или сами предложите ребёнку вытереть пыль, полить цветы или вымыть посуду.

Если ребёнок уже достаточно большой и у него есть своя комната, позвольте ему самому решать, как и когда в ней наводить порядок. Позвольте там устроить всё так, как ему нужно. Но при этом остальные комнаты в квартире старайтесь содержать в чистоте. Пусть он сам сравнит и сделает вывод, где ему больше нравится находиться: в чистоте или

в беспорядке.

Когда ребёнок выполняет свою работу, но делает это не достаточно хорошо, спокойно сообщите ему, что ещё нужно сделать. Объясните, что никакие уговоры, отказы, недовольства на вас не подействуют, пока всё не будет сделано должным образом. Расскажите ему ещё раз о том, что вы считаете хорошей уборкой. Но помните, что стандарты, которые вы устанавливаете, не должны быть чрезмерно жёсткими. А перед тем, как устанавливать эти стандарты не забудьте привести в порядок свою комнату. Дети берут пример с нас!

Не ругайте ребёнка за ошибки. Лучше покажите ему, как их можно исправить. Он должен знать, что любая проблема является решаемой, и что за ошибки он не будет наказан. Это позволит ребёнку чувствовать себя уверенно и выполнять любую работу день ото дня лучше. Помощь вам будет доставлять ему радость, а вы испытаете гордость за своего маленького помощника!

Сказка про страну нерях

Ирина Гурина

Жил да был мальчик Вася. Он очень не любил убирать вечером игрушки. Так весело и интересно было играть! На полу шеренгами стояли солдатики, за ними фырчали грузовики, трактор, четыре маленьких машинки и экскаватор. Медвежонок, собачка, утенок и сам Вася прятались за диваном. Потом наступал момент решающей битвы. Солдатики разлетались в разные стороны. Грузовик уезжал под шкаф. Трактор с экскаватором спасались в коридоре, а маленькие машинки вообще улепетывали в неизвестном направлении.

Победитель Вася колотил по барабану и торжественно маршировал по комнате, распинывая ногой попадавшие на пути игрушки. Наступал вечер, в комнату заглядывала мама и ласково говорила:

- Васенька, пора ужинать. Убирай игрушки.
- Ага, - отвечал Вася и продолжал маршировать.
- Василий, - сердился папа. - Да когда же ты, наконец, уберешь игрушки?
- Сейчас, - отвечал Вася и быстро распахивал игрушки под шкаф, кровать, диван, стол и кресло.

А однажды случилось вот что.

Вася, как обычно, раскидал своих бойцов и транспорт по углам и лёг спать.

Вдруг за окном выросла огромная тень. Она долго колыхалась в воздухе, а потом осторожно прошла сквозь стекло. Вася загаился, но глаза не закрыл. Его мучило любопытство: кто же это к нему пришёл.

Посреди комнаты стояла настоящая волшебница. На ней было темно-синее платье и плащ из ночных мотыльков. Они трепетали крылышками, разлетаясь в разные стороны, когда она взмахивала руками. И снова собирались вместе, едва волшебница хлопала в ладоши.

– Не бойся, Вася, – тихо сказала она. – Я волшебница Неуберинда! Хочешь, я возьму тебя в свою волшебную страну? Там никто не заставляет детей убирать игрушки, там можно разбрасывать фантики, не слушаться маму и папу и сваливать свои вещи в кучу!

– Хочу! Хочу! – обрадовался Вася.

– Тогда ты должен сказать: «Я больше никогда ничего не буду убирать! Я – неряха!»

– Я больше никогда ничего не буду убирать, я – неряха!
– послушно повторил Вася, вылезая из-под одеяла.

В тот же миг мотыльки подхватили мальчика и вынесли его из комнаты.

Они летели долго-долго мимо разноцветных планет, по Млечному пути, далеко-далеко, на другую планету!

Мотыльки приземлились вместе с Васей посреди улицы, как две капли воды похожей на его улицу. И дом, перед которым Вася стоял, тоже был таким же, как его дом.

Сначала мальчик подумал, что Неуберинда его обманула, и они вернулись обратно, но потом понял, что это не так. По пыльной улице ветер гонял обертки, бумажки, фантики, пластиковые стаканчики и другой мусор.

– А почему тут так грязно? – удивился Вася.

– В нашей стране никто не убирает. Помни, ты давал Клятву неряхи!

– А-а, – сказал Вася и пошел искать своих друзей. Но во дворе никого не было.

– А где все? – спросил он Неуберинду.

– Твои друзья недостойны стать гражданами нашей страны, – ответила волшебница. Они всегда убирают игрушки, кладут книжки на полки и аккуратно складывают одежду перед сном!

– С кем же мне играть?

– В соседнем дворе есть мальчик Коля. Иди к нему, – ответила Неуберинда.

И действительно, на скамеечке в окружении пакетиков от печенья, фантиков и бутылочек из-под сока сидел чумазый мальчишка.

– Привет, – протянул он Васе липкую ладошку.

– У тебя руки грязные, – возмутился Вася.

– Нет, они просто сладкие. Это из-за сока. Я его на штаны пролил.

Иди, переоденься, – предложил Вася. – Руки заодно помоешь.

– Я вещи все растерял, – грустно сказал Коля. – А руки мыть мне неохота, все равно потом испачкаются.

– А почему ты не относишь мусор в урну, – не успокаивался Вася.

– Чего ты пристал? Ты что, шпион? У нас нет урн! Это страна «Беспорядия»!

– Да, – удивленно сказал Вася. – Я всего-навсего не любил убирать игрушки! Но я не хочу ходить в испачканной одежде. И мама учила меня выкидывать мусор только в урну, иначе на улице будет грязно и некрасиво.

Потом он подумал чуть-чуть и добавил:

– Грязно как здесь! Но если тут никто не убирает, то получается, что мусор будет прибавляться и прибавляться... Кошмар! Катастрофа! Значит, однажды весь город превратится в кучу мусора!!! Мусором засыплет дома, улицы, квартиры и мы задохнемся!!! Надо срочно спасаться!

Вася начал бегать по улицам, натываясь на неопрятных детей в перепачканной одежде, и рассказывать им о своей догадке.

Это что же, мы должны мусор убирать? – спросил Коля.

– Мне бабушка всегда говорила: «Убери за собой!» Поэтому я и сбежала сюда, – добавила растрепанная девочка в рваном платье. – Я не хочу убирать.

– Но мы же все погибнем! Неужели вы не понимаете? испугался Вася.

– Нет, это ты не понимаешь! – вступил в спор толстый мальчик в рубашке с оторванными пуговицами. – Мы все здесь собрались, чтобы никогда больше не заниматься уборкой. Ты что пристал? Вот смотри, пакет из-под сока. Это не я пил, не я бросил. Так почему это я должен убирать, а?

– Ну хорошо! – сдался Вася под натиском нерях. – А если я наведу порядок и соберу все, что вы успели разбросать, вы пообещаете мне, что больше не будете мусорить?

– Ты будешь убирать за нами? – удивились дети.

– Да, – ответил Вася. – Иначе мы все погибнем. Город превратится в огромную свалку. Мы провалимся на дно этой мусорной кучи и никогда больше не увидим наших родителей!

– А я по маме соскучился, – всхлипнул Коля.

– Ой, – испугался Вася. – Как же я не подумал! Действительно! Как же вернуться домой? Зачем, зачем я со-

гласился улететь с Неубериндой? Мне же совсем несложно было убирать игрушки, просто я ленился.

– Неуберинда выискивает детей, которые не любят порядок, и забирает их на свою планету, – грустно сказала лохматая девочка. – Даже если бы ты не согласился, мотыльки утащили бы тебя силой. Сопротивляться ей могут только аккуратные дети!

– Ура! Придумал! – закричал Вася. – Я знаю, как победить Неуберинду. Надо убрать весь город, и тогда она лопнет от злости.

Как решили – так и сделали. Собрали всех перях, похищенных Неубериндой, и начали генеральную уборку. Мусор вывозили на игрушечных машинах, выносили в пластмассовых ведерках, собирали в кучи самодельными метелками из старых веточек. К вечеру улицы сверкали чистотой. Солнце тоже помогло малышам. Позвало тучку, а она умыла и проспекты, и дома, и чумазых ребятишек теплым летним дождем.

Дети собрались на площади и стали ждать злую волшебницу. В свете фонарей появились белые мотыльки.

– Ой, – закричала одна девочка. – Я боюсь, Неуберинда приближается! Вон, и мотыльки уже здесь!

– Эй, засмеялись мотыльки. – Разве вы не видите: мы белые! Нас прислала добрая фея Роза, которая моет траву и цветы. Вы забыли самое главное: чтобы развеять злые чары, надо обязательно сказать Клятву перях наоборот. Звучит она так... Ой, караул! Неуберинда приближается, – испугались белые мотыльки, захлопали крылышками и пропали в темноте.

– А что сказать?! – закричали вслед им дети. Но перепуганные мотыльки были уже далеко.

– Давайте вспоминать, – быстро сказала Вася. – Какие слова она заставляла нас говорить.

– Я больше никогда ничего не буду убирать, – вспомнил Коля. Это же были наши любимые слова!

– Значит, надо сказать: я всегда буду все убирать! – догадался Вася.

– А ещё, надо было сказать: я – неряха! – крикнул кто-то из детей.

– А-а! – раздался страшный громовой голос Неуберинды. – Что вы тут натворили, отвратительные создания! Кто позволил убрать мой мусор, кто посмел нарушить закон?! В наказание я превращу вас всех в конфетные фантики!

– Давайте, давайте, ребята! – закричал Вася. – Я всегда буду все убирать!

– Ай-ай-ай, завопила Неуберинда и начала раздуваться, как огромный воздушный шар. Синие мотыльки испугались и бросились врассыпную. А Неуберинда висела над городом и надувалась, падувалась, закрывая собой небо.

– Я аккуратный! Я послушный! Я люблю порядок! – начали выкрикивать дети.

– Бух! – в небе расцвел фейерверк из голубых звездочек, и злая Неуберинда исчезла.

– Уррра! – закричал Вася и... проснулся.

Над ним обеспокоенно наклонилась мама:

Ты чего кричишь, сынок?

Вася удивленно оглянулся: вокруг царил прежний беспорядок.

– Да, – печально кивнула головой мама. – Ты вчера опять не убрал за собой игрушки.

– Это был просто сон? – удивился Вася. – Ну и что, все равно, я теперь всегда все буду убирать!

Он вскочил с кровати, умылся, почистил зубы и побежал раскладывать по местам игрушки, пока мама варила вкусную кашу.

Со шкафа за Васей наблюдал синий мотылек.

– Нет, – сердито проворчал он. – Надо сказать Неуберинде: этот мальчик нам не подходит!

Сказка про мишку и порядок

Татьяна Козлова

Жил-был мальчик Петенька и его друг белый Мишка. Днем Петя играл с Мишкой, кормил его, спал с ним. Мишка был самым лучшим другом. Если у Пети болел носик, то капали в носик и Мише, и Пете. А если приносили конфеты – кушали и Мишка, и Петя. У мальчика Пети было много-много других игрушек. Их он тоже любил. И с ними он тоже делился. Но самым лучшим другом был все-таки мишка. Петя так и говорил:

– Миша-друг.

И вот однажды, как всегда вечером родители помогли Петеньке сложить игрушки в коробки и прочитали ему сказку на ночь. Петя слушал ее, обнявшись с любимым Мишкой, и заснул, а Мишка и не думал спать. Он подождал, пока лягут спать Петины папа и мама, и тихо разбудил Петю. Он сразу открыл глазки и увидел рядом Мишку.

– Петя, не надо звать маму и папу, – сказал Мишка, – я хочу рассказать тебе историю.

– А какую историю?

– Я расскажу тебе сказку про себя. Я тоже был маленьким, и у меня были папа Сережа, мама Таня, бабушка Тома и дедушка Вова. Они меня очень любили. Я их тоже, как ты, не всегда слушался. Убегал играть с друзьями, катался с горок, разбивал коленки.

– А кто лечил твои коленки? – спросил маленький Петенька.

– Мама мазала коленки зелёной и дула на них, чтобы было не так больно.

– Ой, а мне тоже мама коленки мажет зелёной и дует на них. Но я все равно плачу.

– А ещё моя мама, – продолжал рассказывать мишка. – однажды сказала мне: «Миша, у тебя скоро появится новый друг. Это будет маленький мальчик. И ты, Миша, будешь его самым лучшим другом. Ты будешь помогать его воспитывать. Будешь присматривать за ним на улице и дома...»

Вот так Мишка стал защищать Петю и жить вместе с ним. Но Петя рос и начал учиться баловаться. Он стал раскидывать игрушки, бросать своих зайчиков, собачек, кубики, машинки... И игрушки сказали Мишке:

– Попроси Петю так не делать. Нам очень больно и страшно.

Петя очень удивился:

– Как это страшно? Я же с ними играю, они мои игрушки.

И Мишка рассказал Пете, что игрушки по ночам не спят, а плачут. Они разговаривают друг с другом, жалуются на Петю.

– А давай отправимся к ним, и ты сам посмотришь, – предложил Мишка.

– А разве это можно? – удивился Петя. – Они же спят сейчас.

Но Миша приложил к ротику Пети пальчик и сказал:

– Давай попробуем, и ты сам все увидишь.

Мишенька взял Петю за руку и повёл за собой. Они спустились из кровати на пол и пошли к окошку. Миша сказал Пете, что он знает, как пробраться в мир игрушек и услы-

шать всё, что они говорят. Только Петя не должен ничего говорить, а то игрушки испугаются.

Держись за мою руку крепко и не говори ни слова.

– Хорошо! – согласился мальчик.

Мишка провел Петю по потайной лестнице, и они вошли в потайную дверь.

Когда Петя открыл глазки, то увидел, что он в своей комнате. Но она не такая. Все игрушки не лежали в ящике – они стояли у кровати и разговаривали.

Петя меня сегодня сильно бросил в стенку, и теперь у меня сломано колесо, – сказала машинка.

– А мне сломал гараж, – сказала другая машинка. – и теперь мне негде спать ночью. Новый гараж мне не построили.

– А меня он носил за ушко, – пожаловался зайчик, – и теперь мне надо просить у мамы пришить ушко, чтобы оно совсем не оторвалось.

– А меня он раскрасил карандашом, – заплакал стульчик, – и я теперь не такой красивый. И Петин папа не будет меня красить красной краской. Я боюсь, что меня выбросят.

Пете стало очень жалко свои игрушки. Он хотел попросить прощения. Но Миша не разрешил ему с ними сейчас разговаривать и играть. Миша сказал:

– Лучше ты, Петенька, завтра все исправь. Не надо бросать свои игрушки, не надо их ломать. А гараж для машинок мы вместе с тобой и с мамой построим. И для всех игрушек сделать дом, где они будут спать ночью.

А утром мама зашла в комнату разбудить Петю и увидела: Петя спал рядом со своей кроватью, обняв Мишу. А на кровати спали игрушки... С тех пор Петя стал укладывать свои игрушки аккуратно в их домики-ящики, а машинки спали в гараже из кубиков. И никто больше не плакал по ночам и не будил Петю и Мишку.

7. Требует покупок в магазине

В этой теме представлены две сказки: «Слонёнок и шарик», «Поцелуй Хотелки».

Первая сказка будет более понятна детям трёх-четырёх лет. Вторая сказка рассчитана на детей постарше. Подберите сказку и прочитайте её малышу перед сном или накануне похода в магазин.

Все мы любим делать покупки, приобретать новые вещи. Но, как всегда, всё хорошо в меру. Любые вещи в большом количестве становятся лишними и приносят много хлопот.

Но как объяснить это маленькому ребёнку? И что же на самом деле кроется за настойчивым детским: «Купи!»? Попробуем разобраться...

Малыш, который едва научился говорить, выйдя на прогулку, уже тычет пальчиком на любимый магазин или киоск с мороженым. Он уже отлично знает, где продаются игрушки и любимые шоколадки. Знает, что если громко покричать, мама или бабушка купят ему всё, что он пожелает. Ведь им так стыдно за его поведение. Знакомая картина, не правда ли?

Первый и самый простой выход из этой ситуации – просто не брать с собой на прогулку кошелёк! А вот в выход-

ные или праздники можно побаловать малыша.

Этот вариант отлично помогает, когда вам не нужно в магазин за покупками. Но если вам не с кем оставить малыша и ходить по магазинам приходится вместе, то следует помнить, что бывают ситуации, которые невольно провоцируют ребёнка на просьбу о покупке. Например, в супермаркете вы долго стоите возле полок с различными сладостями, до которых малыш может легко дотянуться; ребёнок может встретить в магазине своего приятеля с новой игрушкой или коробкой конфет и конечно станет просить купить ему то же самое. Или вы пришли в магазин за подарком ко дню рождения другого ребёнка. В каждой семье наверняка найдётся несколько таких ситуаций, в которых ребёнок обязательно скажет «Купи!». Поэтому не стоит лишний раз провоцировать малыша. Если вы заранее знаете, что попадёте в такую ситуацию, и ребёнку будет сложно удержаться от просьбы, лучше постарайтесь её избежать.

Многим из нас знакома ситуация, когда покупая в очередной раз сотую машинку, мы обещаем ребёнку, что это было в последний раз. Обещаем и себе, что больше не пойдём у него на поводу. Но в следующий раз, когда малыш устраивает истерику, наши нервы не выдерживают, и мы опять слаёмся, и опять «в последний раз!» Будьте уверены - малыш знает, что этот «последний раз» никогда не наступит (или наступит очень не скоро), и он отлично манипулирует нами снова и снова. Как правило, дети уже к двум годам хорошо знают своих родителей: что им нравится, а что нет; что можно от них требовать, а чего нельзя. И на какие «кнопки» можно при случае надавить, чтобы получить желаемый результат. В этом смысле дети - отличные

психологи!

Легче всего на манипуляции детей поддаются взрослые, для которых очень важно мнение окружающих людей. И дети очень хорошо знают о нерешительности и стыдливости своих родителей. Они чувствуют, что для мамы или папы очень важно «хорошо выглядеть» перед другими людьми и с успехом играют на этом качестве родителей.

Конечно, способность влиять на людей и добиваться своего, важное качество для будущей жизни ребёнка. Но нам нужно научить малыша добиваться своих целей не с помощью манипуляций, а с помощью переговоров и убеждений. Так же ребёнку необходимо научиться принимать возражения и отказ.

В магазине, услышав от ребёнка знакомое «Купи!», решите для себя: нужна ли вам эта покупка, готовы ли вы купить эту вещь? Если готовы, не тяните время и не спорьте с малышом, сразу покупайте. Если же вы твёрдо решили, что покупка не состоится, то честно скажите об этом ребёнку. И не поддавайтесь на истерики. Обычно дети, после твёрдого «Нет», скандалят первые несколько раз. Затем они привыкают к однозначности родительского поведения.

Если вам требуется время, чтобы обдумать своё решение, то скажите малышу что-то вроде: «Эта игрушка мне тоже нравится, но я не уверена, что нам хватит на неё денег. Давай сначала купим продукты, а потом решим», «Очень интересная вещь, но в магазине столько всего интересно. Может тебе понравится что-то еще?», «Чем тебе понравилась эта игрушка? Расскажи мне, а я пока подумаю...» и т.п. Детям нравится, когда к ним относятся с уважением и всерьёз интересуются их просьбой. И возможно, малыши

пойдёт навстречу любому вашему решению.

Если ребёнок огорчён вашим отказом – искренне посочувствуйте ему. Скажите: «Я понимаю, что тебе грустно, ты расстроен. Тебе очень хочется такую игрушку». Малыш должен знать, что мама (папа) понимает его, всегда поддержит и поймёт.

Можно попробовать переключить внимание ребёнка на то, что у него уже есть. Например: «Да, у тебя нет такой куклы в голубом платье. Но зато у тебя есть куклы в других красивых нарядах, с длинными волосами, умеющие говорить и танцевать, резиновые, фарфоровые, тряпичные. Вот сколько кукол мы насчитали». Или: «Да, замечательный щенок! Но знаешь, он почему-то напоминает мне твоего медвежонка, который сидит у нас один в шкафу и им никто давно не играет. Он такой мягкий, у него добрые глаза и замечательная улыбка. И песенки он петь умеет. Наверное, он по тебе очень скучает. Давай его достанем и сделаем ему такой же шарфик, как у этого щенка. Как ты думаешь, из чего можно сделать шарфик? А может тебя научить вязать?».

Попытайтесь переключите внимание ребёнка на другой предмет: «У тебя уже много таких машинок. Посмотри, какие красивые воздушные шары продаются. Тебе какой больше нравится: розовый или зелёный?».

Если ребёнок просит купить ему дорогую игрушку, то говорить, что это дорого, что у вас мало денег, бесполезно. Для ребёнка эти абстрактные понятия ничего не значат. Они для него являются пустым звуком. Поэтому постарайтесь объяснить наглядно. Например: «Да, ты выбрал замечательную игрушку. Она столько всего может делать. Вот поэтому она так дорого стоит. Но чтобы её купить, нам с папой нужно работать десять дней

и при этом мы не должны есть и пить. Ты согласен на такое испытание?». Или: «Эта игрушка стоит столько, сколько вся твоя коллекция машин. Мы можем помыть и починить все твои машинки и обменять их на одну эту игрушку. Согласен?». Даже если малыш согласится, то идите домой и вместе приводите в порядок машинки. Наверняка вы обнаружите, что какие-то детали утеряны, а какие-то – сильно поломаны и процесс затянется. Здесь важно, что ребёнок увидит, как вы разделяете его восторг по поводу игрушки и стараетесь ему помочь.

Можно предложить малышу следующее: «Давай напишем письмо Деду Морозу, и он подарит тебе эту замечательную игрушку на Новый год». Или просто договоритесь, что подарите её ребёнку на День рождения. А может быть, он согласится откладывать деньги на её покупку?

Довольно часто, чтобы избежать скандала и ненужной покупки, мы обращаемся к совести и ответственности ребёнка. Мы говорим ему: «Хорошие дети не ноют в магазине», «Ты в семье не один. Почему ты думаешь только о себе?», «Ты же обещал ничего не просить. Как теперь можно верить твоему слову?», «Вот будешь сам зарабатывать, тогда и купишь себе всё, что захочешь!». Эти фразы очень задевают ребёнка, лишняя раз напоминая ему, что он ещё мал и слаб. Ребёнок начинает чувствовать себя виноватым и бессовестным. Но он ни в чём не виноват. Это нормально, когда маленький ребёнок не может устоять перед соблазном купить что-то новое. Он ещё не умеет контролировать свои эмоции и желания. Ему действительно тяжело. И нам не нужно стыдить его. Мы должны помочь ему. Конечно, притыканный малыш начинает меньше просить. Но это не значит, что его желание угасло. Он лишь начинает скры-

вать и стесняться его, отдаляясь от нас.

Бывает, что ребёнок, получив требуемую вещь, обращается с ней небрежно или вовсе быстро о ней забывает и начинает просить что-то ещё. Это означает, что малыш не всегда просит то, что хочет. Точнее ему трудно выразить свои чувства словами. И нам нужно разобраться, чего же на самом деле хочет ребёнок, когда требует очередную покупку.

Если ребёнок просит: «Купи мне что-нибудь», и сам не может сформулировать, что ему нужно, это может означать, что сейчас ему необходима наша поддержка, наше внимание и сочувствие, наша любовь. Часто новыми вещами дети пытаются заполнить какую-либо внутреннюю пустоту, им не хватает душевной радости. Возможно, ребёнок чувствует себя одиноко из-за того, что родители много работают и мало проводят времени с ним. Но вещи никогда не смогут заполнить эту пустоту, а точнее – они заполняют её лишь на короткое время, после которого нужна новая покупка. И нам следует наполнить жизнь малыша не новыми покупками, а новыми душевными переживаниями. Например, научите малыша радоваться цветам, деревьям, солнцу, тёплому дню, котёнку на улице, пению птиц. Больше гуляйте, читайте, играйте вместе.

Когда ребёнок слишком часто просит о новой покупке, он просто стремится привлечь к себе внимание родителей, чтобы они побыли с ним рядом, чтобы уделили ему хоть немного своего внимания. Ребёнок ещё не умеет прямо делиться своими чувствами и эмоциями. И поэтому он выбирает для себя такой способ взаимодействия со взрослыми.

А может быть, малыш опасается, что его переживания покажутся глупыми и пустыми для мамы и папы. И они просто посмеются над ним, откажут в поддержке. Но ма-

ленькому человеку очень нужно делиться своими радостями и огорчениями, получать одобрение и поддержку. Поэтому частое «Купи!», должно насторожить нас. Это сигнал о том, что малышу трудно общаться с нами, или он боится нашей критики.

Неуверенные в себе дети чаще просят купить им что-нибудь, чем дети с нормальной самооценкой. Они нуждаются в материальном подкреплении веры в то, что они любимы и ценимы родителями.

Когда мама отказывает в покупке ребёнку с хорошей самооценкой и достаточно прочными отношениями с родителями, он думает: «Ну и ладно. Сегодня мама отказала, а завтра что-нибудь купит. Может у неё сейчас и вправду мало денег!». Если мама отказывает в покупке ребёнку, неуверенному в себе, неуверенному в том, что родители довольны им, он считает: «Мама мне не покупает из-за того, что сердится на меня. Наверное, я что-то натворил. Наверное, она знает про меня что-то плохое...».

Для каждого ребёнка очень важно чувствовать себя хорошим. И понять он это может только через отношение к нему взрослых. Он тщательно всматривается в наши лица, следит за нашими действиями, прислушивается к словам.

Если мы смотрим на малыша открыто и с удовольствием: если слышим его вопросы и отвечаем на них; если находим немного времени каждый день, чтобы побыть вместе; всей семьёй ходим в гости, в кафе или принимаем друзей у себя дома; если иногда что-то покупаем малышу просто так, без специального повода, то ребёнок понимает, что он хороший, что его любят, просто за то, что он есть.

Если мы часто заняты и мало уделяем малышу внимание, смотрим на него с осуждением, часто сердимся и не

слышим, о чём он нам говорит, ребёнок делает вывод, что не очень-то любим нами, а значит – он плохой. Самооценка малыша падает, и он начинает привлекать к себе наше внимание любыми способами.

Некоторые родители чувствуют за собой вину перед малышом, из-за того, что мало уделяют ему внимания или что-то делают не так, как им бы хотелось. И просят у ребёнка прощение, покупая новые игрушки. В этом случае лучше изменить своё поведение, найти время для малыша: поиграть, погулять, почитать интересную книгу.

Причины того, что малыш начал просить и даже требовать, очень разнообразны. Разобравшись в них, мы сможем понять ребёнка и научить его выражать свои чувства, управлять своими желаниями. И нам следует обязательно научить малыша испытывать большую радость от общения с нами или другими людьми, от окружающего мира живой природы, нежели от множества, порой ненужных, вещей.

Слонёнок и шарики

Наталья Никитина

Жил-был маленький слонёнок. Мама и папа его очень любили. Они вместе играли, гуляли, купались в рке и пускали фонтаны из своих длинных хоботов. Маленький слонёнок очень любил проводить время со своими родителями. Но однажды, гуляя с мамой и папой по парку, слонёнок увидел обезьянки большой воздушный шарик. Слоненку он очень понравился, и захотелось ему иметь такой же шар.

– Мама, папа, я тоже хочу такой шарик, купите мне, пожалуйста, стал просить он родителей.

Мама и папа очень любили своего сыночка и решили порадовать малыша. Они купили ему красивый жёлтый шар.

Слонёнок был счастлив, он повсюду ходил со своим шариком. А когда ложился спать, привязывал его к своей кровати.

Вскоре, гуляя по парку, слонёнок увидел у медвежонка очень красивый зелёный шар. И, конечно же, попросил родителей купить ему такой же. Мама и папа не хотели расстраивать своего любимого сына и купили ему зелёный шарик. Слоненку он очень понравился.

Но вскоре малыш захотел иметь красный шар, а потом синий. И любящие родители снова не смогли ему отказать... Но слоненку хотелось ещё и ещё воздушных шариков, а у

родителей уже не осталось денег. И тогда малыш стал капризничать и говорить:

– Ну купите, купите мне этот шарик, ведь у меня такого ещё нет!

Тогда родителям слоненка пришлось брать дополнительную работу, чтобы заработать побольше денег и купить на них шарики. И чем больше сын просил у них шариков, тем дольше они стали задерживаться на работе. Слон и слониха стали меньше бывать со слоненком, играть с ним, а совместные прогулки по парку совсем прекратились.

Слонёнку становилось грустно одному, и даже многочисленные воздушные шарики его уже не радовали.

И вот настал день, когда в комнату к слоненку уже невозможно было войти. В ней было столько шаров, что малыш не мог даже пошевелиться.

Тогда слонёнок собрал все шары и вышел на улицу. Но шаров оказалось так много, что они стали поднимать слонёнка высоко-высоко в небо. Малыш испугался, что навсегда улетит от родителей, и стал звать на помощь.

Прилетели воробьи и острыми клювами полопали шары – один за другим. Так постепенно слонёнок опустился на землю.

Он сел на травку и задумался. Как ты думаешь, о чём?

Может быть, он задумался о том, как было хорошо с папой и мамой гулять, играть, купаться в реке и пускать большие фонтаны из хобота?

Как ты думаешь, что может слонёнок сделать для того, чтобы вернуть то время? Подскажи ему, пожалуйста.

Поцелуй Хотелки

Михаил Андрианов

Наверное, каждый из вас в жизни замечал одно странное обстоятельство: перед тем, как что-то сильно захотеть, человек часто почесывает свою голову, трет лоб или просто дотрагивается до лица. Но далеко не каждому из вас известно о том, что человека в этот момент целует влюбленная в него Хотелка.

Маленькие Хотелочки растут в одном глубоком ущелье, и у каждой из них есть свой любимый мальчик или девочка. Любимый потому, что он о ней давно заботится и с малых лет её вкусно кормит. Да-да, вы не ослышались, именно вкусно кормит. Ведь все мысли о хотении залетают в это ущелье и обязательно поедаются хотелками. С каждой такой съеденной мыслью Хотелки немного вырастают, а когда становятся совсем большими, то покидают ущелье и прилетают в гости к своему любимому и заботливому кормильцу.

Одна из Хотелочек росла очень быстро, ведь её любимый мальчик Игорь, в отличие от остальных детей, очень часто её кормил и помногу раз в день посылал ей по воздуху свои хотения. Конечно, съеденные хотения быстро забывались Игорем, но это продолжалось недолго. В один из дней он встретился со своей Хотелкой.

А произошло это в магазине игрушек, где Игорь увидел очень дорогую машину-кладоискатель. Чего в ней только не было: она светила фарами, буром могла сверлить землю и даже лазерный луч у неё был, чтобы, понарошку прожигая землю, пробираться к кладам. С этого момента захотел Игорь точно такую же машину и стал целыми днями к родителям с просьбами приставать. Обрадовалась Хотелка, что Игорь так упрямо, настырно и сильно хочет машину, и решила ему помочь. Она его крепко поцеловала и с поцелуем много новых сил хотения Игорю передала. После такого поцелуя Игорь окончательно потерял покой и даже спать стал плохо. Днем и ночью только о кладоискателе и думает, а на старые игрушки даже смотреть не хочет. Целых две недели Игорь капризничал, вредничал, сердился и обижался на всех вокруг. Даже во двор выйти не хотел с детьми поиграть. А к концу второй недели он так устал от своего нытья, приставаний и упрашивания, что даже сильно заболел. В первый день после выздоровления Игоря пригласил друг на свой день рождения, там Игорю опять пришлось сильно захотеть.

На этот раз Игорь попробовал в гостях шоколадный торт-мороженое. Ничего более вкусного в своей жизни Игорь ещё не ел. Теперь даже самая вкусная еда, приготовленная мамой, казалась ему безвкусной и противной. Опять поцеловала Игоря Хотелка. После этого Игорь вообще стал наотрез отказываться от любой еды, требуя все время только торт-мороженое. В рот ничего не лезло, вся еда портила настроение, а мысли с утра до вечера были заняты одним только тортом. Конечно, торт ему купили. Но что такое один торт, когда есть его хотелось целыми днями не переставая. Целый месяц кланчил он торт, капризничал

и злился на свою несчастливую судьбу и испорченную безрадостную жизнь. Но где ж это видано, чтобы люди питались одними тортами.

Долго ещё хотения Игорю счастливо жить не давали и часто настроение портили. Целый год кормил он ещё свою Хотелку, и в благодарность за это получал от неё невидимые поцелуи. Но как-то раз Игорь понял, что желание лишнего до добра не доводят и часто вредят ему же самому. А потому решил он не хотеть того, без чего в жизни можно запросто обойтись. Недолго после этого жила его Хотелка. Теперь самое главное, чтобы Игорь новую не откормил.

8. Дерётся

В этой теме вы можете прочитать три сказки и выбрать наиболее подходящую: «Сказка про Колю и его друзей», «Сказка про доброго Петю», «Сказка про Зайца-забияку».

Важно не просто прочитать сказку ребёнку, но и подумать, чем вызвано такое поведение малыша.

Те или иные проявления агрессии замечаются практически у всех маленьких детей. Объясняется это тем, что у малышей ещё слишком мало средств, чтобы выразить свои негативные эмоции. Они не знают другого способа привлечь к себе внимание или получить какой-то предмет. Постепенно большинство детей понимает, что получать желаемое можно с помощью неагрессивного поведения. Но у некоторых агрессивность может закрепиться как устойчивая черта характера. Поэтому родителям важно научить ребёнка контролировать свою агрессию, но не подавлять её. Научить малыша отстаивать свои права и интересы, не обижая и не ущемляя при этом интересы других людей.

Одним из основных источников агрессивного поведения у детей является чувство страха и недоверия к окружающему миру. К первому году жизни у малыша формируется либо чувство доверия к миру и людям, ощущение безопасности, либо чувство недоверия, страха и тревоги. Большую роль в формировании доверия играет отношение родите-

лей к ребёнку, в частности – отношение матери к малышу. Мама для новорожденного малыша – это целый мир! Если мать не отказывает малышу в своих объятиях, кормит его грудным молоком по требованию, а не по расписанию, не оставляет плачущего ребёнка наедине с его проблемами, всегда рядом, готова приласкать, понять и утешить, то у малыша формируется доверие к матери. А полностью доверяя матери, ребёнок начинает доверять окружающему миру и людям.

Взрослея, малыш должен быть уверен, что родители его любят безусловной любовью, просто за то, что он есть. Он должен чувствовать нашу любовь и участие в любой ситуации, не смотря ни на что! Только тогда у малыша возникнет чувство доверия к окружающим.

Если же ребёнок убеждается, что его не любят или любят только за какие-то определённые поступки, то он, либо любыми путями будет пытаться обратить на себя внимание родителей и заслужить их любовь, либо ожесточится и начнёт мстить. Ведь ему больше не нужно переживать, что он может потерять объект любви. Он считает, что больше не нуждается в тех людях, которые его не любят.

Ссоры родителей между собой также отрицательно влияют на неокрепшую психику ребёнка. Окружающие малыша взрослые – это единый и неделимый мир для него. И любая конфликтная ситуация в этом мире воспринимается ребёнком как угроза для него самого.

Ещё одной причиной агрессивного поведения является столкновение ребёнка с невыполнением своих желаний или запретами на удовлетворение определённых потребностей.

В процессе воспитания родителям, так или иначе, приходится устанавливать некоторые запреты для ребёнка, что ему не всегда нравится. И удовлетворить все желания малыша тоже невозможно. Приходится искать компромиссы.

объяснять, уговаривать, но и это не всегда помогает предотвращать конфликты.

Запреты и правила должны быть в жизни ребёнка, но их не должно быть слишком много. Он должен точно знать о них и следовать им. Родители тоже должны придерживаться этих запретов и быть достойным примером для ребёнка. А также нам необходимо помнить о том, что главной потребностью малыша является необходимость чувствовать, что его любят и ценят. И об этом нужно искренне говорить ребёнку.

Следующей причиной агрессивного поведения может быть попытка малыша обрести независимость и самостоятельность, отстоять свою личную территорию.

Ребёнок рождается полностью зависимым от своих родителей. И постепенно он обретает независимость, учится быть самостоятельным. Родители не должны вмешиваться в этот процесс, как бы трудно он не протекал. Важно понимать, что дети – это не наша собственность.

Дети очень остро реагируют, когда родители пытаются управлять их жизнью, давать советы, помогать, когда об этом не просят. Поэтому нам нужно учитывать это и, в зависимости от возраста малыша, предоставлять ему разумную свободу.

Уважайте личность в вашем ребёнке, считайтесь с его мнением, воспринимайте всерьёз его чувства. У малыша должна быть своя территория, своя какая-то сторона жизни, вход на которую взрослым позволен только с его согласия. Недопустимо рыться в его вещах, читать записки или письма, подслушивать телефонные разговоры, шпионить! Отношения должны строиться на доверии. Если ребёнок вам доверяет, видит в вас друга, он сам вам обо всём расскажет.

Но, в тоже время, ребёнок не должен ощущать себя за-

брошенным и ненужным. Он должен знать, что родители всегда готовы оказать ему помощь и поддержку в трудной ситуации.

Личный пример родителей также оказывает большое влияние на формирование характера малыша. Если мама или папа часто наказывают ребёнка с применением силы: бьют или даже просто слегка шлёпают его, он усвоит это поведение и будет отрабатывать его на родителях, других взрослых и детях, на животных. Даже если мы шлёпаем ребёнка в ответ на его агрессию, чтобы показать, как нам было больно и неприятно, малыш делает вывод, что драться можно. Ведь дети во всём подражают нам.

Когда мы, родители, ведём себя спокойно и добродушно со скандалящим ребёнком, он тоже постепенно научится оставаться спокойным и добродушным, когда его захлёстывают сильные эмоции. И наоборот, если мы бьём малыша, когда он капризничает, он учится при потере контроля над ситуацией вести себя агрессивно.

Ребёнок копирует наш способ добиваться своего, наш способ решения конфликтных ситуаций. Он просто не знает, как делать это по-другому, а мы не подаём ему правильного примера. Поэтому нам необходимо на своём личном положительном примере научить ребёнка правильно вести себя в сложных ситуациях.

При агрессивном поведении ребёнка не стоит бить его в ответ. Покажите, что вам неприятно его поведение, отвернув от себя или выйдя из комнаты. Всем своим видом покажите, что не примем такого поведения и, что в таком тоне общаться не желаем. Малыш должен чётко усвоить это.

Если ребёнок обижает другого малыша, перехватите его руку, не дав возможность нанести удар, или удержите его за плечи с резким «Нельзя!». Если вы находитесь поодаль – остановите ребёнка окриком. В случае дальнейшей агрес-

сии, уведите ребёнка с детской площадки в спокойное место или домой.

Поясните ребёнку, почему драться нельзя, но избегайте долгих, сложных и нудных объяснений. Иначе он просто не станет вас слушать. Беседуйте о проступке малыша без свидетелей.

Если агрессивное нападение уже свершилось, и вам не удалось остановить ребёнка, то больше внимания уделите пострадавшему. Извинитесь сами за случившееся, окажите помощь, если это необходимо. Таким образом, вы лишите внимания своего ребёнка. Внезапно он заметит, что веселье кончилось, и он остался в одиночестве. Обычно требуется повторить это 2-3 раза – и драчун поймет, что агрессивность не в его интересах. Принуждать к извинениям своего ребёнка в этот момент не стоит – настоящей вины и раскаяния маленький агрессор все равно не чувствует.

Не стоит побуждать обиженного ребёнка к ответным действиям. Иначе мы дадим понять малышу, что физические действия – допустимый способ разрешения конфликта.

Проявляя недовольство поступком ребёнка, высказывайте своё отношение к этому поступку, а не к ребёнку в целом. Никогда не говорите: «Я тебя больше не люблю», не оскорбляйте и не обзывайте малыша. Он должен знать, что поступил неверно, но, что вы его всё равно любите.

Если ребёнок капризничает, злится, кричит, бросается на вас с кулаками – обнимите его, прижмите к себе. Постепенно он успокоится и придёт в себя. Такие объятия выполняют несколько важных функций: малыш увидит, что вы способны выдержать его агрессию, а значит, его агрессия может быть сдержана и он не разрушит то, что любит; малыш постепенно поймёт, что любую агрессию можно сдерживать, и научится контролировать свои отрицательные эмоции.

Агрессивные чувства не следует подавлять, иначе они могут нанести серьёзный вред здоровью ребёнка. Научите его выражать свои враждебные чувства другими способами: словами, с помощью рисования или лепки, при помощи подушки для битья, в спорте и т.п. Если ребёнок научится говорить о своих чувствах, то ему будет проще сказать, что он обижен, расстроен или зол, а не использовать физическую силу.

Если малышу однажды удастся разрешить конфликт мирным путём, обязательно похвалите его: «Мне очень нравится, как ты поступил!». Похвала поможет закрепить достигнутый результат. Ведь все мы любим делать то, за что нас хвалят!

В случае если ребёнок пытается самоутвердиться с помощью агрессивного поведения, также поможет похвала. Хвалите ребёнка за любые достижения, повышайте его самооценку. Покажите ему другой способ самоутверждения.

Как бы плохо не вёл себя ребёнок, больше всего на свете он нуждается в нашем понимании и любви. Агрессивное поведение – это только следствие каких-то более глубоких причин. Определите эти причины и помогите малышу справиться с ними.

Сказка про Колю и его друзей

Людмила Цвирко

Один мальчик всегда дрался. Звали его Коля. Все дети во дворе его боялись. И когда наступило лето, мама отправила Колю в деревню. Утром в деревне он проснулся от громкого «Ку-ка-ре-ку!».

В саду пели птички, на окне стояло молоко, а у окошка на ветке сидели два воробья и весело чирикали. Во дворе стояла корова и мычала, важно ходил петух, крякали утки, гагатали гуси, блеяли овечки «Беее!», козочка кричала «Меме!». Красота!

Светило солнце, рядом в березовой роще стояли березки и шелестели листочками, «Тук-тук!» стучал дятел, «Ку-ку!» кричала кукушка.

Коля выпил молоко и вышел во двор.

– Гав-гав! – поприветствовал его пес.

Мяу, как спалось? – спросил кот.

Коля ни с кем не поздоровался, пнул собаку, схватил за хвост кота, запустил палкой в гусей и уток, кинул камень в петуха. Овечки с козочкой испугались и убежали, а корова недовольно замычала и ушла со двора. Коля остался один, ему стало скучно, и он решил пойти в рощу. Там его радостно встретили берёзки шелестом своих листьев.

– Тук-тук! – поприветствовал его дятел.

– Ку-ку! – сказала кукушка.

– Привет! - пропищал муравей.

Коля подошел к березке и сломал ветку.

– Ой-ой-ой! – закричала березка, но мальчик её не услышал. Он смастерил рогатку и стал стрелять в птиц. Разворошил муравейник.

– Не рутьте наш домик! - кричали муравьи, но и их не услышал Коля.

Потом ему и в роще наскучило. Коля вышел на проселочную дорогу и стал кидать камни в солнце. Ему не нравилось, что оно светило в глаза.

На другой день, когда Коля проснулся, он почувствовал, что все изменилось. Солнце не светило в окно. Петух не кукарекал, молока в кружке не было, птички не пели. Двор был пуст. Никто его не приветствовал. Собака забралась в будку, кот залез на крышу.

Он пошел в рощу. Солнце спряталось за тучку. Березы не шелестели листочками. Дятел, кукушка и другие птицы улетели. Никто не пел в лесу.

Коля почувствовал себя таким одиноким. И он захотел, чтобы все было, как раньше. Он понял, что все на этой земле его друзья, а друзей обижать нельзя. С тех пор он никого никогда не обижал и не дрался. А когда вернулся в город, помирился с ребятами во дворе, всем привез подарки: кому ягоды, кому грибы, а кому-то и шишки. Рогатку выбросил и никогда больше не ломал деревья ни в лесу, ни в городе.

Сказка про доброго Петю

Ирина Маниченко

В одном городе жил-был мальчик по имени Петя. Петя очень хотел иметь много друзей. Но он совсем не умел дружить, а умел только драться. Он думал, что только дракой и грубостью можно что-то кому-то доказать или привлечь к себе внимание. Ребята его боялись, и друзей у него почти не было.

Однажды Петя увидел на дороге большую лужу с разноцветными грязными пятнами. Он подошёл поближе, чтобы лучше рассмотреть её. И вдруг просезжающий мимо автомобиль обрызгал его водой с ног до головы.

Петя, весь мокрый и грязный, хотел было бежать домой. Но тут заметил, что находится внутри прозрачного большого мыльного пузыря. Сначала Петя очень удивился и принялся его разглядывать. Но потом испугался, потому что понял: выбраться из пузыря он не сможет. Пузырь был очень прочным и никак не хотел лопаться.

А ещё Петю очень расстроило то, что его плохие дела обратно к нему же и возвращаются. Например: пытается Петя кого-нибудь ударить, а пузырь удары ему обратно возвращает. Бросит Петя в кого-нибудь камень, а тот летит обратно – прямо в Петю.

Это что же получится? Я теперь сам себя бить буду? – подумал Петя, и ему стало очень больно и обидно.

– Как же мне теперь играть с ребятами? – заплакал мальчик.

Так он и ходил несколько дней в пузыре. Драться боялся, ведь себя бить больно и неинтересно. Играть одному скучно. А от пузыря никак не мог избавиться.

И вот, уже совсем отчаявшись, Петя сидел на лавочке на детской площадке и наблюдал, как весело играют дети. Вдруг он увидел очень симпатичную девочку с куклой. Девочка не знала, что Петя любит драться, и не испугалась его, а, наоборот, позвала играть. Петя очень обрадовался её предложению и решил угостить девочку яблоком, которое было у него в кармане. Он протянул ей яблоко, и тут случилось чудо – пузырь лопнул! Петя был просто счастлив. Наконец-то он освободился от этого противного пузыря!

Когда Петя пришёл домой, он увидел на столе два больших яблока.

– Странно, – подумал Петя, – откуда бы им тут взяться? Ведь последнее яблоко я подарил девочке во дворе.

На следующий день Петя опять пошёл во двор к ребятам и дал им свою машинку поиграть. А когда вернулся домой – увидел две новые красивые машинки. И стал Петя замечать, что, как только он сделает кому-то доброе дело, это добро к нему возвращается, да ещё в двойном размере.

С тех пор Петя делал только добрые дела. У него появилось очень много друзей. Он научился дружить со всеми и совсем перестал драться. Ведь в пузырь ему больше не хотелось!

Сказка про Зайца-забияку

Ирина Гурита

Однажды Зайцу приснился удивительный сон. Увидел он свой родной лес, знакомых зверей и птиц. Только одно было удивительно – все они его боялись.

– Смотрите, – говорит лиса. – Вон идёт великий Заяц. Он победил меня вчера, и теперь я должна каждый день приносить ему на завтрак капусту.

– Да-да, – соглашается волк. – Это самый великий Заяц. Меня он тоже победил, и теперь я должен каждый день на обед приносить ему морковь!

– Точно, это величайший в мире Заяц! – ревет медведь. Он меня вчера так побил, что теперь я должен каждый вечер приносить ему на ужин мёд! Иначе он меня вообще из леса выгонит!

– Смотрите все – вон идёт великий и могучий Заяц! – стрекотали сороки.

– Великий, великий, – поддакивали белки.

– Вели-КВА-лепный, вели-КВА-лепный, – квакали лягушки.

А Заяц вышагивает по тропинке, гордо задрав голову, и расталкивает всех встречных.

Видит – под кустом малины спит медведь. Заяц подошёл к нему да как даст ему лапой. Медведь так и покатился

кувырком!

– Не смей есть мою малину, косолапый, – закричал вслеп ему Заяц.

Идёт он дальше, а у речки сидит волк, рыбу ловит. Подошёл к нему Заяц да как ударит волка по спине. Волк бултых в воду! Сидит и вылезать боится.

– Не смей в моей речке рыбу ловить, – погрозил ему кулаком Заяц.

Поскакал Заяц дальше, а навстречу ему лиса с лукошком яблочек. Увидела Заяца, издали кланяться начала. Но Косой все равно лукошко у неё отобрал, а саму рыжую ещё и побил:

– Не смей в моём лесу яблоки собирать!

Шёл он, шёл по лесу... и проснулся.

Потянулся Заяц, выглянул в окошко и думает:

– И чего я раньше всех боялся? Надо показать, кто в лесу хозяин!

Вышел он на опушку да как закричит:

– Берегитесь, звери! Это я, великий Заяц, проснулся!

– Хи-хи-хи, – тоненько захихикали белочки.

– Ха-ха-ха, – басовито захохотал старый кабан.

– Ах, смеетесь! Ну, я вам сейчас покажу! – воскликнул Заяц и сердито затоптал по тропинке.

Смогрит – а навстречу ему ёжик торопится, на спинке грибы несёт.

А ну-ка, отдавай мои грибы! – крикнул Заяц да как стукнет ёжика, и сам тут же заплакал. – Ой-ой-ой! Какой ты колючий!

– А ты приставучий! – ответил ёжик. Зачем дерёшься? Если тебе нужны яблоки, то иди и собирай сам!

– Но я же великий и могучий Заяц, меня все боятся и уважают!

– Ты глупый! – ответил ёжик. – Никто тебя не боится. Драчунов не любят и не уважают!

– Что же делать? – спросил Заяц.

Но ёжик его уже не слышал. Он побежал по тропинке дальше по своим делам.

Грустный-прегрустный побрел Заяц домой.

– Ух! – ухнула старая мудрая сова. – Уважают не за силу, а за добрые дела!

– Глупости, – махнул лапкой Заяц.

Не доходя до поляны, на которой стоял его домик, он вдруг услышал чьи-то жалобные всхлипывания.

– Эй, кто там? – крикнул Заяц.

– Это я, медвежонок! – раздалось из кустов.

Заяц раздвинул густые ветки и увидел маленького медвежонка. Его лапка застряла между корней старого дуба, и малыш никак не мог освободиться.

– Эх ты, глупыш! Сейчас я тебе помогу, – сказал Заяц и начал ломать старые сучья.

Как только медвежонок освободился, он радостно запрыгал вокруг Заяца и запел:

Ты теперь мой лучший друг!

И пусть знают все вокруг:

Ты великий и могучий,

Самый смелый, самый лучший!

Заяц засмутился, а потом спросил:

– Ты, и правда, так думаешь?

– Конечно! – воскликнул медвежонок.

– Заяц – лучший друг медвежонка! Заяц спас медвежонка!

Заяц – герой! – застрекотали сороки и понесли новость по лесу.

Вот видишь! – сказала Заяцу сова. – Теперь тебя будут уважать не во сне, а наяву. И вовсе незачем драться для этого! Я же говорила: уважают не за силу, а за добрые дела!

9. Не расстается с компьютером

В этой теме вы можете ознакомиться со сказкой «Федя и компьютер». Расскажите её ребёнку перед сном.

Современные дети рано знакомятся с компьютером. Сейчас он есть практически в каждой семье, и малыш с пелёнок наблюдает, как мама с папой подолгу сидят перед экраном монитора: читают, играют, работают.

Потом родители радуются, как быстро ребёнок осваивает домашнюю технику, с уверенностью нажимает на кнопки клавиатуры и орудует мышью. Им нравится, что он не бегает по улице, не балуется, ничего не просит и не пристаёт, а спокойно сидит дома. Но постепенно ребёнок всё больше и больше времени проводит за компьютером. И тут радость родителей сменяется тревогой, что вполне справедливо. Ведь просиживая часами за монитором, малыш не только портит своё здоровье, но и упускает шансы поиграть с друзьями, побегать во дворе на свежем воздухе, заняться спортом и даже просто пообщаться с родителями. Что же делать? Выбросить компьютер или просто запретить? Как переключить внимание ребёнка на что-то другое?

Прежде всего, нужно разобраться в причинах такого поведения. Почему ребёнок отказывается от реального мира? Почему компьютер заменил ему родителей, друзей, книги.

игры, прогулки и т.п.? И кардинальные меры (например, избавление от компьютера) тут не помогут. Если ребёнок сутками сидел за компьютером, то, лишившись его, он вряд ли станет посвящать это время учёбе, общению или прогулкам. Ведь столь сильное увлечение появилось не случайно, и ребёнок испытывает какие-то трудности в реальной жизни.

Дети, имеющие трудности в общении, с головой уходят в виртуальный мир, так как с компьютером легче общаться. Он не конфликтует, не капризничает, не ругается и не читает нотаций, с ним легче договориться, чем с живыми людьми.

Если что-то не получается, если не нравится какая-либо компьютерная игра, её всегда можно выключить и не доигрывать до конца - родители на это никак не отреагируют. В реальной жизни всё гораздо сложнее. Например, если ребёнку надоело ходить в спортивную секцию или в школу, то он сразу станет объектом внимания взрослых. Ему придётся выслушать множество наставлений и нотаций, что каждое начатое дело нужно доводить до конца, развивать силу воли и целеустремлённость. Придётся выслушать множество неслестных отзывов о себе и своём поведении, а кому хочется сталкиваться с этим?

Компьютерные игры позволяют ребёнку почувствовать себя сильным, умным, смелым. А чтобы так ощущать себя в реальном мире, нужно приложить много сил и стараний, в чём-то даже изменить себя. Кроме этого придётся пережить разочарование и понять, что ты не самый сильный, ловкий и умелый. Поэтому ребёнку проще избежать этих трудностей и получить всё желаемое более простым путём.

В виртуальном мире можно легко исправить допущенные ошибки, начав игру с начала. А в реальной жизни ошибки гораздо труднее признавать и исправлять. Тем бо-

лее, если за них ругают и наказывают! Если ребёнок испытывает страх за любую свою провинность, у него падает самооценка и портятся отношения с родителями, то конечно он постарается всеми силами избегать таких ситуаций. И тут на помощь приходит компьютер.

Помимо всего прочего, компьютер помогает ребёнку почувствовать себя значимым, самостоятельным и свободным. В играх он может менять роли и декорации, выбирать себе количество жизней, повелевать компьютерными героями. В реальной жизни ребёнок полностью зависит от родителей. Он мало что может изменить, тем более, если взрослые ограничивают его свободу, право самостоятельно принимать решения и действовать. Если родители сильно опекают ребёнка, то хотя бы в общении с компьютером он чувствует себя главным.

Если родители много работают и мало проводят времени с ребёнком, то он тоже находит утешение за монитором.

Выяснив, чего именно не хватает вашему ребёнку в окружающем мире, постепенно начинайте решать эти проблемы. Если ребёнок испытывает трудности в общении, помогите ему справиться с этой задачей. Начните сами больше общаться с людьми, приглашайте к себе в гости своих друзей и друзей сына или дочери, чаще всей семьёй ходите в гости или другие общественные места, запишите ребёнка в новые кружки или секции. Научите его знакомиться и общаться, расскажите, как подойти к незнакомому человеку, что сказать, или спросить, как дружить. Дети учатся на подражании, и если у ребёнка будет постоянный положительный пример родителей, то он быстро освоит эту науку.

Если у ребёнка низкая самооценка или он ощущает потребность в успехе и признании, помогите ему добиться

реальных результатов, чаще хвалите и поддерживайте его. Научите его видеть и ценить свои достижения, даже если они совсем маленькие.

Не наказывайте ребёнка слишком строго за ошибки и промахи. Все мы ошибаемся рано или поздно. Ошибки многому нас учат, из них мы извлекаем уроки жизни. Но они будут полезны для ребёнка только тогда, когда он не будет бояться их совершать. Человеку, который легко относится к своим ошибкам, легче признать свою вину. А значит, он всегда готов исправить то, что натворил.

Изменяйте образ жизни ребёнка постепенно. Не исключайте компьютер резко из его жизни, иначе это вызовет протест. И ребёнок будет отвергать любые ваши предложения. Он сам откажется от чрезмерной «дружбы» с компьютером, если почувствует вашу ненавязчивую поддержку и желание помочь. Он постепенно привыкнет к изменениям в жизни и ощутит их преимущество.

Можно даже попытаться проникнуть в виртуальные интересы ребёнка, купить новую полезную компьютерную игру и составить ему компанию. Ведь из общения с компьютером можно извлечь немало пользы.

Вместо обычных игр покупайте ребёнку развивающие или обучающие игры, компьютерные энциклопедии. Подберите игры, которые развивают внимание, память, пространственное воображение, логическое мышление, улучшают координацию и повышают скорость реакции.

Для детей со слабой памятью изучение материала с помощью компьютера может быть более эффективным. Увиденное на экране запоминается легче, т.к. начинает функционировать эмоциональная и образная память, которые обычно лучше развиты у детей. Самостоятельная работа за

компьютером развивает у ребёнка мелкую моторику и зрительную координацию.

Также компьютерные игры помогают развивать абстрактное мышление, необходимое для понимания схем, уравнений, написанных слов. Но вводить компьютерные игры можно только после того, как ребёнок освоит традиционные виды детской деятельности -- рисование, лепку, конструирование, сочинение сказок. Когда научится самостоятельно играть в обычные детские игры, примерять на себя роли взрослых, научится придумывать воображаемые ситуации, строить сюжет игры, когда научится отличать игру от реальности.

Найдите вместе с ребёнком интересные сайты о животных, растениях, сайты по истории и т.п. Научите его искать полезную информацию, но следите (насколько это возможно), чтобы на глаза ребёнку не попадались опасные и вредные сайты.

Правильно оборудовав рабочее место, и соблюдая несложные правила, о здоровье ребёнка можно будет не беспокоиться. Купите современный компьютер, монитор которого не так вреден для детских глаз, как старые мониторы. Подберите удобную мебель. Делайте перерывы в работе на компьютере, гимнастику для глаз. Приучите ребёнка контролировать свою позу, чтобы не возникали нарушения осанки, следите за состоянием его нервной системы и не допускайте перегрузок.

Если мы на своём примере покажем ребёнку, что компьютер – это умный помощник человека, малыш так и будет его воспринимать. И нам не нужно будет беспокоиться ни о физическом, ни о психическом здоровье малыша.

Федя и компьютер

Ирина Маниченко

Жил-был в одном городе мальчик по имени Федя. Он был замечательным мальчиком, очень добрым и отзывчивым. Было у него много друзей. И все бы было хорошо, только вот однажды папа принёс в дом компьютер.

Федя компьютер сразу очень понравился. Он так им заинтересовался, что почти не отходил от него. Как только просыпается, сразу бежит к своему новому другу – компьютеру. И почти весь день играет в разные игры.

Родители начали переживать, что Федя так увлётся компьютером, что зрение у него может от этого испортиться. Пытались с ним разговаривать, но Федя и слушать никого не хотел!

Как-то раз, едва проснувшись, Федя, как обычно, сел за компьютер и начал играть.

Мама позвала его завтракать, но Федя сказал, что очень занят и кушать пока не будет.

– Иди хоть умойся, – сказала мама.

Но Федя не обратил на её слова никакого внимания.

Потом за Федей зашли ребята и позвали играть в футбол. Но он не смог оторваться от компьютера и гулять не пошёл. Ребята обиделись, что Федя совсем забыл про них в последнее время, и ушли.

Так Федя играл до самого вечера, пока не почувствовал, что глаза его совсем устали, а живот настойчиво просит есть. Хотел Федя встать из-за стола, но не смог. С ним стали происходить какие-то странные вещи: руки совсем не слушались, продолжали против Фединой воли нажимать на клавиши клавиатуры; а ноги и того хуже – онемели, и Федя не мог ступить и шагу.

Что же делать?

Пришла мама, но и она ничем не смогла помочь. Федины руки по-прежнему делали, что хотели, а ноги ничего делать не могли.

– Как же я теперь буду кушать и играть в футбол? заплакал Федя.

Тогда мама позвала доктора. Доктор внимательно осмотрел Федю и дал таблетку, после которой руки и ноги стали слушаться. А потом протянул флакончик с витаминами.

– Это не простые витамины, а волшебные, – сказал доктор Феде. – Они помогут тебе играть на компьютере. Как только захочешь сесть за компьютер, так съешь одну витаминку, и с твоими руками и ногами ничего не случится. Но помни: витамины эти действуют всего 30 минут. Если через полчаса ты не отойдёшь от компьютера, руки опять перестанут тебя слушаться, а ноги онемеют. И я тебе уже больше не смогу помочь.

Так Федя и стал делать: съедал витаминку и полчаса играл на компьютере. А потом шёл заниматься другими делами. Сначала Феде было очень трудно бросать игру, но он вспоминал про свои ручки и ножки, про то, как плохо, когда они не слушаются, и выключал компьютер. А потом он так к этому привык, что и не расстраивался.

Ещё Федя понял, что ручкам и ножкам нужно много дви-

гаться, бегать, прыгать, что нужно помогать маме и делать много других полезных дел. Тогда с ними ничего не случится, и они будут исправно служить ему всю жизнь. И с тех пор, как Федя это понял, витамины ему больше не нужны стали. Он сам научился управлять собой и своим временем! Родители были очень рады, что Федя стал таким самостоятельным. А друзей у него появилось ещё больше.

10. Не любит умываться

В этой теме вы можете прочитать две сказки: «Как Костя стал умываться», «Кари и Ес».

Вторая сказка для тех детишек, которые не любят чистить зубы. Расскажите малышу сказку перед сном или непосредственно перед умыванием.

Многие качества человека начинают закладываться в самом раннем возрасте. Аккуратность и чистоплотность не являются исключением из этого правила. Поэтому с самых первых месяцев жизни малыша, необходимо научить его дружить с водой, умываться утром и вечером. Чем раньше мы начнём воспитывать в ребёнке чистоплотность, тем быстрее и безболезненнее пройдёт этот процесс, как для нас, родителей, так и для малыша. Умывание просто войдёт у него в привычку, и нам не нужно будет постоянно напоминать об этом.

Доносить ребёнку о пользе чистоты следует в мягкой и мягкой форме. В раннем детском возрасте эта форма наиболее понятна для малыша. Он с увлечением вступает в такой процесс воспитания, всё понимает и с желанием выполняет те действия и поступки, которых вы от него добиваетесь.

Например, собираясь умыться, сообщите малышу, что в

ванной вас ждут чудеса, что вы там здорово повеселитесь, а заодно почистите зубки и умоетесь. Подавая ребёнку щётку для чистки зубов, объясните ему, что это не просто щётка, а маленькая фея, которая борется со злым Кариесом. Её волшебная щетинка начищает каждый зубик до блеска, а Кариес она выбрасывает прочь, чтобы он не портил чудесные зубки. Во время полоскания рта поиграйте в волшебные фонтанчики: наберите в рот воды и выпустите фонтан. Посоревнуйтесь, у кого получится лучше.

Для умывания существует множество весёлых песенок и потешек. Вот одна из них:

*«Водичка, водичка,
Умой наше личико.
Чтобы глазки блестели,
Чтобы щёчки алели,
Чтоб смеялся роток,
Чтоб кусался зубок».*

Придумывайте свои весёлые игры. Главное, чтобы каждое умывание было не просто полезным и нужным, но и приносило ребёнку радость.

Но не заставляйте ребёнка умываться силой. Не стоит ругать и наказывать малыша за нежелание мыться. Давно известно, что с помощью скандалов и долгих нотаций невозможно превратить маленького «трубочиста» в чистюлю. Пробуйте объяснять и договариваться – это вполне возможно! Только каждый раз необходимо проявлять терпение, сдержанность и богатое воображение.

Учите малыша на своём личном примере. Пока ребёнок совсем маленький, каждый раз берите его с собой в ванную и умывайтесь сами. Ему не предлагайте, и он непременно тоже захочет вместе с вами поплескаться в прохладной во-

личке. Если вы будете делать это регулярно, то результат не заставит себя ждать. Очень скоро малыш сам начнёт тянуть вас в ванную комнату, чтобы умыться или помыть руки после прогулки.

Доступным языком объясните малышу, для чего нужно умываться и чистить зубы. Расскажите, что всё живое на Земле любит воду и каждое утро все растения, животные и люди умываются. Приведите в пример ваших родственников, знакомых, и даже домашнюю кошку! Можно сводить малыша в гости к другому ребёнку, который умывается самостоятельно. Но не говорите: «Смотри, Серёжа уже сам умывается, а ты у нас неряха!». Всё должно происходить спокойно и непринуждённо, чтобы малыш не понял, для чего разыгрывался этот спектакль, но смог сделать правильные выводы. Расскажите ребёнку о волшебном свойстве воды смывать усталость, плохое настроение и давать силу.

Очень важно в процессе обучения хвалить малыша за правильные действия. Получая такое поощрение, ребёнок с радостью будет повторять всё то, за что его похвалили.

Попробуйте каждое умывание превращать в маленький праздник, с которого начинается новый день. И малыш, конечно же, не захочет пропускать этот праздник!

Как Костя стал умываться

Татьяна Холкина

Проснулся Костя утром, улыбнулся, потянулся, в окошко выглянул, с солнышком поздоровался.

– Мама, – кричит Костя, – давай скорее собираться, гулять пойдем! Мы сегодня будем в песочнице огромный дом строить!

Костя быстро позавтракал, оделся, схватил ведерко с со-вочком:

– Я готов!

– Костенька, ты же не умылся – вон у тебя в глазках сон остался! – сказала мама.

Посмотрел Костя в зеркало – глаза как глаза, только сон-ные немножко. Да ладно, подумал он!

– Не буду я умываться, я и так красивый, – заявил Костя маме.

– Как же ты на улицу выйдешь, тебя же все испугаются? – удивилась мама.

– Мама, мне некогда, меня во дворе ребята ждут!!!

Вышел Костя во двор – солнышко ярко светит, ребятки играют – красота! Только вдруг солнышко нахмурилось, по-дул ветерок, налетела тучка и спрятала солнышко. Вот-вот дождик хлынет. Ребята похватили игрушки и – по домам. Ко-стя тоже домой пошёл, расстроенный – совсем не погулял.

Дома Костя выглянул в окошко – что такое? Солнышко светит, ребята во дворе играют! Схватил он опять свое ведро и побежал во двор. Вышел – что за шутки! Солнышко тут же спряталось, холодно стало, дети сразу разбежались. Пришлось и Косте опять домой идти.

Пришёл, сел на подоконник и смотрит в окно на двор. А там – прекрасная погода! Костя чуть не заплакал от обиды!

– Мама, ну почему от меня солнышко прячется? – спросил он.

– А ты сам-то как думаешь? Что ему не понравилось? – спросила мама.

(А ты как думаешь, почему солнышко от него пряталось?)

– Наверное, солнышко не любит неумытых мальчиков! – догадался Костя.

Побежал он в ванную – и зубки почистил, и глазки вымыл, и щеки и даже уши – вдруг солнышко в ушки заглянет?! И песенку при этом напевал:

*Водичка-водичка,
Умой моё личико,
Чтобы глазки блестели,
Чтобы щечки алели,
Чтоб кусался зубок,
Чтоб смеялся роток!*

Вот теперь вышел умытый-преумытый Костя во двор – солнышко его в чистую-пречистую щечку поцеловало, ветерок по головке погладил. И построил Костя с друзьями огромный-преогромный дом в песочнице!

Кари и Ес

Эльмира Блинова

Жили-были два друга. Одного звали Кари, а второго Ес. Больше всего на свете они любили рыть туннели. Казалось бы, хорошее дело, правда? Хорошее и полезное. Через туннели ходят поезда и ездят машины. Очень удобная вещь, если, конечно, ты не скалолаз, которому, наоборот, очень нравится карабкаться по скалам.

Но, к великому сожалению, Кари и Ес были очень маленькими. Меньше мышки, меньше самой маленькой мушки. Они были микробами. В большой горе туннель им было не вырыть, поэтому они предпочитали рыть туннели в зубах у людей. И особенно в тех зубах, где застряла какая-нибудь еда. Так им было гораздо легче прорыть туннель. Сначала они начинали рыть там, где мягко, в крошечных остатках еды. Потом становились сильнее и сильнее и уже могли прогрызть самый крепкий зуб. Зуб, в котором Кари и Ес прогрызали дырку, начинал беспокоиться, ныть, а потом уже просто кричал, потому что ему было больно.

Тогда зуб показывали врачу. Врач качал головой, сердясь на Кари и Еса. Говорил: «Это Карнес». И начинал чистить туннель, потом забивал дырочку крепким цементом. Ну, а если дырка была слишком большая, то приходилось этот больной зуб вырывать...

Вот встретились Кари и Ес однажды вечером и думают: к кому бы им пойти рыть туннель.

– Я знаю одну девочку, – говорит Кари, – у неё такие красивые белые зубки – загляденье! Она сегодня ела шоколадку и смеялась. Наверняка шоколадка застряла у неё между зубами. Давай пойдём к ней?!

– А ты уверен, что она ела шоколадку? – облизнулся Ес.

– Почти. Но если она ела просто конфетку или даже чёрный кусочек хлеба, это тоже неплохо. Главное, чтобы нам что-то досталось, – ответил Кари.

И вот они пролезли через замочную скважину и вскоре оказались около кровати девочки. Девочка была очень хорошенькой. Она сладко спала на правом боку. И даже не шевельнулась, когда Кари и Ес пролезли в её ротик сквозь плотно прикрытые пухлые губки.

– Ты пройди по верхнему ряду зубов, – приказал Кари, – а я проверю нижние зубки.

Ес! – радостно ответил Ес, надеясь, что он первым обнаружит остатки шоколадки или какой-нибудь другой еды.

Но как друзья ни старались, как ни вынюхивали, как ни проверяли – ни одной самой маленькой крошки, ни одной самой маленькой съедобной капельки они в зубках девочки так и не нашли. Эта хорошенькая девочка очень заботилась о своих зубах и тщательно их чистила перед сном.

– Ничего! – в отчаянии крикнул Кари. – А у тебя?

– Тоже ничего, – уныло сказал Ес, присев на белую и ровную вершину второго нижнего зуба. – Давай посидим здесь до утра. Девочка позавтракает, пойдёт в садик, и мы найдём себе работу. Главное, чтобы успеть до вечера хоть немного порыть.

– Конечно, неохота куда-то уходить. Но ты представляешь, что с нами будет, если девчонка подумает почистить с утра зубы? – спросил Кари.

О, нет! – вздрогнул Ес. Бежим отсюда быстрее. Если уж она вечером чистит зубы, то утром точно не забудет. Только зубной щетки нам не хватало с намазанной на неё противной зубной пастой.

И друзья поспешили покинуть спальню девочки.

– Здесь, в этом же подъезде, живет один мальчик, вспомнил Кари. – Если я не ошибаюсь, именно его ругала мама за то, что он забывает чистить зубы по утрам. Побегали к нему?

– Ну, надо же кого-то пайти, – вздохнул Ес.

Уже рассвело, когда Кари и Ес добрались до кровати этого мальчика. И только они собрались залезть к нему в рот, как в комнате его родителей зазвенел будильник.

– Вставай, малыш, – сказала мама, целуя мальчика в щеку. – Вставай, мое солнышко. Что мы сейчас будем делать?

– Чистить зубки, – сказал мальчик сонным голосом.

Кари и Еса как ветром сдуло.

– Ужасная ночь! Ужасное утро! Как нам не повезло! – закричали Кари и Ес хором. – Неужели не найдется ни одного ребёнка, который ленится чистить зубы?

И вдруг они услышали крик из соседнего окошка.

Не хочу чистить зубы. Не буду чистить зубы. Они чистые!

– Побсжали! – сказал Кари Есу.

– Главное, чтобы мальчишка маму не послушался! – радовался Ес.

Сказка, которую рассказывают при чистке зубов

Жили-были в ротике-домике маленькие зубки.

И было их

Открывайся, ротик-домик! ... один, два, три, четыре, пять, шесть, семь...

Решили зубки позвать к себе в гости щетку:

А щётка позвала с собой пасту и стаканчик с водой.

Пришли они, стали с каждым зубиком здороваться.

Каждый зубик потёрла щетка своими щетинками то с одного боку, то с другого, и спинку тоже.

Зубкам щекотно, они смеются.

После щетки пришла водичка ополоснула каждый зубик.

Стали зубки чистые и блестящие.

Тут и сказочке конец.

А у того, кто её слушал, зубки будут крепкие и здоровые!

11. Огрызается на родителей

В эту тему вошла «Сказка о пропавшей улыбке».

Дополните её деталями из жизни своего ребёнка и расскажите ему перед сном.

Вспышки гнева и недовольства у детей – довольно распространённое явление. Ребёнок может начать злиться и даже кричать, когда мы чем-то его обидели, не выполнили какое-либо своё обещание, не разрешили ему пойти гулять, или поиграть с другом и т.п. Дети дошкольного возраста часто просто не знают другого способа выражения своих чувств. Им трудно подобрать правильные слова. Они не могут сказать, например: «Я рассердился на тебя за то, что...». Но человеку в любом возрасте необходимо как-то избавляться от накопившихся эмоций. Поэтому дети выражают свои чувства, возможно, единственно известным им и самым простым способом – с помощью грубости.

Слова, выражающие гнев, досаду, недовольство, раздражение, имеют очень сильную эмоциональную окраску. Потому-то маленькие дети и выделяют такие слова из общего потока услышанной от нас речи. И начинают активно ими пользоваться.

Конечно, слышать такое от родного ребёнка очень тяжело и неприятно. И мы обычно запрещаем малышу так

с нами разговаривать. Но увещевания и нотации часто не дают стойкого эффекта. Тем более, что ребёнку нужно время от времени выплёскивать наружу свои эмоции. Иначе он найдёт другие способы для этого: начнёт драться, кусаться или вовсе полностью игнорировать родителей.

Чтобы справиться с этой проблемой, необходимо разобраться, что стоит за такой формой общения.

Иногда грубость в общении со взрослыми – это проявление собственного бессилия. Вель ребёнок полностью зависит от родителей во всём. Он понимает, что не может обойтись без нас, но, в то же время, хочет стать более самостоятельным и освободиться от нашего влияния. В этой ситуации стоит проанализировать наше отношение к ребёнку. Возможно, мы сильно опекаем его, лишая самостоятельности.

Ещё одной причиной грубого поведения ребёнка может быть какой-то постоянный источник напряжения. Например, брат или сестра. Ребёнок начинает ревновать и с помощью грубости протестует против недостатка внимания со стороны родителей.

Возможно, малыш начал грубить после какого-то определённого события, которое произвело на него неизгладимое впечатление, и ему трудно справиться со своими чувствами. В этом случае грубость – это просьба о помощи. Постарайтесь выяснить, что беспокоит ребёнка, и вместе решить проблему.

Не спешите воспринимать плохие слова ребёнка как оскорбление в ваш адрес. Относитесь к этому спокойно и научите малыша адекватным способам выражения отрицательных эмоций.

Если ребёнок сказал вам: «Уходи! Я тебя ненавижу!», «Ты плохая!», «Ты дура!» и т.п., попросите его рассказать,

что его так огорчило и разозлило. Предложите ему вместо подобных фраз говорить: «Я на тебя обиделся!», «Я на тебя разозлился!» или «Мне не нравится, когда ты делаешь...».

Дайте понять ребёнку, что понимаете его. Понимаете его переживания. Но попросите выразить гнев другими словами.

Обязательно обратите внимание на свою собственную речь и на речь окружающих ребёнка людей. Как вы сами выражаете свои негативные эмоции? С помощью каких слов? С кем общается ребёнок, какие передачи смотрит по телевизору? Дети – отличные имитаторы. Они полностью копируют нас, взрослых. И произносят те слова, которые слышат в повседневной жизни. Многие люди привыкли выражать свои потребности и оценки в грубой форме. Если мы часто говорим: «Я ненавижу, когда так поступают», «Я ненавижу такого-то человека» и т.п. То не стоит удивляться, что скоро ребёнок скажет это и нам.

Давайте воспользуемся умением и стремлением ребёнка подражать нам и научим его выражать своё недовольство другими способами. Когда малыш скажет нам очередную грубость, вместо того, чтобы обижаться, лучше перефразируем его слова: «Ты на меня злишься? Ты расстроился, что я не купила тебе машинку». Малыш услышит, что можно выразить свой гнев иначе, и, скорее всего, в будущем употребит другие слова.

Дети в своих поступках и словах ориентируются на значимых для себя людей, то есть в первую очередь на родителей. И если мы в общении с ребёнком будем избегать грубых слов и нежелательных поступков, если окружим малыша вниманием, заботой и любовью, то избежим многих проблем в дальнейшем.

Сказка о пропавшей улыбке

Дина Трушина

Жили-были где-то далеко мама Катя и дочка Сашенька. И было дочке три с половиной года. Росла Сашенька очень хорошей девочкой, и все её любили. Особенно когда она улыбалась. Казалось, даже солнышко светит ярче. Все и всегда радовались этой девочке, и всё ей было можно. Но вот что из этого получилось.

Как-то осенью пошли мама с Сашенькой гулять в парк. Вдруг Саша увидела, что недалеко продается мороженое, и требовательно сказала: «Хочу мороженого! Купи!». Но мама Катя не захотела покупать: «У тебя горлышко немножко красное, ты можешь опять заболеть», – сказала она. Саша не привыкла, что ей отказывают, разозлилась и громко сказала: «Ты нехорошая, плохая мама!» – а лицо у неё стало противным и капризным.

Рядом на скамейке сидела старушка, с виду обыкновенная, совсем как твоя бабушка. Не выдержала она и сказала девочке: «Разве можно так говорить с мамой!» Но девочка ей ответила: «Не твоё дело, бабка! Моя мама, что хочу, то и говорю!» А бабушка эта была не просто старушка, а фея – не злая и не добрая, а очень справедливая. И решила она проучить девочку, чтобы она больше никогда не обижала свою маму. Она направила свой волшебный зонтик на Сашу и прошептала волшебные слова:

*«Кто обидит свою маму,
станет злым и некрасивым,
Но когда ты станешь лучше,
расколдую я тебя...»*

Расстроенная таким невежливым Сашиним поведением, мама Катя ничего не заметила и повела дочку домой. А Сашенька разучилась смеяться и улыбаться.

Повела мама дочку гулять. Все дети играют, смеются, а Саша рядом стоит, грустная-грустная...

Повёз папа дочку в цирк. По арене бегают веселые клоуны, смешат публику, дети веселятся, хлопают в ладоши, а у Сашеньки ротик совсем не хочет улыбаться. И какая-то она некрасивая, сердитая. Забеспокоились родители – что с ребёнком случилось? Стали они ей рассказывать веселые стихи и сказки, стали сами смешить дочку – а она, как Немеяна, грустит и плачет.

Прошла зима. Однажды весной мама снова повела Сашу гулять в парк. Сели они на скамейку, на которой уже отдыхал какой-то старичок. Наверное, тоже волшебный. Сашенька сидит, скучает, из глаз слезы катятся. «Почему Ваша девочка такая грустная?» – тихонько спросил старичок у мамы Кати. Мама вздохнула и рассказала, что раньше дочка была веселая, но однажды обидела маму и разучилась веселиться и улыбаться. «Вашему горю можно помочь», – сказал старичок. – «Пусть девочка научится делать добрые дела – улыбка и вернется».

Решила девочка делать добрые дела, а как не знает. «Мама, научи, как делать добрые дела», – попросила она маму. И стала мама ей подсказывать.

Однажды на прогулке какой-то малыш упал и заплакал. Саша подбежала к нему, подняла с земли, огрызнула одеж-

ду и руки и сказала: «Не плачь, все пройдет». Мама малыша сказала ей, что она умница. И Сашенька немного улыбнулась. В другой раз девочка сама взяла тряпку и вытерла колеса велосипеда после улицы. Папа очень удивился и похвалил дочку - и ещё немножко вернулась к Саше улыбка. Девочка очень старалась - помогала маме мыть посуду, убирала на место свои игрушки, делилась с малышами в песочнице формочками и всегда говорила только хорошие слова. Мама очень радовалась, глядя на Сашеньку, но улыбка пока не возвращалась насовсем, а только на минуточку.

Когда Саша и мама гуляли в парке, неожиданно встретились та самая старушка, которая заколдовала девочку. Но Саша теперь стала хорошей и поздоровалась со старушкой. «Как тебя зовут?», - спросила фея. «Саша», - ответила девочка. - «А Вас как зовут?». «Марья Ивановна». Мама тоже познакомилась с феей и рассказала ей о Сашиной беде, о том, что пока не возвращается Сашина улыбка. Старушка спросила, не обижает ли девочка маму и папу. «Никогда!» - сказала мама. Фея поняла, что Саша опять стала хорошей девочкой, и решила расколдовать её. Она сказала Саше: «Сейчас к тебе вернется твоя улыбка, но не забывай, что она иногда теряется». С этими словами фея направила на девочку свой волшебный зонтик и прошептала волшебные слова:

*«Стала, Саша, ты хорошей,
Любишь всех и помогаешь.
И за это, Александра,
Расколдую я тебя...»*

Так улыбка вернулась на красное Сашино личико. А мама, прощаясь, тихо шепнула старушке: «Спасибо!»

12. Обожает сладкое

В эту тему вошли две сказки: «Сказка про страну сладких булок», «Сладкоежки и Сладкоёжки».

Подберите сказку наиболее подходящую вашему малышу. Дополните её деталями из жизни вашего ребёнка и расскажите ему.

Многие люди любят сладкое. А дети – особенно! Сладости нужны ребёнку для роста и развития, но старайтесь давать ребёнку полезные сладости: сухофрукты, мёд (если на него нет аллергии), фрукты, овощи, ягоды, орехи, сладкие творожки и сырки, каши.

Если вы решили полакомиться тортом, булочками или печеньем, то будет лучше, если вы их приготовите сами из натуральных продуктов и вместе с малышом. Также в домашних условиях можно сделать мороженое, полезные и натуральные йогурты, творог. Варите варенье и компоты, кисель, какао – всё это сладкие, но одновременно полезные продукты.

Предупредите родственников и знакомых, чтобы в поларок малышу они приносили не конфеты, а например, фрукты.

Во избежание соблазна уступить просьбам малыша дать ему шоколадку или конфету, старайтесь не держать эти сладости дома, а покупать их только к праздникам.

Если родители обожают шоколадные конфеты, то в этом случае бесполезно объяснять малышу, что много сладкого есть вредно. Измените свой рацион и ребёнок последует вашему примеру.

Заранее договаривайтесь с малышом и давайте ему сладости не вместо, а после еды. Как известно, на голодный желудок можно съесть и целую шоколадку, а после еды достаточно будет пары кусочков.

И постарайтесь сделать жизнь малыша сладкой, тогда и много сладостей в качестве питания ему не потребуется!

Сказка про страну сладких булок

Марина Мосина

Однажды бабушка привезла Васе две большие сладкие булки с маком. Вася съел одну и стал просить вторую. А мама говорит:

– Хватит. Ты одну съел, больше нельзя – объешься.

Вася стал хныкать. Хныкал, хныкал, устал и незаметно уснул. Дело-то было после обеда. И приснился ему удивительный сон. Будто идет он по дороге и вдруг видит высокую каменную стену. А в стене – ворота. Над ними надпись большими буквами: «Страна сладких булок». Ворота открыты. Ну Вася и зашел.

А у ворот прилавок стоит, полный сладких булочек, пирожных, печенья, пряников всяких. За прилавком – продавщица, на Васю смотрит и спрашивает:

– Мальчик, хочешь булочку?

– Хочу, только у меня нет с собой денег.

А мы не за деньги продаем, а за желания, – говорит продавщица.

– Как это за желания? – удивился Вася.

– Очень просто. У тебя есть какое-нибудь желание?

– Есть. Я хочу научиться хорошо читать.

– Ну вот, откажись от этого желания и получишь булку или пряник – что хочешь.

Вася подумал:

– Вель читать мне не обязательно прямо сейчас учиться, успею ещё, а вот булочку съесть хочется сию минуту.

Он и говорит:

Ладно, отказываюсь.

Получил Вася свою булочку с маком и шоколадной глазурью и пошёл дальше. В стране сладких булок всё такое интересное и красивое: деревья, цветы, детские площадки с качелями, домиками, горками, лесенками. Вася всё посмотрел, везде полазил. Опять есть захотел. Видит – ещё один прилавок со сладостями. Он подошел.

Продавщица спрашивает:

– Хочешь булочку?

– Хочу. Только денег у меня нет.

– А мы не за деньги продаем, а за умения.

– Как это – за умения? – не понял Вася.

– Очень просто. Что ты умеешь?

Да многое, задумался Вася. – Бегать умею, прыгать, на велосипеде кататься...

– Откажись от какого-нибудь одного умения и получишь любую булку.

– Хорошо, – говорит Вася, – отказываюсь от умения кататься на велосипеде.

Получил Вася булку с повидлом, съел её. А потом спрашивает у продавщицы:

– А почему здесь детей нет? Поиграть не с кем.

Продавщица отвечает:

А дети вон там, в парке.

Вася пошел в парк и видит: дети не бегают, не прыгают, не играют, а лежат неподвижно на скамейках, на траве. Некоторые на каруселях катаются. И все толстые-претолстые.

Вася остановился и говорит:

- Ребята, чего вы лежите? Давайте поиграем, побегаем.

А дети даже не пошевелились, только глазами повели в его сторону и отвечают:

- Мы не можем. Мы отказались от желания играть. И от умения бегать и прыгать тоже.

- Как? - удивился Вася. - Совсем не можете???

Тут Вася понял, что происходит с детьми в Стране сладких булок. Они постепенно отказываются от всех своих желаний и умений, толстеют, становятся совсем беспомощными. Ему стало страшно.

- Вам надо бежать отсюда! Скорее! - закричал он.

- Так мы же не можем бегать, - вяло ответили сразу несколько человек. Остальные даже не взглянули на него.

Тогда Вася отцепил от каруселей самую вместительную тележку, посадил туда сразу несколько человек, впрягся в неё и бегом потащил к выходу. Увидев, что дети хотят убежать, к ним со всех сторон устремились продавщицы с лотками, полными всяческих сладких слоек, язычков, коврижек, рогаликов и пончиков. Они стали наперсбой предлагать все это детям. Конечно, для того, чтобы получить все эти вкусности, надо было отказаться от желания покинуть страну сладких булок.

Но Вася, даже не отвечая продавщицам, припустил что было мочи. Он понял, что останавливаться нельзя: кое-кто из его пассажиров готов был поддаться на уговоры.

К вечеру Вася, запряженный в тележку, наконец-то вырвался из этой злосчастной страны. Только миновав ворота, он остановился, чтобы перевести дух. Очень хотелось есть и пить. Дети в тележке тоже начали жаловаться на голод и жажду. Вася оглянулся вокруг и увидел вдали деревню. Он

снова впрягся в тележку и потащил её к этой деревне. Там он постучался в один из домов. Открыла дверь старенькая бабуля.

– Что вам, ребятки? - спросила она.

– Нет ли у вас работы для нас? Мы готовы работать за еду, - сказал Вася.

– Есть работа, как ей не быть в деревне-то, – ответила бабуля. - Нужно грядки прополоть, дрова наколоть, воды принести, в доме прибрать. Я-то уже старая, трудно мне одной все успеть.

– Вылезайте! – скомандовал Вася.

Толстые дети повздыхали, покряхтели, а лезть куда, кушать-то хочется. Доковыляли до грядок, начали полоть. К счастью, от умения полоть они ещё не успели отказать. Все грядки пропололи. Проголодались – сил нет. Тогда хозяйка дала им морковки, капусты, огурцов, чеснока, зелени, хлеба черного. Они поели, водой из колодца запили и почувствовали себя намного лучше. Отдохнули и стали дальше работать. Прожили они у доброй бабули целую неделю. Похудели, окрепли. Все желания и умения к ним вернулись.

Попросили напрокат большую телегу и отправились в страну сладких булок – остальных детей выручать. Забрали всех, привезли к той же бабушке. Она всех к себе взяла, всем работу нашла, всех овощами и фруктам кормить стала. Дети за несколько дней выздоровели, стали снова сильные, подвижные, ловкие, веселые.

Проснулся Вася, подвинулся своему сну и решил: «Надо сладкое есть лишь понемногу и только изредка. А то, действительно, вдруг попаду в страну сладких булок».

Сладкоежки и сладкоёжки

Дмитрий Соколов

Мы обычно думаем, что большие существа могут съесть маленьких. Это бывает так, а бывает наоборот! Бывают маленькие существа, которые могут съесть больших изнутри!

Вот в одной сладкой-пресладкой, просто даже липкой, стране жили сладкоежки и сладкоёжки. Сладкоежки были большими, у них были руки, ноги, голова. Выглядели они совсем как люди, только ужасно любили всё сладкое. Целыми днями они ели шоколад, конфеты и всякие сладости.

И никто не знал, почему же сладкоёжки так любили эти сладкие продукты так, что даже не слушались своих родителей, когда те советовали им есть поменьше сладкого.

А всё дело было в том, что в этих сладких продуктах жили сладкоёжки. Они были очень-очень маленькие, но очень прожорливые. Вы спросите: а чем же они питались? А питались они сладкоежками. Они очень любили сладкоёжек и специально для этого научились казаться сладкими. Сладкоежки кушали сладкоёжек. А сладкоёжки кушали сладкоёжек, когда попадали к ним в животики. Даже ещё не в животики, а в ротики – потому что они очень любили сладкоёжечьи зубы. Как только малюсенькие сладкоёжки попадали со сладостями в рот какого-нибудь сладкоежки, так сразу начинали там грызть его зубы. Да-да, не удивляйтесь!

Поэтому у сладкоежек часто болели зубы и поэтому родители просили их есть поменьше сладкого. У тех, кто кушал сладкого очень много, сладкоёжки съедали зубы подчистую! Вот такая была страна – сладкая, да несладкая.

Сладкоёжки – хитрый и опасный народ! Будьте с ними осторожней!

Вот и сказке конец, а кто понял – молодец!

13. Не любит рано вставать

В этой теме вы познакомитесь со сказкой «Про кузнечика Кузю». Расскажите её малышу перед сном.

Разбудить ребёнка утром порой бывает очень тяжело. Проблема эта кажется небольшой, но она доставляет немало хлопот. Родителям приходится тратить драгоценное утреннее время на уговоры, успокоение, одевание малыша. Возможны и более серьёзные неприятности – опоздание на работу, ссоры в семье, нервозность в отношениях между детьми и родителями.

Чаще всего эта проблема возникает при резком изменении привычного распорядка дня. Например, малыш начал ходить в детский сад, ясли или в спортивную секцию. Поэтому необходимо заблаговременно выяснить, во сколько нужно туда приходить, чтобы заранее дома придерживаться такого же распорядка. Тогда ребёнок безболезненно перейдёт на новый режим дня.

Ребёнку необходимо высыпаться. Постарайтесь выяснить, сколько часов для сна нужно вашему малышу, чтобы он был весёлым и бодрым в течение дня. И выработайте индивидуальное расписание, которое устроит всех членов семьи. Затем постепенно подстройте ночной сон под это расписание.

Необходимо учитывать и индивидуальные жизненные ритмы, заложенные в каждый организм. Это основа человеческого здоровья! Понаблюдайте за ребёнком и его жизненным ритмом. Когда он лучше засыпает – вечером или ближе к ночи? Как легко он просыпается по утрам? «Жаворонок» он или «Сова»? Для психического благополучия ребёнка нужно подобрать ему такой распорядок дня, который бы максимально соответствовал его суточному ритму.

При пробуждении будьте ласковы с малышом. Можно тихонько включить спокойную классическую музыку или даже любимые мультфильмы. Это поднимет настроение малышу и поможет проснуться.

Но не стоит будить ребёнка громким голосом, включать яркий свет, громкую музыку, торопить его, стягивать одеяло и т.п. Резкое пробуждение может напугать ребёнка и нанести ему психологическую травму, испортить отношения между вами. Наоборот, будите спокойно минут на 10 раньше, чем это нужно, чтобы пробуждение было постепенным. Особенно это необходимо детям-«совам».

Попробуйте каждое утро ласковым и радостным тоном рассказывать малышу, пока он ещё лежит в своей постели, какие весёлые дела его ждут сегодня: что ему нужно будет сделать, куда сходить и как это всё у него будет здорово получаться. А вечером, перед сном, обязательно подведите итоги дня. Поблагодарите ребёнка за все выполненные дела и поручения, похвалите за все добрые поступки. Скажите ему, что вы им гордитесь и очень любите. Тогда малыш каждый день будет стараться выполнить как можно больше добрых и полезных дел, чтобы порадовать вас! А для этого ему нужно будет вставать пораньше.

Не забывайте о своём личном примере. Если кто-нибудь

из родителей каждое утро встаёт с трудом, жалуясь на усталость и нежелание подниматься с постели, то бесполезно чего-то требовать от малыша. Вставайте сами пораньше, умойтесь, оденьтесь. Ребёнок не должен видеть суеты и спешку каждое утро. Наоборот размеренная утренняя обстановка в семье поможет малышу настроиться на новый день.

Будьте достойным примером для ребёнка. Начинайте утро спокойно и радостно – это залог успешного дня, как для вас, так и для малыша!

Про кузнечика Кузю

Людмила Цвирко

На одной зелёной полянке в лесу жил-был кузнечик Кузя. Как-то раз мама сказала Кузе:

– Каждый кузнечик на земле может стать волшебником, если будет делать волшебные дела. Но, чтобы успеть сделать много дел, нужно рано вставать – вместе с солнышком!

– А как я узнаю, что стал волшебником, что совершил волшебный поступок? – удивлённо спросил кузнечик.

Узнаешь! – улыбнулась мама.

Кузя не любил рано вставать, но на другой день вскопил рано на ножки чуть свет и куда-то поскакал.

– Прыг, прыг! Вот я уже у муравейника! – веселился Кузя.

Привет, муравей! Ты куда идешь? – спросил он у запыхавшегося муравья.

– Мне сегодня нужно принести веточку, я хочу укрепить свой домик, – ответил тот.

– Можно и мне с тобой? Я хочу помочь! – обрадовался кузнечик и поскакал вслед за муравьём.

Они пришли на полянку, где лежали сухие веточки. Муравей быстро полз, но всё же, в сравнении с Кузей, – очень медленно. Ведь кузнечик быстро скачет: прыг-скок – и уже там, где пужно.

Муравей с трудом поднял маленькую веточку и потащил её к домику. Он так устал, что еле её донес. А Кузя взял сразу 10 веточек: прыг, прыг и обогнал муравья.

– Ну вот, теперь я смогу укрепить свой домик, – сказал муравей.

– А вот тебе ещё 10 веточек! – сказал кузнечик.

– Вот это да! Ты принес так много! Мне бы пришлось за этими веточками 10 дней ходить на полянку, а ты за один раз их принёс. Да ты просто волшебник! – удивился муравей.

А Кузя тем временем поскакал дальше.

– Неужели я, и вправду, волшебник? – думал он, пока не очутился на другой полянке.

– Как здесь красиво! – застрекотал кузнечик. – Раз я волшебник, значит, всё крутом волшебное: и цветы, и бабочки, и пчелки!

Тут Кузя услышал чей-то плач. Под травинкой сидела маленькая Божья коровка и плакала.

– Ты чего плачешь, – спросил её Кузя.

– Я заблудилась и потеряла маму, – сказала Божья коровка и заплакала пуще прежнего.

– Не плачь! Я ведь волшебник, я помогу тебе найти маму! – сказал кузнечик. – Садись ко мне на плечи!

Обскакал он с Божьей коровкой всю полянку, но так и не нашёл маму малышки.

– Ну вот, похвастался, что я волшебник. А, оказывается, никакой я не волшебник. – расстроился Кузя. Решил он ещё раз всё осмотреть.

Рядом с полянкой стояли берёзки, и на листочке одной из них он заметил красное пятнышко. Кузя прыгнул к веточке, которая склонилась к самой земле, и увидел Божью коровку.

– Здравствуй, Божья коровка, что ты тут делаешь?

– Хочу забраться повыше на берёзку, чтоб увидеть мою маленькую дочку. Она потерялась, и я никак не могу её найти.

– Так вот она! – весело сказал кузнечик, показывая свою спину.

– Ой! – обрадовалась мама-Божья коровка и обняла свою малышку.

– Мама, – сказала маленькая Божья коровка, – это волшебник Кузя! Познакомься!

– Спасибо тебе, волшебник Кузя, огромное! – поблагодарила кузнечика мама-Божья коровка.

А кузнечик поскакал дальше. В этот день он ещё поиграл с бабочкой, помог пчёлке донести мёд, а осе – выбраться из лужи.

Вечером прискакал он домой и сказал маме:

– Я сделал так много дел! И все, кому я помогал, меня называли волшебником!

– Это потому, – ответила ему мама, глядя по голове, – что ты сегодня рано встал.

– Завтра я встану ещё раньше и сделаю ещё больше волшебных дел! – сказал Кузя и уснул сладким сном.

С тех пор он всегда вставал рано, вместе с солнышком. Ведь волшебники потому и творят много волшебных дел, что встают вместе с солнцем.

14. Не любит одеваться

В этот раздел включены две сказки: «Как Егорка одевался», «Как Ваня научился одеваться».

Выберите ту сказку, которая больше всего подойдёт для вашего ребёнка и расскажите её перед сном. А может быть, он с радостью послушает обе и сделает для себя соответствующий вывод!

Обычно на одевание ребёнка уходит много времени, особенно, если он сопротивляется и не желает одеваться.

Самое первое, что необходимо сделать в такой ситуации, это тщательно продумать гардероб малыша. Выбирайте одежду, которую легко надевать. Одежду с небольшим количеством пуговиц и кнопок. Хотя кнопки предпочтительнее, так как ребёнок сможет их сам расстёгивать, а потом и застёгивать. Горловина у маек, футболок и свитеров должна быть широкой и хорошо тянуться. Подбирая одежду, подумайте, сможете ли вы легко надеть её на движущегося малыша. Ведь редкий ребёнок согласится спокойно сидеть, пока его одсвают.

Превратите одевание в занимательную игру, чтобы у ребёнка это занятие вызывало положительные эмоции и ассоциировалось с чем-то приятным и интересным. Предложите малышу стать волшебником или его любимым ска-

зочным героем, который собирается на подвиги. И для этого ему нужно хорошо и правильно одеться.

Напевайте песенку про одежду, которую в данный момент одеваете. Сочиняйте на ходу слова и мелодию. Пусть малыш присоединится к вам.

Поиграйте в прятки. Заглядывая в пустые рукава свитера, спросите: «Где же наши ручки? Нет их нигде...». Малыш просунет руки: «Вот они наши ручки! Здравствуйтесь ручки. Мы очень рады вас видеть!». Затем также наденьте штанишки.

Попутно обучайте малыша: «Вот мы обули правую ножку, а теперь обуем левую ножку», «Вот один рукав курточки запрыгнул на правую ручку, а теперь другой скользнул на левую!», «Правую варежку оденем на правую ручку, левую варежку — на левую». Одевая перчатки, называйте пальчики, распределяя их по своим «домикам»: большой, указательный, средний, безымянный, мизинчик.

Называйте цвета одежды: «Сейчас мы будем надевать бирюзовую кофточку и белые колготки», «Какая красивая розовая куртка у тебя! Давай-ка скорее её наденем». «Смотри, какие полоски на этом свитере. Где красная полоска? А где синяя?» — пока ребёнок ищет нужную полоску, вы сможете быстро застегнуть пуговицы или одеть что-то ещё. Главное, что бы малыш был чем-то занят.

Если вам мешают его руки, предложите ему такую игру: «А где у мамы ротик? А где носик? Ну-ка покажи!». Можно отвлечь какой-нибудь игрушкой или поставить малыша у окна — там столько всего интересного! Спросите, что происходит на улице: какого цвета, или какой марки проехала машина, какие деревья растут за окном...

Учите малыша одеваться самостоятельно. Показывайте

предметы одежды, называйте их и рассказывайте, как их правильно надевать. Можно одеваться вместе. Разложите свои вещи и вещи ребёнка и надевайте их вместе, предмет за предметом. Можно устроить соревнование – кто быстрее оденется.

Ребёнку до четырёх лет может понадобиться ваша помощь. Не отказывайте ему в этом. Предложите: «Давай ты наденешь рубашку, а я помогу тебе её застегнуть».

Если малыш убегает от вас и не хочет одеваться, поиграйте с ним в игру «Ку-ку». Спрячьтесь за детской майкой и подглядывайте в горловину за ребёнком, приговаривая «Ку-ку! А я здесь!». Малыш подойдёт к вам и захочет взглянуть на ваше прячущееся лицо. В этот момент быстро наденьте на него майку.

Если у вас есть время, можно поиграть в догонялки с малышом: «Если я тебя поймаю, то мы наденем колготки. А теперь, если поймаю, надену на тебя штанишки!».

Обязательно предоставляйте ребёнку право выбора одежды. В магазине спрашивайте его мнение, какие брюки ему купить – чёрные или синие; сколько колготок – одни или трое; а юбку – розовую или голубую? К трём-четырёх годам ребёнку, как правило, уже небезразлично, в чём он одет и, что ему купить. Учитывайте его мнение, уважайте его.

Дома также предложите ребёнку несколько вариантов одежды, и пусть он сам выберет, что ему хочется сегодня надеть. Даже если выбор малыша будет вам не по вкусу – соглашайтесь с ним. Главное, чтобы он оделся самостоятельно и без лишних хлопот. Нужно только проследить, чтобы одежда соответствовала сезону.

Что бы ребёнок проявлял большую самостоятельность

и мог сам одеваться на прогулку. нарисуйте или напишите (если он уже умеет читать) таблицу с перечнем одежды. Расположите вещи в том порядке, в каком их следует надеть: колготки, брюки, свитер, шапка, куртка, шарф, варежки и т.п. В этом случае малыш не будет лишним раз беспокоить вас и почувствует себя взрослым. Это придаст ему уверенности, ведь теперь он может это делать САМ!

Конечно, сборы на прогулку или в гости часто отнимают много времени, сил и даже нервов. Но старайтесь не ругать ребёнка, не срывать на нём свой гнев. Он ещё слишком мал, чтобы быть в чём-то виноватым перед нами.

Пройдёт немного времени, и он научится всё делать легко и быстро. И чем спокойнее и радостнее будут ваши сборы, тем быстрее наступит этот долгожданный момент!

Как Егорка одевался

Татьяна Холкина

– Егорка, пойдем гулять, – позвала как-то утром мама Егора.

Егорка очень любил гулять, но не любил одеваться.

– Мама, одень меня, у меня ручки не умеют, они маленькие, – просит он.

– Ты сам большой, а ручки маленькие? – удивилась мама. Вот тебе штанишки, вот носочки, вот свитер, перчатки и ботинки – одевайся сам! А мне некогда!

А Егор как ходил в трусиках по комнате, так и ходит.

– Егорка, одевайся, гулять пора, – говорит мама.

– У меня не получается, – жалуется Егор.

Тут ручки Егоркины обиделись на него и давай сами одеваться, быстро-быстро! И так спешили, что все перепутали: штаны на голову надели, вместо штанов – свитер, носочки и ботинки – на руки, перчатки на ноги натянули. Вместо пояса – шарф. А шапку вообще в рукаве забыли.

Мама засмеялась над ним. Глянул Егорка на себя в зеркало, и ему стыдно стало – как он в таком виде на улицу пойдет? Скорее снял он с себя все это безобразие и правильно надел, сам, да так быстро и аккуратно, что сам удивился – оказывается, умею!

Как Ваня научился одеваться

*По мотивам сказки
Марины Мосиной*

Жил-был на свете мальчик по имени Ваня. Он очень любил гулять с ребятами во дворе. Они придумывали разные интересные игры, и им всегда было очень весело вместе. А ещё во двор часто приходила играть девочка Оля. У неё были большие красивые голубые глаза и вьющиеся волосы. Ване она очень нравилась, и он хотел подружиться с ней. Вот только Оля не обращала на него внимания.

Однажды Ваня, Оля и другие дети играли на детской площадке. Вдруг из-за леса появился Змей Горыныч. Он пролетел над детской площадкой совсем низко, на лету схватил Олю и снова полетел к лесу.

Что делать? Надо идти спасать Олю! Ваня и Серёжа вскочили на свои велосипеды и помчались в погоню. Все звери и птицы охотно подсказывали им, куда полетел змей. Ваня и Серёжа мчались во весь дух.

Вдруг на их пути – речка. Не очень широкая, но ни моста, ни брода нет. Серёжа спрягал свой велосипед в кустах, быстро снял брюки, рубашку, носки и ботинки и прыгнул в воду. А Ваня раздеваться не умел. Его мама всегда раздевала, хоть и ворчала, что большой уже. А тут мамы нет. А без неё никак Ваня не может раздеться. Сидит он, плачет. А тем временем Серёжа уже обратно возвращается вместе

с Олей. Змея он победил, Олю освободил, помог ей речку переплыть. Выбрались они на берег, оделись, сели на велосипед и обратно поехали. И сказала Оля, что будет дружить с Серёжей.

А Ваня погоревал-погоревал, а потом стал просить маму научить его раздеваться и одеваться и с тех пор всегда делал это сам. Оля увидела, какой Ваня стал самостоятельный, и тоже стала с ним дружить.

15. Обманывает родителей

В эту тему вошли три сказки: «Сказка про лягушонка Васю», «Как Юля научилась говорить правду», «Дворец Врудей».

Подберите сказку, наиболее подходящую возрасту вашего малыша и прочитайте ему.

С ложью детей когда-нибудь сталкиваются все родители. Причины того, что ребёнок говорит неправду, могут быть самыми разными.

Но, во-первых, следует отличать ложь от простых фантазий малыша. Ведь выдуманные истории не являются ложью в прямом смысле слова, т.к. они не приносят ребёнку никакой осязаемой пользы: не помогают избежать наказаний или что-то получить. У детей, как известно, прекрасно развито воображение. У них живой и любознательный ум. И ребёнку требуется много времени, чтобы уяснить разницу между реальным миром и миром фантазий. До семи лет малыши часто путают, что происходит с ними на самом деле, а что – понарошку. Поэтому реагировать на выдумки ребёнка необходимо спокойно, проявляя искренний интерес к его рассказам. И ни в коем случае нельзя на основе подобных выдумок уличать ребёнка во лжи.

Часто дети фантазируют, выдумывают что-то невероят-

ное, чего не хватает им в повседневной жизни. И в этом случае детская ложь, а точнее фантазия, может передать нам правду о душевном состоянии ребёнка, о его страхах, о том, кем бы он хотел стать и, что хотел бы сделать. Если мы проявим чуткость, то ложь поведаст нам то, что она должна была скрыть.

Чтобы помочь ребёнку провести границу между желаемым и действительным, научитесь использовать информацию, заключённую в его лжи. Например, если малыш сообщает вам, что получил в подарок на новый год живого слонёнка, то не стоит доказывать ему, что он лжёт. Лучше покажите ему, что понимаете его желания: «Я знаю, что ты очень хочешь иметь слонёнка».

Бывает, что малыш заменяет действительность на более привлекательный мир фантазий из-за неблагополучия в эмоциональной жизни, из-за отсутствия доверия к миру и к людям, из-за низкой самооценки и плохого отношения с родителями или сверстниками. Жизнь в этом выдуманном мире приносит ему некоторое успокоение и защищённость. И ложь в этом случае — это мольба о помощи, желание ребёнка привлечь к себе внимание, чтобы вместе преодолеть внутренние трудности и решить проблему.

Ложь может возникнуть и тогда, когда ребёнку предъявляются непосильные для него требования. Он очень боится разочаровать родителей и старается во всём соответствовать их требованиям. И если ребёнок понимает, что не может оправдать наших ожиданий, то начинает обманывать, чтобы приукрасить себя и своё поведение. Ложь в этом случае становится особым защитным механизмом от нашего чрезмерного прессинга. Чтобы изменить ситуацию, постарайтесь укрепить и улучшить взаимоотношения

с ребёнком. Проанализируйте свои ожидания и требования, пусть они будут реально выполнимы для вашего малыша. Не срывайте на ребёнке свою усталость и нетерпение. Не ругайте его и не читайте нотаций. Он должен знать и чувствовать, что вы принимаете и любите его любим: со всеми его достоинствами и недостатками.

Если ребёнка часто наказывают, то он тоже начинает лгать. Он перестаёт доверять родителям и не говорит правды в целях самозащиты.

Очень часто мы сами своим поведением учим ребёнка лгать. Все мы знаем, что врать нехорошо. Но при этом обманываем ребёнка гораздо чаще, чем бы нам хотелось. Иногда даже не задумываясь об этом. Чтобы заставить малыша съесть кашу, мы отвлекаем его и обманным путём засовываем ложку в рот. Чтобы увести его с детской площадки, обещаем купить мороженое, а потом благополучно забываем про это. Говорим ребёнку, что пойдём в выходные в парк, но у нас появляются «неотложные» дела. Оставляя ребёнка в детском саду, говорим: «Иди поиграй. Я здесь рядом посижу», – а сами уходим. И ребёнок перестаёт нам верить, а параллельно учится обманывать сам. Помните поговорку? Как аукнется, так и откликнется. Ребёнок – наше зеркало!

Поэтому, если вы не смогли выполнить обещание, тогда обязательно объясните причину и извинитесь перед малышом. Будьте с ребёнком предельно откровенны и правдивы. Ведь дети очень хорошо разбираются, где правда, а где ложь.

По природе своей дети честны, и на обман, порой, мы провоцируем их сами. Мы требуем от них признаний, устраиваем допросы, задаём вопросы, которые явно по-

влекут за собой ложь. Дети не выносят, когда родители допрашивают их, особенно, если знают, что нам всё заранее известно. Дети не любят вопросов-ловушек, ответом на которые послужит либо неуклюжая ложь, либо неохотное признание в совершенном проступке. Поэтому лучше сразу называть вещи своими именами. Если ребёнок разбил кружку, и вы об этом знаете, то не стоит спрашивать его: «Это ты разбил кружку?». Просто скажите: «Я знаю, что ты разбил кружку. Расскажи, пожалуйста, как это случилось». В этом случае обман со стороны ребёнка исключён. А если вы будете доброжелательны, то ему просто не зачем будет вас обманывать.

Кроме этого, привычку лгать подпитывает наша отрицательная реакция на ложь: беспокойство, гнев. Постарайтесь реагировать как-то иначе. Ведите себя так, будто вы слушаете не своего, а соседского ребёнка. Вы же не будете с ним выяснять, что правда, а что ложь, и просто вежливо поддержите беседу. Можно просто сказать: «Я бы хотел(а) закончить этот разговор, так как мне всё время кажется, что меня обманывают». В этом случае мы не выискиваем ложь ребёнка, а оставляем его наедине с этой ложью.

Когда мы перестанем задавать вопросы, бороться с ложью и реагировать на ребёнка отрицательным вниманием, число обманов сразу сократится.

Если мы хотим воспитать в ребёнке честность, то нам необходимо быть готовыми, порой, выслушать от него горькую и очень неприятную правду. И помочь как-то исправить ситуацию.

Необходимо помнить, что ребёнок будет честен с нами только, когда он:

- доверяет нам;

- не боится нашего гнева и наказаний;
- уверен, что мы поймём, поддержим и поможем ему;
- уверен, что мы на его стороне;

знает, что обсуждать будут не его, а поступок, который нужно исправить.

Исключите причины, порождающие обман, и ребёнок перестанет лгать. Ведь, в основном, дети начинают обманывать, когда им не хватает нашего внимания, любви, заботы. Восполните этот недостаток, и ложь уступит место вашим добрым и искренним отношениям.

Сказка про лягушонка Васю

Людмила Цвирко

Жил-был маленький зелёный лягушонок Вася, который всегда обманывал маму с папой. Они жили в красивом болоте, где было много мошек и комаров. Лягушонок с мамой и папой прыгали с кочки на кочку и ловили их. Вася часто кричал: «Ква-ква! Мама! Папа! Я застрял, спасите меня!» И мама с папой бросали свою лягушачью работу и бежали к Васе, а он смеялся громко-громко: «Ква-ква! Я вас обманул!» И так повторялось изо дня в день.

Однажды лягушонок прыгал, как обычно, с кочки на кочку и зацепился лапкой за веточку. Он стал звать маму с папой на помощь, но мама с папой подумали, что Вася опять их обманывает и не пошли к нему.

До вечера просидел лягушонок на кочке. И как только он ни квакал, как только ни звал, никто к нему не пришёл.

Еле-еле он высвободил лапку и прискакал домой, когда было уже совсем темно. Вася понял, что нельзя обманывать взрослых, и попросил у мамы и папы прощения. А потом он лег спать и уснул счастливым лягушачьим сном. Теперь он был уверен, что если ему нужна будет помощь, мама и папа всегда придут и помогут.

Как Юля научилась говорить правду

Ирина Маниченко

Жила-была девочка Юля. Всем она была хороша, да вот только иногда обманывала маму, папу и ребят во дворе.

И вот однажды пошла Юля в лес с подружками погулять. В лесу подружки разбрелись в разные стороны: кто грибы искал, кто ягоды собирал, а кто просто лесом любовался. Осталась Юля одна. Увидела ягодку-землянику, побежала за ней и случайно сломала сосновую веточку. Вдруг откуда ни возьмись – старичок-лесовичок.

Спрашивает он Юлю: «Это ты, девочка, ветку сломала?»

А Юля ему отвечает: «Что ты, дедушка, не я! Это ветер подул и сломал ветку. А я не ломала».

Не понравилось старичку, что Юля его обманула, и решил он сделать так, чтобы она больше никого не обманывала.

- Угости меня, девочка, ягодками, которые ты насоби- рала, а я тебе взамен волшебную палочку подарю. Она исполняет любые желания, но только после того, как человек правду скажет. Но помни, - сказал старичок, – если ты хоть раз обманешь, палочка исчезнет!

Девочка залюбовалась палочкой и не заметила, как старичок исчез. Она, радостная, побежала домой.

Дома мама спрашивает Юлю: «Ты где была?»

Юля только хотела обмануть по привычке, как вспомнила про палочку и сказала маме: «Я была с подружками в лесу, ягоды собирала».

Потом она побежала к себе в комнату и попросила у палочки большую куклу. Кукла тут же появилась. Юля была в восторге.

«Оказывается, говорить правду совсем не страшно, а наоборот, ещё и очень приятно», – подумала Юля и побежала во двор к ребятам. Ей не терпелось ещё кому-нибудь сказать правду.

С этого дня Юля стала говорить всем только правду, а палочка исполняла все её желания. Юля даже уже не знала, что бы ещё себе попросить. Тогда она решила помогать с помощью палочки другим людям. Сначала она исполняла желания мамы с папой, помогала им. Потом исполнила желания у ребят во дворе. А затем решила помогать всем, кому нужна была помощь.

С тех пор Юля подросла. У неё появилось много добрых хороших друзей. Юля поняла, что многое может делать сама, без палочки. Тогда она решила подарить её соседскому мальчику: «Пусть и он научится говорить правду!»

Дворец врулей

Михаил Андрианов

Иногда случается так, что человек, немножко соврав, с большим трудом может остановиться. Тогда приходится обманывать все больше и больше, аж до самого конца. А ещё бывает, что человек завирается так сильно, что его вранье начинает ему казаться правдой. Вот тут-то бессовестного лжеца и подстергает главная опасность: в любой момент он может незаметно для себя очутиться во дворце врулей.

В этом необычном призрачном дворце все обманы и враки начинают сбываться. Но, очутившись раз в этом дворце, выбраться из него не так просто. Не найдет человек выхода из бесчисленных комнат, пока не станет честным и не сделает все свои обманы правдой.

Впрочем, некоторым, кому нравится обманывать, эту историю можно и не слушать. Ведь они сами могут попасть во дворец и все увидеть своими глазами. Ну, а если кому-то из вас врать не нравится и попадать в эту страну не хочется, то приготовьтесь слушать об удивительных приключениях девочки Лизы.

Лиза была, в общем-то, неплохой девочкой, но иногда, если ей очень было нужно, она могла запросто соврать. А если уж она начинала кого-нибудь обманывать, то остановиться не могла. Как-то раз, выйдя во двор, Лиза увидела у

Маши большую новую куклу. Она была в красном платье, умела ходить за ручку и говорить слово «мама». Увидев такую куклу, Лизе вдруг захотелось соврать, и она заявила Маше, что у неё тоже дома есть точно такая же кукла. Только она намного больше и лучше, потому что может не только говорить и ходить, но и громко плакать.

Не поверила Маша словам Лизы и стала расспрашивать о кукле: какая у неё одежда, когда и кто её купил, где она сейчас лежит и можно ли на эту куклу взглянуть. И тут пришлось Лизе все больше и больше завираться. А когда она совсем завралась, то перед её глазами стали появляться разноцветные большие круги и пятна. Они становились все больше, и вскоре Лиза перестала видеть и слышать. Очнувшись она в незнакомой комнате рядом с огромной куклой.

- Вот это да, – воскликнула Лиза. – Ну, прямо точь-в-точь такая, о какой я Маше наврала.

Не успела Лиза обрадоваться, как вдруг кукла стала очень громко плакать. Сначала Лиза закрыла свои уши, а потом решила убежать из комнаты. Она толкнула дверь, но та оказалась запертой.

- И зачем это я врала, что у меня такая огромная кукла есть, – подумала Лиза. – Что мне теперь делать с ней – такая тяжелая, что даже поиграть с ней нельзя. И тут Лиза искренне подумала:

- Вот увижу Машу, обязательно признаюсь, что про свою большую куклу я ей соврала.

Только Лиза об этом подумала, как кукла стала превращаться в облачко, а потом и вовсе исчезла. Дверь из комнаты сама отворилась, и Лиза, осторожно озираясь по сторонам, прошла в большой безлюдный зал с колоннами. Как только Лиза дошла до середины зала, вдруг неожиданно стало тем-

неть. Лизе сделалось страшновато, потому что на потолке появились какие-то тени, очень похожие на привидения. И тут вспомнила Лиза, как вчера она, хвасталась ребятам в школе, что совсем не боится темноты и что даже темные подвалы с привидениями её не испугают.

А в зале тем временем становилось все темнее и страшнее. Вспомнила Лиза, как кукла исчезла сразу после того, как она решила рассказать Маше правду и сознаться в своем вранье, и тут же решила обмануть темноту:

– Вот встречу ребят, громко сказала она на весь зал, обязательно скажу им всю правду о том, что я очень боюсь темноты и привидений.

Но темнота как будто не услышала её хитрости. В зале с каждой минутой все больше и больше темнело, а одна тень на стене стала даже похожа на зубастое чудовище.

– Что же мне делать, – думала испуганная Лиза, – Как мне избавиться от придуманных мною врак? Может, мне надо исправиться и перестать бояться темноты. Вдруг враки, став правдой, исчезнут. Надо мне сделать так, как будто я никого не обманывала и не боюсь темноты и привидений.

Так Лиза и поступила. Она заставила себя не бояться темноты и принялась ходить по залу, заглядывать в темные углы и дотрагиваться до теней на стенах. Она угадала. Как только её вранье перестало быть враньем и превратилось в правду, темнота сразу же пропала, и в зале снова стало светло. Лизе сильно захотелось домой, она огляделась вокруг и увидела ещё одну дверь.

– Может быть, через эту дверь можно выйти из этого противного дворца, наполненного моими враками, – подумала она.

Но это был не выход. В следующей комнате стоял стол с кастрюлей, тарелкой и ложкой. Заглянула Лиза в кастрюлю, а там самая обыкновенная гречневая каша, которую Лиза терпеть не могла. Каждый раз, когда мама давала ей эту кашу, Лиза незаметно несколько ложек выкидывала в мойку и смывала водой. Маму она при этом каждый раз обманывала, притворяясь, что съела всю кашу и очень наелась. Теперь же вся эта выкинутая каша, про которую она врала, стояла на столе и ждала её. Испугалась Лиза, что кастрюля сейчас к её рукам прилипнет, быстро руки от кастрюли отдернула и бегом к следующей двери, хотела открыть эту дверь, а она заперта. Поняла Лиза, что схитрить ей опять не удастся. Пока всю кашу не съешь, двери ни за что не откроются. Даже заплакать ей захотелось. Но плачь – не плачь, а кашу ей все же пришлось съесть до последней ложки, чтобы её вранье правдой стало и исчезло.

Много комнат ещё пришлось пройти Лизе, и каждый раз приходилось ей исправлять свои давние обманы. А когда все её враки закончились, она открыла последнюю дверь, и перед глазами опять поплыли цветные круги и пятна. Очнувшись, Лиза увидела, что она стоит во дворе, на том же месте, где и стояла, а Маша ей вопрос следующий задает про куклу. Оказалось, что все её долгие приключения во дворце врулей на самом деле были только одним мгновением, и Маша даже совсем не заметила отсутствия Лизы.

И тут Лиза вспомнила то, что пообещала сделать, когда была во дворце врулей. Потупив от стыда глаза, она честно призналась:

– Маша, у меня нет на самом деле никакой большой куклы. Я просто тебя обманула, потому что хотела поиграть с твоей куклой.

– На, играй, мне не жаль, – сказала Маша и протянула Лизе свою куклу.

Так закончилась эта история. Лиза и теперь помнит про дворец врулей и знает, что надо делать, чтобы там не оказаться опять. А всем врунам и лгунам она советует стараться быть честными. Ведь тогда, случись что, комнат с их враками в этом дворце окажется совсем мало.

16. Слишком много смотрит телевизор

В этой теме вы можете прочитать сказку «Прилипчивый телевизор».

Расскажите её ребёнку перед сном или вместо очередного просмотра телевизора.

Наверное, уже ни для кого не секрет, что телевизор оказывает отрицательное влияние как на физическое, так и на психическое здоровье ребёнка, мешает полноценно развиваться его личности, плохо сказывается на формировании его характера. Ведь часто дети смотрят по телевизору передачу за передачей, не отделяя хорошее и полезное, от вредного и ненужного. Они впитывают любую информацию как губка. А что чаще всего «льётся» с наших экранов? Какая информация? Большая часть этой информации просто не предназначена для детских глаз и ушей.

Конечно, мы все про это знаем, нам постоянно твердят о вредном воздействии телевидения психологи и ученые, занимающиеся этим вопросом. Но ведь так удобно включить малышу мультик и идти заниматься своими делами. Ребёнок не хулиганит, не пристаёт, ничего не просит, а спокойно наблюдает за экранной жизнью. Передко, как только ребёнок научается сидеть, родители усаживают его перед экраном. И главным «воспитателем» малыша становится

телевизор.

Но всё, что происходит с ребёнком в раннем детстве, остаётся с ним на всю жизнь. И если с малого возраста он привык «общаться» с телевизионными героями, то потом его будет очень сложно чем-то отвлечь.

У большинства современных детей просмотр телевизора занимает больше времени, чем общение со взрослыми! Телевизор всё больше заменяет беседы и разговоры с родителями, чтение книг, интересные игры, бабушкины сказки. А ведь внутренний мир малыша только начинает складываться и огромную роль в его формировании как раз и играет всё то, что он получает от взрослых: совместные занятия и прогулки, игры, сказки.

Если ребёнок недополучает общения со взрослыми, то это заменяет телевидение. И уже тогда телевизионные воздействия будут формировать душу и ум ребёнка, воспитывать его вкусы и взгляды на мир. Плохо то, что малыш не может выключить телевизор, переключить на другой канал – он смотрит всё подряд. И считает, что всё, что ему преподносится – это истина (тем более, если родители сами любят смотреть телевизор).

Вот некоторые последствия «экранного» образа жизни у малышей:

– Отставание в развитии речи: дети поздно начинают говорить, они мало разговаривают, их речь бедна и примитивна. Некоторые родители считают, что нет никакой разницы, кто говорит с ребёнком – взрослый или мультяшный герой? Но между тем, разница очень большая. Ведь речь – это не подражание чужим словам. Малыш овладевает речью только в живом, непосредственном общении. Он должен не только слушать чужие слова, но и отвечать, вести

диалог. Речь, не обращённая к ребёнку лично, остаётся для него лишь «пустым звуком». Поэтому ребёнок, проводящий много времени перед экраном телевизора, будет предпочитать молчать и изъясняться с помощью жестов или криков. Но речь бывает не только внешней, но и внутренней. Вспоминая какие-либо события, переживая и мечтая, мы всегда ведём внутренний диалог с собой. Поэтому речь – это не только средство общения, но ещё и средство мышления, воображения, средство осознания своего поведения и себя в целом;

– Неспособность к концентрации на каком-либо занятии, незаинтересованность делом, невозможность долго удерживать внимание на каком-либо предмете;

– Сложности в восприятии информации на слух: слышимая речь не вызывает у ребёнка каких-либо образов и впечатлений. Ему трудно читать, т.к. он понимает смысл только отдельных слов и коротких предложений, но не может связать их воедино. А в результате, не понимает прочитанный текст в целом;

– Снижение фантазии и творческой активности: дети теряют способность и желание чем-то себя занять. Не придумывают новых игр, не сочиняют сказки. Им скучно рисовать и придумывать новые сюжеты, проще включить телевизор и получать готовые «развлечения»;

– Повышение детской агрессивности и жестокости. Дети дерутся, бьют, ломают не потому, что они плохие и злые, не ради каких-то целей, а «просто так», просто на душе у них пусто и темно, и хочется острых ощущений.

Но телевизор можно направить и на благо воспитания, если правильно с ним обращаться. И конечно начинать опять-таки нужно с себя. Если родители сами подолгу си-

дят перед экраном и смотрят всё подряд, если телевизор не выключается целый день, а служит постоянным фоном, то вполне понятно желание ребёнка делать также. Мы – главный пример для подражания и непререкаемый авторитет в глазах малыша! Если малыш будет видеть, что его родители постоянно чем-то заняты и получают удовольствие от своей деятельности, то он последует их примеру, и ему некогда будет тратить время на просмотр телевизора.

Старайтесь смотреть только определённые передачи, а в остальное время выключать телевизор. В присутствии малыша избегайте просмотра боевиков, фильмов ужасов, новостей и т.п. Подбирайте для ребёнка мультфильмы и фильмы, которые несут свет и теплоту, учат добру и другим позитивным качествам. Помогайте малышу правильно понимать и осмысливать происходящее на экране, сопереживайте героям фильмов.

Строгие запреты на просмотр телевизора вряд ли помогут. Это вызовет у ребёнка протест и негодование, но не решит проблему. Ведь, как известно, запретный плод сладок, а потому ребёнок либо научится вас обманывать, либо затаит такую обиду, которая воздвигнет между вами поистине непреодолимую преграду.

Постарайтесь воспитать в ребёнке хороший вкус, который научит его выбирать полезные образовательные передачи, книги, игры. Заполните день малыша интересными и разнообразными событиями. Уделяйте ребёнку больше времени и внимания. Если у малыша мало друзей, и он испытывает трудности в общении со сверстниками, помогите ему решить эту проблему и приобрести новых друзей.

Договаривайтесь с ребёнком заранее, какие передачи он будет сегодня смотреть, (можно подчеркнуть их в телепро-

грамме) и строго следуйте намеченному плану. Не поддавайтесь на уговоры малыша «посмотреть ещё что-нибудь». Отвлечите его, предложив иное развлечение, лучше – совместное с вами.

Свободный доступ к телевизору можно предоставлять ребёнку только после семи-восьми лет, когда он научится использовать его по назначению. Когда экран для него будет средством получения полезной информации, а не главным воспитателем в жизни.

Прилипчивый телевизор

Татьяна Холкина

Один мальчик, которого звали Ваня, прилип к телевизору. Сначала родители думали, что он его просто смотрит, но оказалось, что он прилип.

Ваня с утра вскочил и сразу посмотрел мультики про смешариков, потом мультики про котенка Васю, потом какие-то новости, потом кино, ещё мультики, потом передачу про лыжный спорт, про животных, а когда пришла пора идти гулять, выяснилось, что Ваня прилип!

Тянули-тянули Ваню от телевизора, как репку, чуть голову не оторвали. Не отленили.

Пришлось Ване идти гулять вместе с телевизором. На качелях кататься не удобно – телевизор Ваню перевешивает, на горке опасно – вдруг разобьётся! В песочницу мальчик с телевизором не поместился. Стали в догонялки играть – ох как тяжело с телевизором-то бежать!

По лестнице домой Ваня поднимался – стукнулся телевизором о перила, на телевизоре здоровенная шишка вскочила! Стал Ваня умываться – пришлось и телевизор после улицы с мылом вымыть. Вот наказание!

И обедать пришлось вместе с телевизором. Тут выяснилось, что у телевизора рта нет, только всякие маленькие дырочки. Так что сл Ваня одни макароны, в дырочки пропихивал.

Стала мама перед сном Ване книжку читать, а телевизор это не понравилось, он сразу концерт включил с громкой музыкой. Пришлось звук убавить и без книжки засыпать.

Как надоел телевизор Ване!

Назавтра отвели Ваню вместе с телевизором в больницу. Врач его постучал, послушал, программы попереключал, температуру телевизору смерил. Ничего не понял:

– Феноменально! Редчайший случай! Но, – говорит, – мы телевизоры не лечим. Несите его к телемастеру!

Пришлось вести мальчика вместе с телевизором в телемастерскую. А там говорят: «Нет, мы мальчиков не ремонтируем!»

Что же делать? Неужели так и придется всю жизнь с телевизором прожить? У мальчика уже волосы дыбом, как антенны, стоят!

И тут Ваня встретил на улице доброго волшебника.

– Помоги мне, пожалуйста, отлепиться от телевизора, – попросил Ваня.

– Ай-яй-яй, как же это тебя угораздило? – удивился волшебник.

– Ну, я, наверное, слишком много смотрел телевизор, мне все казалось интересным. Помоги мне, пожалуйста, я больше так не буду!

Добрый волшебник сказал волшебные слова «телекыш-телебрысь», и мальчик, наконец, отлип от телевизора!!!

– Ура, – закричал он на всю улицу. – Я свободен! Без телевизора я могу и гулять, и играть, и читать! У меня теперь много времени!

Бги-бегги, – сказал ему добрый волшебник. – Только, пожалуйста, не лиси больше к телевизору. Это очень вредно!

– Ни за что! – пообещал Ваня. – Я теперь знаю, какой он прилипчивый!

17. Не хочет подстригать ногти

Прочитайте малышу сказку «Витя и новые ботинки» перед сном или перед тем, как соберётесь подстричь ему ногти. Дополните сказку деталями из жизни вашего ребёнка.

Пожалуй, большинство маленьких мальчиков и девочек не любят стричь ногти. И по этому поводу в семье нередко разгораются конфликты, слышны бесконечные уговоры, крики протеста и плачь.

Но ногти у детей растут очень быстро, они тонкие, но гибкие и острые. И детям ничего не стоит расцарапать себя или другого человека до крови. К тому же под ними легко скапливается грязь. Поэтому следить за длиной ногтей ребёнка необходимо.

Совсем маленьким детям ногти можно стричь во сне. Обычно сразу после засыпания, сон малыша наиболее крепок, и ребёнок ничего не почувствует, а вы сможете спокойно сделать своё дело, не боясь поранить малыша.

Детям постарше покажите, как стригут ногти на собственном примере. Сначала подстригите ногти себе, чтобы ребёнок это видел, а уж потом – ему. Можно один ноготок подстричь себе, другой – ребёнку. Если малыш продолжает протестовать, показывайте ему постоянно, как вы это де-

лаете. Объясняйте, для чего нужно это делать. Скажите и покажите, что у вас в семье все стригут ногти, что у вас не принято ходить с длинными и грязными ногтями. Предложите малышу «подстричь ногти» детскими ножницами всем его игрушкам. Сводите ребёнка в гости к деткам, которые легко дают стричь ногти.

Как известно, дети воспитываются, подражая во всём родителям и окружающим людям. Подражание – это одно из самых первых умений любого маленького человека, так как оно необходимо ему просто для того, чтобы выжить. Поэтому собственный пример взрослых очень важен для ребёнка практически в любом деле. Если вы будете регулярно стричь ногти себе, не заставляя при этом ребёнка, он обязательно тоже захочет попробовать.

Если малыш захочет принять участие в стрижке своих ногтей, дайте ему старые тупые или пластмассовые детские ножницы – пусть помогает вам!

Попробуйте чем-то отвлечь малыша на время этой процедуры. Например, можно пересчитывать пальчики или рассказывать про каждый пальчик, который стрижёте в данный момент, маленькую сказку, петь песенку. Можно поставить малышу любимый мультфильм или попросить папу, или бабушку почитать ему интересную книгу с красочными иллюстрациями.

Но всё это будет возможно, если ребёнок не боится ножниц и самой этой процедуры. Каждая стрижка ногтей должна приносить малышу радость и оставлять в его памяти приятные воспоминания. Если же это часто происходит со скандалами, запугиваниями, с применением силы, то уговорить или отвлечь малыша будет практически невозможно. В этом случае необходимо сделать перерыв. Дайте ребёнку

время, чтобы стёрлись неприятные воспоминания. Пусть даже некоторое время он походит с нестриженными ногтями. И начинайте всё с начала: с помощью личного примера, понятных объяснений, весёлых игр и сказкотерапии.

Витя и новые ботинки

Авторство неизвестно

Один мальчик – его звали Витя – больше всего на свете не любил стричь ногти. Вернее, этого не любили Витины ножки. Они любили прыгать, бегать, играть в мяч, а ногти стричь – ни в какую! С руками ещё можно было как-то договориться, а с ногами справиться было сложно. Каждый раз, когда мама брала в руки маленькие ножницы, Витины ноги уносили мальчика прочь из комнаты и заставляли залезать под стол. А когда мама вытаскивала его из-под стола, Витя утверждал, что он – черепаха, и прятал ноги в панцирь. А иногда сворачивался клубочком, как ежик, и делал вид, что ног у него нет – одна спина и голова.

Однажды мама так рассердилась, что отказалась Витины ногти стричь. «Буду, – говорит, – ждать, когда ты вырастешь и поумнеешь. И ноги станут тебя слушаться, а не наоборот. А пока ходи, как дикарь!» Витя очень обрадовался, что стал дикарем, и решил постараться не уметь как можно дольше.

И вот проходит день, другой, третий, неделя. Мама слово свое держит. На руках у Вити ногти стрижет, а про ноги и не вспоминает. Здорово! Только через неделю Витя вдруг маме говорит: «Мам, что-то мне ботиночки малы стали. Нужно новые покупать». Мама очень удивилась: «Как же

так? Мы же их совсем недавно из магазина принесли!» Ну делать нечего, поехали, купили ботинки на размер побольше. Проходит ещё несколько дней. Витя опять говорит: «Мама, что-то моя ножка опять в ботиночек не влезает», ещё больше удивилась мама. Стала сама сыну обувь натягивать. Смотрит: и правда – не влезает ножка в ботинок. Вздохнула мама, головой покачала и повезла Витю в магазин. ещё дней через десять мальчик опять стал жаловаться, что ему ботиночки малы.

Тут уж мама не выдержала: «Это где же видано, чтобы каждую неделю новую пару обуви покупать! Что-то у тебя неправильное с ногами творится. Может быть, это какая-то болезнь – редкая и опасная!» Взяла мама Витю за руку и отправилась к доктору. Доктор очень удивился, когда услышал, что у ребёнка очень быстро ноги растут. «Это какой-то уникальный, не известный науке случай! – сказал доктор. – С удовольствием осмогрю вашего мальчика. Раздевайся и показывай свои ножки», – попросил он Витю.

Снял Витя носочки. Доктор протёр очки и наклонился поближе, да как засмеется! «Что такое? Что с вами?» – испугалась Витина мама. Она подумала, что доктор, наверное, сам внезапно заболел. «Что ж это, ха-ха-ха, мальчик, ха-ха-ха, у тебя ногти на ножках, ха-ха-ха, больше, чем ножки?» – еле-еле сквозь смех выговорил доктор. Посмотрели мама с Витей – и правда, ногти-то на ногах отросли длиннющие! Сразу стало им ясно, почему ботинки Вите так быстро стали малы.

Но вот что странно! После этого случая Витины ноги стали вдруг очень послушными. И когда мама берёт в руки маленькие ножницы, ножки спокойно протягивают свои пальчики. А Витя теперь, когда ему ногти стригут, все вре-

мя улыбается и даже смеётся, вспоминая, как он из ботиночек выросал. А две пары новых ботинок спокойно лежат в коробке, дожидаются, когда Витины ножки на самом деле вырастут.

18. Берёт чужое без спроса

В эту тему вошли две сказки: «Как Валя научилась дарить подарки» и «Сказка про Лисёнка».

Выберите ту сказку, которая больше соответствует вашему малышу и которая будет ему более понятной.

Специалисты, работающие с детьми, знают, что практически каждый ребёнок хоть раз в жизни взял чужое. Поэтому очень важно, как мы отнесёмся к этой ситуации, если это произошло с ребёнком в первый раз.

Если малыш принёс в дом чужую вещь, сначала попробуйте разобраться, что же на самом деле произошло. Возможно, он просто поменялся с другим ребёнком. А если эта игрушка из детского сада или принадлежит вашим знакомым? Здесь уже стоит задуматься: возможно, мы не слишком внимательны к потребностям ребёнка и эту вещь он давно хотел иметь? Дети часто действуют импульсивно. И если ребёнок видит новую игрушку у сверстника, о которой давно мечтал, то он просто прячет её или уносит, не задумываясь о последствиях. Он полностью находится во власти своего желания. Причина здесь кроется в особенностях сознания детей-дошкольников: у них ещё не до конца сформированы понятия «моё», «твое», «чужое». Такие понятия постигаются ребёнком через общение со взрослыми.

через приобретение опыта в повседневной жизни. Именно мы, родители, должны раскрыть их смысл и содержание.

Может быть, малыш хотел сделать приятный подарок кому-то из близких? Дети очень любят нас, хотя и радовать и стремятся тем или иным способом сделать нам приятное. В этой ситуации они так же не задумываются об отрицательной оценке такого поступка в силу своего возраста.

А возможно, поступая таким образом, ребёнок хочет привлечь внимание сверстников к себе с помощью этой вещи? Или бывает, что, взяв чужую вещь, ребёнок желает отомстить её хозяину. Такие поступки свойственны детям более старшего возраста и совершают их они уже вполне осознанно. В 6-7 лет детям уже небезразлично их место в группе сверстников, и они способны целенаправленно достигать желаемого, выбирая для этого доступные способы.

Но основной причиной воровства является неправильное воспитание ребёнка. Психологи выделяют ряд ошибок, совершаемых родителями в процессе воспитания:

- отсутствие последовательности в воспитании, когда в одной ситуации ребёнка могут наказывать, а в другой – «закрыть глаза» на проступок, и за угрозой наказания не следует;
- несогласованность требований взрослых, предъявляемых к ребёнку: такая ситуация характерна для семей, в которых есть бабушки и дедушки, но нередко она встречается и в семьях только с папой и мамой, которые не могут договориться между собой, когда одно и то же действие ребёнка оценивается по-разному;
- «двойная мораль», когда действия родителей расходятся с делом;
- вседозволенность, которая может быть следствием

безнадзорности, подмены общения материальным обеспечением;

– тотальный контроль за поведением и действиями ребёнка.

Когда родители непоследовательны в воспитании малыша и их требования не согласованы, ребёнок учится манипулировать мнением взрослых, у него развивается зависимость от настроения окружающих. Это часто приводит к конфликтам в семье, что плохо отражается на психике ребёнка. В таких семьях дети часто вообще перестают слушать кого бы то ни было из взрослых.

Что касается «двойной морали», то часто мы внушаем детям одно, а делаем совсем другое. Но дети не слушают нас, а берут пример с наших поступков! И если мы говорим ребёнку, что брать чужое нельзя, а потом приносим с работы то, что плохо лежит, то малыш, веря в наш авторитет, обязательно последует нашему примеру. И потом долго не сможет понять, за что его ругают, если он делает то же, что и мама с папой.

Поэтому на собственном примере покажите малышу, как нужно правильно поступать: если вы находитесь в гостях, то прежде чем дать какую-либо вещь ребёнку обязательно спросите разрешение хозяев. Пусть это будет даже простая формальность, но малыш запомнит ваше поведение, и впредь будет поступать также. Дома, прежде чем взять любую вещь ребёнка, спрашивайте его разрешения. Уважайте своего ребёнка, относитесь к нему как ко взрослому человеку. Тогда и он также будет относиться к вам и к другим людям.

Если ребёнок растёт в атмосфере вседозволенности, то он не научится и не захочет считаться с мнением других.

ориентируясь, лишь на свои интересы и желания.

Очень часто кража свидетельствует о нехватке ребёнку ласки и внимания со стороны родителей. Это мольба ребёнка о помощи, попытка достучаться до нас и острое желание привлечь к себе внимание. Пусть отрицательное – но внимание! Ведь часто за кражей следует громкое разбирательство и скандал. А значит, цель ребёнка достигнута – он получил немалую порцию родительского внимания. И это гораздо лучше для него, чем полная отстранённость.

В таком случае нужно уделить меньше внимания самому факту воровства (но, не игнорируя его), и гораздо больше восстановлению утраченных тёплых и доверительных отношений с ребёнком. Можно даже похвалить его за какие-то успехи или сделать подарок.

Если вашего ребёнка обвиняют в краже, но вы не видели этого сами и не нашли у него чужую вещь, невзирая ни на какие подозрения не спешите его обвинять. Помните о презумпции невиновности.

Если вы уверены, что вещь взял ваш ребёнок, но боится в этом признаться, то подскажите ему, что её можно незаметно вернуть обратно. Например, для маленьких детей подойдет следующий ход: «У нас дома, видимо, завёлся домовый. Это он утащил то-то. Давай поставим ему угощение, он подберет и вернёт нам пропажу».

Не спешите называть ребёнка вором, предсказывая ему криминальное будущее. Оставляйте ему пути к отступлению, как советует психолог Ле Шан: «Обнаружив у ребёнка чужую игрушку, которую он стащил у приятеля, но утвердит, что она была ему подарена, нужно сказать ему следующее: «Я могу представить, как сильно тебе захотелось куклу, если ты действительно поверил, что тебе её подарили».

Не ругайте и не наказывайте. Наоборот, спокойно поговорите с ребёнком, дайте понять, как вас огорчило произошедшее событие. Поделитесь своими чувствами и переживаниями. Расскажите, какие чувства вы испытывали в подобной ситуации. Тогда малыш увидит ваше искреннее желание понять его, ощутит вашу любовь и поддержку.

Дав волю своему негодованию, вы можете испортить ребёнку жизнь, лишить его уверенности в праве на хорошее отношение окружающих, а тем самым и уверенности в себе. Попав в ситуацию несприятия и непонимания, ребёнок может озлобиться и тогда кражи приобретут уже совсем другой характер. Сначала ребёнок будет мстить за свою обиду, а потом привыкнет получать материальное благополучие через кражи.

Обязательно расскажите ребёнку о последствиях кражи, о переживаниях человека, лишившегося любимой вещи. Поставьте ребёнка на позицию этого человека. Спросите, что бы он сам чувствовал в такой ситуации. Научите его сопереживать и задумываться о чувствах окружающих. Познакомьте с правилом: «Поступай так, как хочешь, чтобы поступали с тобой». Покажите, как действует это правило на примере собственной жизни. Малыш должен чётко понять, что воровство в любом виде не приветствуется вами и другими людьми!

Попробуйте вместе с ребёнком найти выход из сложившейся ситуации. Спросите его мнение, как можно всё исправить. Разделите с ним ответственность и помогите вернуть вещь владельцу. Пойдите вместе с ребёнком. Он должен почувствовать, что каждый человек имеет право на поддержку, и, что вы не бросите его в беде.

Избегайте публичных разбирательств. Лучше сделать

это наедине с хозяином вещи. Ребёнок может предложить какую-то из своих игрушек и разрешить взять её домой, чтобы поиграть.

После исправления ситуации постарайтесь направить энергию ребёнка в мирное русло. Выясните, что интересует его больше всего: занятия спортом, искусством, чтение книг, собирание какой-нибудь коллекции. Ведь человек, жизнь которого наполнена интересными занятиями, чувствует себя нужным и счастливым.

И конечно помните о том, что малыш нуждается в вашем внимании, в вашей постоянной поддержке и любви! Если все его жизненно важные потребности будут удовлетворены, то у него никогда не возникнет и мысли о краже.

Как Валя научилась дарить подарки

Ирина Маниченко

Жила-была девочка Валя. Была она очень хорошенькой и доброй девочкой. Только любила она брать чужие вещи без спроса. Очень нравилось ей забираться в папин карман или в мамину сумку и рассматривать, что же там лежит. Нравилось ходить в гости, заглядывать в чужие шкафы и забирать себе все, что ей казалось интересным. Очень Валя была любопытной и обожала всякие новые вещи. А то, что они могут кому-то ещё пригодиться, это ей и в голову не приходило.

И вот как-то раз Валя переходила через дорогу и увидела старенькую бабушку. Старушка еле шла, Вале стало её жалко, ведь она была доброй девочкой, и Валя помогла бабушке перейти на другую сторону улицы. Бабушка горячо поблагодарила девочку и дала ей конфетку со словами: «Вот тебе, деточка, волшебная конфета. Загадай желание, съешь её, и оно тут же исполнится».

Валя взяла конфету и радостная пошла домой.

– Что же мне такого загадать? – думала она по дороге.

– Вот! Придумала! – воскликнула Валя. Пусть все интересные вещи, которые есть у людей нашего города, прилетят ко мне домой!

С этими словами Валя развернула конфету, засунула себе в рот и вприпрыжку побежала домой.

Как только она открыла дверь квартиры, на неё посыпались всякие интересные вещи – все, о чем она могла только мечтать. Валя весь вечер разглядывала их и радовалась своей улаче.

Но на следующий день, выйдя на улицу, Валя заметила что-то странное: все люди ходили грустные, с опущенными головами, никто не улыбался и ничему не радовался.

– Что произошло? – удивилась Валя. – У меня отличное настроение, по им не с кем поделиться, даже солнышко спряталось за тучу. Почему все такие печальные?

Она пошла на детскую площадку и встретила по дороге бабушку, которая горько плакала.

– Почему вы, бабушка, плачете? – спросила Валя.

– У меня был замечательный синенький платочек, отвечает ей бабушка, который я купила своей любимой внучке. Но сегодня он куда-то пропал.

Тут Валя вспомнила о своём желании, о куче вещей, которые лежали у неё дома и о том, что она видела этот платочек вчера у себя. Она сбегала домой и принесла его старушке. Бабушка сразу повеселела и начала улыбаться.

Пошла Валя дальше и увидела плачущего мальчика.

– Ты чего плачешь? – спросила у него Валя.

– Я вчера сделал моей маме в подарок красивую картинку и хотел сегодня её подарить, а она пропала. И машинка моя любимая тоже потерялась, – грустно ответил мальчик.

Подожди здесь и никуда не уходи!

Валя принесла из дома картинку с машинкой и протянула их мальчику.

– Вот! Возьми! Я не знала, что они так тебе нужны, и взяла себе поиграть. Прости меня, пожалуйста! – сказала Валя.

Мальчик очень обрадовался и побегал поздравлять свою маму.

Тут Валя поняла, почему все грустят. Это она сделала их грустными, сама того не желая.

Валя стала выносить из дома вещи, о которых вчера просила, и отдавать их обратно людям. Радостных людей становилось все больше и больше, и Валя решила, что жить в городе счастливых людей гораздо приятнее, а дарить подарки даже радостнее, чем получать их. С тех пор Валя чужих вещей не брала, а если находила на улице что-то интересное, то обязательно писала объявление и с радостью возвращала это хозяину.

Сказка про лисёнка

Ирина Гурина

Жил да был хитрый лисёнок Сёма. Маленький, рыженький и очень-очень непослушный. Мама-лиса всегда говорила:

– Сёма! Никогда ничего не бери без спроса, а то звери подумают, что ты вор.

– Ладно, – отвечал Сёма и тут же забывал про своё обещание.

Целыми днями бегал по лесу непослушный лисёнок. Где мелькнёт его рыжий пушистый хвост, там обязательно что-то пропадёт.

Сложила белочка орешки горкой, поскакала в дупло за мешочком, вернулась – пусто! Что за чудеса?

Ежик развесил на веточках грибочки сушить, новые принёс, а старых – как не бывало! Что такое?

Набрала мышка лукошко черники, легла отдохнуть и задремала. Просыпается – нет лукошка! Как же так?!

Лисёнок бежит по лесу: на усах ореховая скорлупка висит, на лапке ниточка с грибами, а мордочка вся в чернике. Бежит, смотрит – летит сорока, а в лапках у неё зеркальце. Пошёл он следом за ней. А зеркальце тяжёлое, сороке трудно с ним лететь: перелетает с куста на куст, с ветки на ветку, с кочки на кочку. Устала сорока и решила воды в болотце попить. Положила зеркальце, подошла к лужице, а лисёнок тут как тут: схватил зеркальце и бежать!

Ах ты, безобразник! – застрекотала сорока. – Ещё звёри говорят, что сорока воровка! Да вот кто самый настоящий вор! Ну, погоди, поймают тебя когда-нибудь!

Вечером, когда Сёма ложился спать, он подумал:

– Интересно, почему мама говорит, что нельзя брать без разрешения чужие вещи? Почему это плохо? Наоборот, это очень даже здорово! Вот сегодня я орешков поел, грибочков, черники. Зеркальце у меня теперь красивое есть. Чем же это плохо? Мне очень даже хорошо!

А на следующее утро случилось вот что. Забрёл лисёнок на далекую поляну. На самом краю этой поляны рос огромный раскидистый дуб, а на дубе чернело большое-пребольшое дупло.

– Ух, ты! – подумал лисёнок. – Наверняка там есть что-то интересное и нужное! Залезу-ка я туда!

И начал он по стволу карабкаться. Вдруг слышит тоненький голосок:

Ты куда это?

Смотрит, а внизу, у самых корней сидит маленькая мышка.

– Я в дупло, – ответил лисёнок.

– Это ведь не просто дупло, это чей-то дом! Как тебе не стыдно туда без спроса лезть? – возмутилась мышка.

Много ты понимаешь, – махнул лапой лисёнок.

– Ты смотри, хозяевам это может не понравиться! – предостерегла его мышка.

– Отстань, – дёрнул хвостом лисёнок, – не то спрыгну и съем тебя!

Мышка осуждающе покачала маленькой головкой, сморщила носик и ничего не ответила.

Добрался лисёнок до дупла, сунул туда свой любопытный нос, а в дупле-то – мёд!

– Вот это да! – обрадовался лисёнок. – Вот повезло!

Сейчас наемся до отвала!

– Ж-ж-ж, – раздалось где-то рядом. – Разве мама тебе не говорила, что чужое брать нехорошо?

– Кто тут ещё? – недовольно спросил лисёнок.

– Это я, пчела, это мой мёд! И я тебе не разрешаю его брать.

– Ха-ха-ха, – развеселился лисёнок. – Кыш отсюда, муха надоедливая! Я сильнее тебя, захочу и возьму!

– Ну, держ-ж-ж-ж-жись! – разозлилась пчёлка.

А лисёнок её не слышит, только рыжий хвостик из дупла торчит. Вернулись с луга остальные пчёлы, кружатся у дупла с полными ведёрками мёда, а подружка им про лисёнка рассказывает.

– Ладно, давайте его проучим! – прогудела самая старая пчела.

Только лисёнок из дупла вылез, а пчелиный рой на него как накинется:

Ах ты, рыжий наглый вор!

Ты беги во весь опор!

Не гляди, что мы малютки!

Рой пчелиный – плохи шутки!

А ну, жаль его за уши!

Зря ты мышку не послушал!

А ну, жаль его за нос!

Ты зачем наш мёд унёс!?

Бежит лисёнок по лесу, мёд бросил, ушки прижал, глаза от страха закрыл. А рой пчелиный не отстаёт, тёмной тучей за ним летит и жалит, жалит!

Прибежал лисёнок домой, под кровать забился, нос высунуть боится. Только к вечеру вышел и сказал маме-лисе:

– Правильно ты, мамочка, говорила, нельзя брать без спроса. Я никогда больше ничего чужого не возьму!

19. Грызёт ногти

Прочитайте ребёнку сказку «Как Дима перестал грызть ногти».

Грызение ногтей – это легко возникающая привычка. Она носит произвольный характер, и избавиться от неё довольно трудно. Если ребёнок грызёт ногти, то, скорее всего у него есть какая-то внутренняя проблема. И таким способом он снимает своё внутреннее напряжение. Ведь в процессе развития личность ребёнка не только легко формируется, но также и легко деформируется. Любое нарушение или дисгармония в окружении малыша или в отношении к нему может повлиять на его поведение. И вызвать появление той или иной «вредной» привычки.

Грызение ногтей (а также сосание пальца) возвращает ребёнка в период младенчества и помогает успокоиться. Когда малыш грызёт ногти, он даёт выход своей агрессии, раздражению, психологическому дискомфорту. Если ребёнок не выражает эти свои отрицательные чувства, они копятся у него и переполняют малыша. И грызение ногтей в этой ситуации воспринимается ребёнком как спасение.

Для того, чтобы помочь малышу избавиться от этой привычки, прежде всего, нужно определить её природу. Задайте себе вопрос: когда именно вы заметили, что грызение

ногтей вошло уже в привычку вашего ребёнка? Возможно, это случилось, когда вы вышли впервые на работу или малыш пошёл в детский сад, в школу? Постарайтесь выяснить, в чём возникли трудности у вашего ребёнка и помогите справиться с ними: может ему трудно влиться в новый коллектив или тяжело оставаться на долго без мамы. Ведь главный пусковой механизм почти всех привычек у детей – это ощущение того, что он нежеланный и нелюбимый!

Психологи выделяют следующие причины возникновения внутреннего напряжения ведущего к грызению ногтей: неблагоприятное течение беременности и родов, недостаточный период кормления, раннее разлучение с матерью, нестабильная, конфликтная обстановка в семье, недостаток физического контакта, поддержки и ласки со стороны родителей. Но необходимо иметь в виду, что причина может быть вполне безобидна – малыш просто «подсмотрел» такую манеру вести себя у другого ребёнка или даже у взрослого.

Если же дело всё же во внутреннем конфликте малыша, постарайтесь понять его, уделяйте ему больше внимания. Чутким отношением к нему, совместными занятиями и играми можно добиться постепенного отвыкания от вредной привычки. Развивайте самостоятельность ребёнка, чтобы он поверил в свои собственные силы.

Пресмотрите его положение в семье, свои ожидания и требования. Возможно, ребёнок пока не готов выполнять их и от этого страдает. Например, родители, желающие видеть в своём малыше «вундеркинда», перегружают его интеллект, и тем самым усиливают нервное напряжение ребёнка, что ведёт к закреплению вредной привычки. Получается, что с одной стороны, родители возмущены плохой

привычкой и требуют её прекращения, а с другой – своими завышенными требованиями порождают её. Как в такой ситуации быть ребёнку?

Научите ребёнка адекватным способам выражать свою агрессию, гнев. Для этого необходимо иметь, например, «подушку для битья». Пусть он выплёскивает свои отрицательные эмоции на подушку, а не на окружающих людей.

Чаще хвалите малыша и отвлекайте от мрачных мыслей. Успокойте и объясните, что это всё пройдёт. Обнимайте ребёнка не менее восьми раз в день и говорите ему о своей любви.

Переключайте пальцы малыша на более интересное и не менее приятное занятие всякий раз, когда замечаете у ребёнка проявление этой привычки. Можно придумать какую-нибудь захватывающую ролевою игру, например, в парикмахерскую, но где делают маникюр только детям с красивыми ногтями и не влажными пальчиками.

Помогите малышу наладить отношения со сверстниками, если с этим у него имеются проблемы. Исключите возбуждающие мероприятия: просмотр захватывающих фильмов, чтение страшных сказок и т.п. Уменьшите интеллектуальные нагрузки.

Но не пытайтесь бороться с этой привычкой силой! Наоборот, реагируйте спокойно, не акцентируйте на этом внимание ребёнка, ни в коем случае не стыдите, не ругайте и не наказывайте его. Иначе можно загнать проблему еще глубже внутрь, так как подавление таких привычек усиливает внутреннее напряжение ребёнка. Более того, подавив одну привычку, мы можем получить взамен другую.

Не концентрируйте внимание ребёнка на этой вредной привычке, одергивая его. Тем самым мы фиксируем при-

вычку словами в сознании ребёнка и опасность её закрепления многократно возрастает. Тем более, что малыш видит в этом способ привлечь к себе ваше внимание.

Не контролируйте ребёнка и не угрожайте ему. Также не следует забинтовывать пальчики или мазать их неприятными веществами.

Настройтесь на длительный период затухания этой привычки, который обычно примерно равен периоду её протекания.

И помните, что привычки не вечны и многие из них исчезают с годами. Когда потребность, лежащая в основе привычки, удовлетворяется, она бесследно исчезает. А чтобы ускорить этот процесс, подарите ребёнку свою чистую, безусловную любовь, внимание и понимание!

Как Дима перестал грызть ногти

Ирина Маниченко

Жил-был мальчик Дима. Были у него и мама с папой, и бабушка с дедушкой, и много друзей. Но ещё была у него плохая привычка – грызть ногти. Никто не мог его от этого отучить.

И вот однажды Дима сидел за столом и рисовал одной рукой, а на другой, как обычно, грыз ногти. Вдруг как заболит у Димы живот! Стала мама его лечить: и таблетки горькие даёт, и травами отпаивает – ничего не помогает.

Пошли они тогда к доктору. Доктор осмотрел Диму и только руками развёл: «Ничем не могу вам помочь. Вроде всё в порядке у мальчика. Не могу понять, в чём причина болезни».

Пришли они домой. А живот у Димы болит всё сильнее и сильнее. Что делать – не знают!

Вдруг раздался звонок. Мама открыла дверь и увидела на пороге старушку-соседку.

– Здесь мальчик Дима живёт, у которого живот болит? Я пришла ему помочь, – сказала бабушка. Мама провела её к Диме.

Старушка взяла Диму за руку, посмотрела на обгрызанные ногти, погладила по животу и сказала:

Вот тебе Дима волшебные варежки – береги их!

И с этими словами старушка ушла. Дима даже спросить не успел, в чём же волшебство варежек. А живот чудесным образом вдруг совсем перестал болеть. У Димы поднялось настроение: хотелось бегать, прыгать и кричать от радости.

И он, радостный, побежал к маме на кухню. Сел за стол и только начал по привычке грызть ногти, как, откуда ни возьмись, появились старушкины варежки и наделись Диме на руки. Он никак не мог их снять, пока мысль о том, чтобы погрызть ногти, не исчезла.

После обеда Дима пошёл во двор к ребятам. По дороге опять решил погрызть ногти, но тут снова появились варежки и наделись на руки. Это повторялось весь день. И на второй день, и на третий...

И так Диме надоели эти варежки, ведь летом в них жарко, играть совсем неудобно, да и ребята уже начали посмеиваться, что он и думать забыл о том, чтобы грызть ногти.

И варежки ему больше не понадобились. Надевал он их только зимой, сам, когда шёл играть с ребятами в снежки. И живот у него больше ни разу не болел. Почему? Как ты думаешь?

20. Отбирает чужие игрушки

В этой теме вы можете ознакомиться со сказкой «Как Ваня научился дружить».

Дополните её деталями из жизни вашего ребёнка и расскажите малышу.

Все дети учатся на подражании. Поэтому каждый раз показывайте ребёнку, как нужно вести себя с другими детьми, как играть с ними. Например, сами подойдите к малышу на детской площадке и попросите у него (или его мамы) разрешения поиграть его игрушкой. Ваш малыш быстро усвоит этот урок и начнёт тоже так поступать, т.е. просить, а не отбирать силой. Часто дети просто не знают, как вести себя в той или иной ситуации. А наша задача – научить и показать.

Пресекайте любые попытки вашего малыша завладеть чужой вещью без разрешения хозяина. Если он забрал у кого-то игрушку, обязательно верните её. Объясните ребёнку смысл таких понятий, как «своё», «чужое». Если ребёнок на детской площадке продолжает отбирать чужие вещи, уведите (или унесите) его в спокойное место и там поговорите с ним наедине. Расскажите малышу, что не сможете играть с другими детьми, пока он не научится уважать чужую собственность и чужие желания. Поставьте своего ребёнка на позицию другого малыша. Он должен понять как обидно.

когда кто-то силой отбирает у тебя твою игрушку.

Научите малыша меняться. Если другой ребёнок поделился с вами своей игрушкой, то дайте ему взамен вашу.

Не забывайте, что малыш копирует нас, наше поведение. Поэтому старайтесь ничего не брать у своего ребёнка без его согласия, спрашивайте у него разрешение перед тем, как взять его вещь. Он хоть и маленький, но тоже человек. Относитесь с уважением к своему малышу, тогда он также будет относиться к вам и к чужой собственности.

Как Ваня научился дружить

Людмила Цвирко

Жил-был мальчик Ваня. Он отбирал у всех игрушки, а свои прятал за спину и никому их не давал.

Однажды дети играли в песочнице. Туда же пришла играть девочка Маша. У неё было красивое новое ведерко и совочек. Ване очень захотелось такое же ведерко. Он подошел к Маше и забрал его. Маша долго плакала, но Ваня так и не вернул ей ведерко. Все дети утешали Машу.

На другой день, когда Ваня пришёл играть, дети ушли из песочницы. Ему пришлось играть одному и только своими игрушками. Это повторилось и на второй день, и на третий.

На четвёртый день Маша пришла с новым синеньким велосипедом. Все дети на нём катались по очереди и смеялись. Им было хорошо и весело, а Ваня сидел один в большой песочнице и скучал. Ведь никто не хотел с ним играть!

Но вдруг Машенька увидела Ваню, подбежала, взяла его за руку, подвела к велосипеду и сказала:

– Катайся, сколько хочешь, мне не жалко.

Стыдно стало Ване за свои поступки. Он понял, что быть жадным и обижать ребят – очень плохо.

Он побежал домой, принес машинное ведёрко и отдал его хозяйке. А потом вынес свои игрушки и дал детям

поиграть.

Ваня понял, как здорово иметь много друзей и делиться с ними.

21. Дразнит других

В этой теме вы сможете прочитать «Сказку про со-року Дусю». Расскажите её своему ребёнку:

Маленький ребёнок, кривляясь и дразня окружающих, приносит родителям немало хлопот. Приходится краснеть за него, постоянно одёргивать и даже наказывать. Но, к сожалению, пользы это не приносит, а только ухудшает ситуацию.

Справиться с этой проблемой можно только выяснив причины такого поведения. Прежде всего, шутовство и кривляние – это внутренняя неудовлетворённость и неуверенность ребёнка в себе, в своих силах. Дразня других и палящая, малыш компенсирует какие-либо свои недостатки: излишнюю полноту или худобу, неуклюжесть, слабость, неумение знакомиться и общаться со сверстниками.

Если ребёнок дразнит дома родителей, это может означать, что в семье существует какое-либо непонимание. Ребёнок протестует против несправедливого, как ему кажется, отношения к себе. Возможно, родители несправедливо его наказали или малыш не понял, за что наказан. Может быть, чем-то его обидели, не выполнили данное обещание. В любом случае, ребёнок испытывает беспокойство и желание исправить ситуацию, но не знает, как это

сделать. Своим поведением он привлекает к себе внимание и просит о помощи.

Часто причиной кривляния у детей является недостаток внимания и доброго к ним отношения в семье. Почему малыш считает, что обделён вниманием взрослых? Видимо он думает, что кому-то этого внимания достаётся гораздо больше. Наиболее типичный для этого случай – это рождение второго ребёнка. Старший ребёнок чувствует себя заброшенным и ненужным. Он ревнует к новому члену семьи, но родители этого не замечают. Чтобы разрешить эту ситуацию и привлечь к себе внимание, ребёнок выбирает паясничанье в качестве наиболее эффективного способа добиться интереса родителей.

Но бывает и наоборот. Дети начинают дразниться и кривляться от излишнего внимания взрослых. К таким детям долго относились как к маленьким, не давали проявить самостоятельность и олобрюли различные ребячьи проделки. И поскольку ребёнку долгое время навязывалась роль домашнего шута, он привык к ней, сжился с ней, а как выйти из неё он не умеет и не знает.

Также показное паясничанье может быть вызвано повышенной потребностью добиться от окружающих одобрения, внимания, расположения, удивления. Ребёнок привлекает к себе внимание, желая быть главным в своём окружении. Он хочет, чтобы все смотрели и слушали только его. Возможно, ребёнок интуитивно чувствует, что у него не хватает каких-то качеств, которые в его возрасте есть у других детей. Но как обрести их, он не знает.

Чтобы помочь малышу избавиться от привычки дразниться, прежде всего, необходимо позаботиться о его эмоциональном благополучии.

Дайте ребёнку возможность почувствовать уверенность в своих силах, одерживая даже малейшие победы. Чаще хвалите и отмечайте его помощь вам: «Ты сам застелил постель, вынес мусор, полил цветы, погулял с сестрёнкой! Ты – молодец!». Воспринимая с интересом и вниманием положительные поступки малыша, вы тем самым усилите его стремление к правильному поведению.

На своём собственном примере научите ребёнка знакомиться и общаться с другими детьми, придумывать интересные игры и занятия. Подскажите и помогите ему реализовать себя в каких-то полезных делах, которые могли бы оценить другие люди. Например, в занятиях спортом, в творчестве, в развитии каких-либо необычных умений, в приобретении новых интересных знаний. Это поможет ребёнку обрести уверенность в себе. Малыш должен понять, что многое может и умеет делать сам, и делает он это хорошо (или учится делать); понять, что родители с ним считаются, как с полноправным членом семьи, что они его любят, и на них всегда можно положиться.

Кроме этого, нежелательное поведение пройдёт, если его не поддерживать вниманием, смехом, положительными или отрицательными оценками. Любое кривляние и попытки кого-либо поддразнить должны оставаться без отклика.

Не стоит наказывать ребёнка за плохое поведение. Во-первых, малыш лишней раз убедится в несправедливом к нему отношении, а значит, протест в виде паясничанья только усилится. Во-вторых, наказание не принесёт никакой пользы. Ведь ребёнок желает привлечь к себе наше внимание, а ругая и наказывая его, мы как раз и удовлетворяем эту потребность во внимании. Отрицательное внимание для малыша гораздо лучше, чем полное его отсутствие.

А добиться положительной реакции на свои поступки гораздо труднее, чем отрицательной и ребёнок избирает простейший путь.

Лучшим способом помочь малышу отказаться от вредной привычки является лишение его внимания в те моменты, когда его поведение вам не нравится. Уделяйте внимание ребёнку не тогда, когда он плохой, а когда он хороший!

Поиграйте с ребёнком в следующие игры:

– Предложите малышу придумать себе имя, которое он хотел бы иметь (при желании он может оставить своё имя). Поинтересуйтесь, почему он выбрал такое имя, чем оно ему нравится. Если ребёнок отказался от своего имени, это может означать, что он недоволен собой и хочет быть другим или лучше, чем он есть.

Поиграйте в известную игру «Зеркало». Ребёнок смотрит в вас как в зеркало, а вы повторяете за ним все его движения, слова, гримасы. Это поможет малышу взглянуть на себя со стороны: на свою мимику, на своё поведение. Поможет осознать неприглядность некоторых своих поступков. Затем поменяйтесь ролями и покажите ребёнку другой положительный стиль поведения.

Обрета необходимую поддержку и любовь семьи, внимание и одобрение положительных поступков, малыш изменится в лучшую сторону, а нам больше не придётся за него краснеть.

Сказка про сороку Дусю

Людмила Цвирко

Жил-была сорока Дуся в красивом зелёном лесу. У неё был красивый беретик с помпошкой, красивая белая кофточка и синяя юбочка. Она летала целыми днями с ветки на ветку, с дерева на дерево. И, как только кого увидит, сразу начинает дразниться.

Увидела она однажды зайку и застрекотала:

Зайка-заснайка, зайка-заснайка!

И совсем я не заснайка. – обиделся зайка. – Я зайка Андрейка, мягкая шубейка.

А Дуся полетела дальше. Увидела Мишку и стала его дразнить:

– Мишка-шишка, мишка-шишка!

Я не шишка, а медвежонок Топтыжка, – сказал Топтыжка.

Дуся же тем временем полетела дальше и видит – идет лисичка. Стала Дуся опять дразниться:

– Лисичка-спичка, лисичка-спичка!

– И никакая я не спичка, – сказала лиса. – Я лисичка Верочка, красивая девочка!

Так сорока весь день летала по лесу и дразнила всех зверей.

Обидно стало зверятам, собрались они и решили, что не будут разговаривать с сорокой. Ведь у них есть имена, а она дразнится.

Утром Дуся, как всегда, принарядилась и полетела по лесу. Увидела зайку и снова закричала:

– Зайка-заснайка!

А зайка Андрейка, мягкая шубейка, повернулся и ускакал. «Куда это он?» – подумала сорока и полетела дальше. Увидела медвежонка и закричала:

– Привет, мишка-шишка!

А медвежонок Топтыжка тоже повернулся и ушел.

«Странные они сегодня какие-то. Никто со мной не разговаривает», – подумала Дуся и полетела дальше.

Увидела лисичку, но только собралась крикнуть «лисичка-спичка», как лисичка Верочка вильнула хвостиком и убежала.

Скучно стало Сороке. Весь день она пролетала и ни с кем не поболтала.

– Подумаешь, не разговаривают. – Дуся спустилась под дерево, на землю, ходит важно туда-сюда в своей синей юбочке и разговаривает сама с собой:

– Уж и подразнить нельзя. Подумаешь, обиделись. Вот я, например, никогда не обижаюсь!

Вдруг она услышала, как кто-то тихонечко смеется. Смотрит – за деревом стоят два маленьких хорошеньких грибочка, в коричневых шляпках, на толстых ножках. Один – совсем маленький – прямо ухахатывается:

– Ха-ха-ха! Дуська-длазнилка плелетела. С ней никто не играет! Ха-ха-ха! Длазнилка, длазнилка. – он был такой маленький, что ещё не научился выговаривать букву «р».

– Я не «длазнилка»! Я Дуся! У меня имя есть! – обиделась сорока.

Заплакала она от обиды и одиночества и полетела к себе домой.

На следующий день Дуся снова летала по лесу. Но только теперь она уже не дразнилась, а, наоборот, со всеми здоровалась. Всех называла по именам, и все отзывались ей радостным приветствием. А потом звери собрались на полянке и вместе с Дусей играли в прятки. Сорока спряталась за дерево и увидела два большущих гриба.

– Дуся! Дуся! Прости нас, что мы вчера смеялись над тобой, – услышала Дуся.

Так это были вы? Как вы выросли! – удивилась Дуся и позвала всех зверят. Первым прибежал зайчик и закричал:

– Идите все сюда! Дуся грибы нашла!

Зверята прибежали и обрадовались, что в их лесу выросли такие большие грибы. Конечно, ведь ночью был грибной дождь! Все плохое смыл, а хорошее принёс.

22. Не садится на горшок

В этой теме вы познакомитесь со «Сказкой про маленькую Тучку».

Для многих родителей умение ребёнка самостоятельно справлять нужду без напоминаний является одним из основных признаков «взрослости». И наше желание поскорее увидеть малыша гордо сидящим на горшке становится просто нестерпимым.

Ребёнок приобретает способность сознательно контролировать мочеиспускание и дефекацию примерно в полтора-два года. Но если этого не произошло, мы начинаем впадать в панику, забывая о том, что каждый малыш - индивидуален, и центр, ответственный за контроль над кишечником и мочевым пузырём, созревает у каждого ребёнка в своё время.

Поэтому необходимо просто набраться терпения и ждать. Дайте ребёнку возможность познакомиться с работой своего тела, приобрести новые навыки. Придёт время, и он сам научится понимать, что хочет в туалет, что нужно добежать до горшка и снять штанишки. Ведь для него это не так-то просто!

Наблюдайте за ребёнком. Обычно по некоторым признакам можно заметить, что у него созрела некая потребность,

и в это время имеет смысл предложить ему горшок. Не настаивайте, не заставляйте просто предложите, объяснив, что тогда штанишки останутся сухими и чистыми. Мокрые штаны не доставляют детям никакого удовольствия, а некоторые малыши даже бурно переживают по этому поводу.

Предлагайте горшок ребёнку тогда, когда вероятность «процесса» максимальна -- после сна, после еды, когда по поведению поняли, что пора.

Ни в коем случае не заставляйте ребёнка ходить на горшок силой, сидеть на нём до появления результата. Не наказывайте и не ругайте малыша. В результате насильственного удержания ребёнка на горшке, нетерпеливого, раздражённого отношения, у него появляется преобладающее чувство стыда, неспособность к самоконтролю. А во взрослом возрасте формируются такие черты, как неуверенность в себе, слабОВОЛИС, приниженность.

Не ругайте ребёнка за ошибки, лучше хвалите за желаемое поведение. Если малыш успешно сходил на горшок, хвалите его. Даже если он опорожился мимо горшка, а затем сел на него и туда тоже попало хоть несколько капелек, обязательно похвалите его! В случае неудачи старайтесь не огорчаться или, хотя бы, не показывать своё огорчение ребёнку. Ведь он старался и пытался управлять этим процессом. Подобный подход воспитывает у малыша позитивную самооценку, уверенность в себе и даже может способствовать развитию творческих способностей.

Дома постарайтесь отказаться от использования подгузников. Если малыш замочил штанишки или пол, вместе спокойно устраните эти последствия. Помогите ребёнку постирать одежду и вытереть пол.

Не придавайте процедуре справления естественных

нужд слишком большое значение, не фиксируйте на этом внимание ребёнка больше, чем это необходимо.

Предоставьте малышу возможность самому выбрать в магазине горшок. Его форма, цвет не имеют принципиального значения, но он должен быть удобным в использовании.

Горшок должен восприниматься не как игрушка, а как предмет определённого назначения. Поэтому не стоит поощрять просто игры с горшком. Объясните ребёнку, как важно всё доносить до своего места: молоко – в холодильник, одежду – в шкаф, а свои «маленькие делишки» делать в горшок.

Если малыш плачет при виде горшка, убегает, спрячьте его на 1-2 месяца, не вспоминайте и не напоминайте о нём ребёнку. Не тревожьте напрасну свою и детскую психику. Проще вытереть на полу лужицу, чем потом исправлять психологические проблемы у ребёнка. Подождите некоторое время, снова покажите малышу горшок и объясните, для чего он нужен. И малыш обязательно вас порадует. Проявляйте терпение и уважение к чувствам ребёнка.

Бывает, что дети перестают ходить на горшок после какого-либо события в их жизни: появление младшего ребёнка в семье, развод родителей и т.п. В этом случае постарайтесь уделять ему больше внимания, ведь, скорее всего таким способом он хочет напомнить вам о себе.

С ночным сном и мочеиспусканием ситуация несколько иная нежели с дневным. Примерно до трёх лет мочевой пузырь ребёнка не способен удерживать ночной объём мочи, т.е. его нужно высаживать ночью, либо использовать подгузники и пелёнки. Высаживать малыша можно, если после этого он легко засыпает. Ни в коем случае нельзя ругать,

если ребёнок писает ночью, он делает это непроизвольно. До четырех лет ночное мочеиспускание возможно, если же малыш продолжает писаться ночью после четырех с половиной лет, необходима консультация невропатолога.

Прислушивайтесь к своему ребёнку, проявляйте такт и выдержку. Если необходимо, делайте перерывы в обучении, и в один прекрасный день малыш сам начнёт ходить на горшок без наших напоминаний. Он будет горд, что может делать это сам, а мы будем радоваться его успехам и взрослению!

Маленькая тучка

Екатерина Блюхтерова

Облака бывают разные: большие и маленькие, грозовые и дождевые, белые и темные. И даже иногда – серые или розовые... Темные дождевые облака обычно называют тучами. И с одной очень симпатичной тучкой я как раз хочу тебя познакомить. Её зовут Ася, и она обожает играть и веселиться.

Вот только последнее время ей не до веселья. Она сидит на верхушке большой ели и грустит вот уже три недели. А все потому, что всем маленьким тучкам её возраста разрешено летать и играть в небе, разглядывать полянки и леса и, когда нужно, поливать цветы и деревья. Всем, кроме маленькой Аси, и поэтому она очень расстроена. Ведь с самого рождения Ася мечтала быть самой хорошей и полезной тучкой, она так старалась поскорее подрасти и отправиться с подружками поливать полянки в лесу.

И вот настал тот самый день, когда маленские тучки впервые отправились на свой первый полив. И Ася, конечно же, тоже. Папы и мамы – большие опытные тучи – подробно рассказали маленьким тучкам, как донести свой дождик до нужной поляны и как правильно поливать. Все маленькие дождевые тучки, и Ася тоже, отправились на свою первую прогулку. Вот тут-то и случилась неприятность – Ася про-

лила весь свой дождик по дороге, и ей оказалось совершенно нечем полить цветы.

Каждое утро наша маленькая тучка Ася собирала свой дождик и отправлялась поливать им полянки, но ни разу не донесла его в нужное место. Сначала она замочила зайчат, бегущих по тропинке в школу. На следующий день облила проливным дождем художника, который рисовал знаменитый лесной дуб. Все краски на картине растеклись, и рисунок был безнадежно испорчен. Но особенно огорчительно было то, что трава и цветы на Асиной полянке совсем пожелтели и стали увядать.

Когда взрослые тучи увидели, что Ася не справляется со своим заданием, они решили: тучке Асе просто нужно ещё немного подрасти и снова попробовать освоить полив через полгода. Все были очень добры к маленькой тучке, её утешали и подбадривали. Говорили, что все у неё получится, надо просто подождать. Но Ася уже не верила в свои силы. Думала, что она неправильная тучка, и это её очень огорчало.

Каждый день Ася прилетала на верхушку сосны и сидела там. Она наблюдала, как её подружки – другие маленькие тучки – собирались на очередной полив. Все, кроме нее. И ей было очень грустно и обидно.

Но однажды утром, когда Ася грустно покачивалась на сосновой ветке, она увидела большую лохматую гусеницу. Гусеница медленно ползла по ветке и с любопытством рассматривала грустную тучку.

- О чем грустим? – спросила гусеница у Аси.

Маленькая тучка тяжело вздохнула, пару раз всхлипнула и повесдала гусенице свою историю. Та внимательно слушала Асю и сочувственно качала головой.

– Твоей беде можно помочь. – сказала гусеница, когда Ася закончила свой рассказ. Я давно живу и знаю, что все меняется. И ты все время меняешься. Даже сейчас, когда разговариваешь со мной, или когда спишь... И с каждым днем ты становишься чуть-чуть другой, лучше, старше, умнее... Достаточно просто очень захотеть, и у тебя все обязательно получится... – последние слова гусеница сказала очень тихо и поползла дальше.

А Ася стала прислушиваться к себе, стараясь почувствовать, где именно внутри неё уже начинаются хорошие перемены. И что-то, действительно, менялось. Она ещё не знала, что, но внутри неё была какая-то мудрая часть, которая точно знала, что и как изменить к лучшему...

Тучка Ася так увлеклась новыми переживаниями, что на какое-то время даже забыла про гусеницу. Она вспомнила, что даже не поблагодарила добрую гусеницу за совет. Ася стала искать свою новую знакомую и нашла её на соседской ветке, всю в делах и заботах.

Спасибо Вам за помощь! – крикнула маленькая тучка гусенице.

– Не стоит благодарности, дитя мое, будь счастлива! – ответила гусеница, не отрываясь от своих дел.

– А что это Вы делаете? – спросила Ася.

– Не знаю точно, дитя мое, но чувствую, что это очень важно. Так что не отвлекай меня.

Асе было очень интересно, что же такое делает гусеница. Поэтому она поудобнее устроилась на своей ветке и решила понаблюдать.

Гусеница плела паутину и ловко прикрепляла её между двух тонких веток. Затем она стала сама заматываться в паутину всё плотнее и плотнее. Вскоре гусеницы уже не было

видно, она вся оказалась в плотном мотке из белой паутины. Паутинный моток – кокон – висел на ветке и слегка покачивался на ветру.

Ася тихонечко приблизилась к мотку и шепотом спросила: «С вами все в порядке?»

– Не мешай, я меняюсь, – тихо ответила гусеница из кокона.

На следующий день Ася отважно отправилась вместе с другими тучками собирать дождик и поливать поляну. И вдруг – у неё все прекрасно получилось! Несколько раз она набирала дождик и успешно доносила его до своей полянки и поливала траву и цветы.

Вот это да-а-а! Ай да молодец! – говорили вокруг все тучи и тучки.

Ася очень гордилась своим новым умением. Она радовалась каждый раз, когда доносила свой дождик до нужного места. Маленькая тучка так увлеклась новой работой, что на пару дней совсем забыла про старую гусеницу.

На третий день Ася решила навестить гусеницу и узнать, как у неё дела. Было очень любопытно, зачем же гусеница замоталась в паутину.

Паутина, как и прежде, покачивалась на сосновой ветке, и капельки росы поблескивали на ней и переливались всеми цветами радуги. Тучка Ася тихонько подобралась к кокону и прошептала: «Гусеница, с Вами все в порядке? Может быть, Вам нужна помощь?».

– Я меняюсь, не мешай. Приходи завтра, – тихо ответила гусеница.

На следующее утро Ася проснулась рано-рано и поспешила к большой сосне. Кокон с гусеницей, все такой же белый и плотный, висел на ветке, тихонько покачиваясь на

ветру. Маленькая тучка устроилась по соседству и стала ждать.

Какое-то время ничего не происходило. Но потом Ася вдруг услышала тихое потрескивание, и кокон как-то весь натянулся. Ниточки паутины стали лопаться одна за другой. Паутинный моток стал расползаться, а потом и вовсе разломился на две половинки. Ася уже было собралась крикнуть: «Доброе утро, гусеница!» – но остановилась. Внутри мотка не было никакой гусеницы. Вместо неё из кокона показалась прекрасная яркая бабочка! Бабочка развернула свои изящные и радужные крылышки, легко оттолкнулась от кокона и взлетела ввысь. Она поднималась все выше и выше, а маленькая тучка Ася смотрела ей вслед, как зачарованная, и думала: «Как она прекрасно изменилась!»

23. Не желает спать отдельно

Расскажите малышу сказку «Как Андрюша свой сон искал» и проанализируйте ситуацию.

Ведь дети никогда ничего не делают просто так. Значит, по каким-то причинам, ребёнку необходим совместный с вами сон.

Если малыш с рождения спит с вами и вам кажется, что пришло время переложить его в свою кроватку, то не торопитесь. Очень важно, чтобы ребёнок САМ принял такое решение. Как правило, это происходит после трёх лет, когда малыш начинает проявлять большую самостоятельность. Если в семье спокойная обстановка, и в жизни ребёнка отсутствуют различного рода стрессовые ситуации: конфликты с родителями, недостаток внимания и заботы, привыкание к новому коллективу в детском саду, конфликты со сверстниками и т.п., то ребёнок гораздо быстрее сообщит о своём желании спать отдельно. В любом случае нервная система ребёнка должна созреть, чтобы он смог почувствовать в себе силы и смелость для такого важного в его жизни поступка.

Не стоит силой «отселить» малыша из своей кровати. Не нужно всем своим видом показывать ему как вы этого хотите. Как только ребёнок поймёт, что вы пытаетесь

«избавиться» от него, он всеми силами будет стараться предотвратить это. Малыш будет думать, что он совершил что-то неприятное для вас, каким-то образом провинился, и вы больше не любите его. Он будет требовать от вас еще больше внимания, чтобы доказать себе, что он по-прежнему любим и дорог вам. А значит процесс «переселения» значительно замедлится.

Не нужно перекладывать ребёнка на отдельную кровать обманным путём. Например, когда он засыпает с вами, а потом просыпается один в своей кроватке. В этом случае ребёнок чувствует себя преданным, перестаёт доверять вам. И уложить спать его после нескольких таких случаев будет сложнее. Сон малыша станет очень чутким, он будет караулить маму, чтобы она не оставила его одного. В таких случаях лучше заранее предупреждайте малыша, что когда он уснёт, вы пойдёте спать в свою кровать или переложите его. Будьте искренни со своим ребёнком!

Не лишним будет сходить в гости и показать малышу, как другие дети спят в своих кроватках. Объясните ему, что они уже взрослые и могут спать отдельно. Но сделать это нужно не навязчиво, а как бы, между прочим. Чтобы малыш не понял, что это «представление» устраивалось ради него.

Если малыш категорически отказывается спать самостоятельно, то нет ничего плохого в том, что он поспит с вами еще несколько месяцев. Совместный сон поможет ему пережить различные волнения и страхи, приобрести уверенность в себе и укрепить ваши отношения. И настанет тот день, когда он смело и радостно сообщит вам: «Я хочу спать отдельно!».

Если ребёнок всегда спал отдельно, а потом стал про-

ситься спать с вами. возможно, ему очень не хватает вашего внимания, и он чувствует себя одиноким и покинутым. Всё недополученное в раннем детстве будет мешать нормально развиваться ребёнку. И он будет стремиться восполнить этот пробел.

Если он не напитался вашей любовью, вашим теплом, вашими объятиями, то он будет просить об этом. Но не словами, а своими действиями. Одно из них – это совместный с вами сон. И не стоит лишать этого ребёнка! Когда он насытится вашей любовью и вниманием, когда поймёт, что действительно нужен вам, когда восстановит своё доверие к вам, он сам снова уйдёт в свою кровать. Помните, что дети не требуют от нас ничего лишнего, а лишь то, что им необходимо в данный момент для дальнейшего полноценного развития.

Возможно, ребёнок боится темноты и поэтому не хочет оставаться один, тогда необходимо разобраться в причинах этого страха (см. тему №5 «Боится темноты»).

Попытайтесь вспомнить, не было ли в последнее время каких-либо ситуаций, которые могли напугать ребёнка. Всё ли спокойно в его окружении? Помогите малышу разобраться в его чувствах. Дайте понять, что не оставите в трудную минуту, окружите дополнительным вниманием. Удовлетворите его внутренние потребности и ситуация быстро изменится в лучшую сторону.

Как Андрюша свой сон искал

Татьяна Холкина

Надоело Андрюше спать в своей кроватке. Скучно же – каждую ночь в своей кровати, на своей подушке. А вот хочу на маминой-папиной!

И лег Андрюша на мамину подушку. Стал засыпать, чувствует: сон подкрадывается.

– Ой. – удивился Сон, – кто это тут? Это не мама, нет.

– Да это я Андрюша. А ты кто?

– А я Мамин Сон, и это моя подушка и моя кровать. Я сплю здесь каждую ночь. Значит, сегодня придется тебе меня смотреть!

– А ты про что? – обрадовался Андрюша. – Ты интересный?

– Конечно, – гордо сказал Мамин Сон. – Я очень интересный и полезный. За ночь мы переждедим с тобой все белье и перемоем всю посуду. Много-о-ого посуды! Целую гору! Я научу тебя, чем её лучше мыть, и чем вытирать, и как.

– Нет, – испугался Андрюша, – я не хочу всю ночь мыть посуду. Покажи мне лучше сказку!

– Глупости какие, – ворчит Мамин Сон. – Сказки – это детские сны показывают. А я – взрослый! Закрывай быстро глаза, некогда нам – дел полно!

– Ой, – сбегал от него поскорее Андрюша на папину подушку. Глаза закрыл, ждёт, а сон всё не идет. Стал Андрюша подушку взбивать, кулаком тыкать. Вылез оттуда заспанный, взлохмаченный Папин Сон:

– Кто мне спать не дает? Чего надо? – бурчит Папин Сон.

– Покажи мне что-нибудь интересное, пожалуйста, мне ску-у-учно, – просит Андрюша.

– Вот ещё, – фыркнул Папин Сон. – Я и сам спать хочу, не привык я по ночам всякие истории показывать. Так спи сам!

– У-у-у, лентяй, – обиделся Андрюш и слез с этой подушки.

Куда бы пойти? Вот! Лучший друг – собака Дендик в уголочке спит, пойду к нему.

– Подвинься, – попросил он собачку, – я с тобой лягу. Скууучно мне.

Дендик радостно хвостиком застучал, подвинулся ложись, друг сердечный. Заснул наконец Андрюша. И вдруг, откуда ни возьмись, собака! Да такая наглая – хвостом вертит, на Андрюшину косточку посматривает! Уж Андрюша за ней по двору бегал-бегал, гонял-гонял, устал, лапы ломит, язык на бок – так и не догнал. Еле проснулся – уставший, сердитый. Неправильная какая-то кровать у Дендика, и сны у неё собачьи!

И тут смотрит – Андрюша, а на его кровати кто-то сидит и тяжело вздыхает. Маленький такой, сияющий, грустный.

– Ты кто? – спрашивает Андрюша. – И что тут делаешь?

Я – Волшебный Сон, специально для мальчиков! Прилетел сегодня на эту кровать, к мальчику, а тут никого нет. Ты не знаешь, где он? Мы ведь, Детские Сны, каждую ночь

новые! И если он сегодня меня не посмотрит, значит, не посмотрит никогда.

– Что же я наделал, – ужаснулся Андрюша, чуть свой собственный Волшебный Сон не пропустил! Вот что значит не в своей кровати засыпать!

– Я сейчас, положи! – закричал он Сну. Бегом лег в свою кровать, на свою подушку, крепко закрыл глаза.

– Сплю! Начинайся!

24. Рождение второго ребёнка

В эту тему вошли две сказки: «Сказка про старшую дочку» и «Сказка про медвежонка».

Обычно, ожидание появления на свет второго ребёнка приносит радость всем членам семьи. Родители рады и более уверсны в себе, так как у них уже есть опыт ухода и воспитания старшего ребёнка. Они полагают, что старший сын или дочка будет заботиться о младшем, будет играть с ним и делиться вещами, игрушками. Он будет избавлен от одиночества, ведь дети смогут вместе играть и гулять. Старший ребёнок тоже ждёт появления малыша, мечтает о том, как будет катать его в коляске, кормить, укладывать спать.

Но, как только маленький человечек оказывается дома, старший перестаёт радоваться и начинает требовать, чтобы родители отнесли его обратно в роддом или вернули в магазин. И поведение его вполне оправдано, ведь он перестал быть единственным ребёнком в семье. Всё внимание резко переключилось на малыша. Всё совсем не так, как было раньше. Старший ребёнок начинает испытывать страх лишиться любви родителей и, как следствие, появляется ревность и обида. Он обижен на папу с мамой за то, что они уже не уделяют ему так много внимания; обижен на малыша за то, что он отнял у него статус главного и единственного

в семье: обижен на самого себя за то, что ничего не может изменить, и все его попытки вернуть прежнее положение не имеют успеха.

Что делать родителям в такой ситуации? Проявить терпение, понимание и такт. И помочь детям вырасти друзьями, а не соперниками. Конечно, отношения между братьями и сёстрами будут складываться не просто, но вся ответственность за эти отношения полностью лежит на родителях. И как мы будем относиться к детям, к их поступкам, так и они потом будут относиться друг к другу.

Заранее подготовьте старшего ребёнка к появлению младшего на свет. Вместе радуйтесь этому событию. Мечтайте! Представляйте, каким он родится: какой у малыша будет цвет глаз, цвет волос, черты лица. Вместе придумайте имя для новорожденного. Посоветуйтесь с сыном или дочкой, какого цвета купить пелёнки, куда поставить кроватку, какую выбрать коляску.

Конечно, мнение ребёнка не всегда будет совпадать с вашим. Тогда попытайтесь ненавязчиво его переубедить, выскажите свои доводы в пользу вашего решения и обязательно выслушайте доводы ребёнка. Если можно уступить, обязательно уступайте! Ребёнок будет чувствовать, что вы уважаете его мнение, будет чувствовать себя нужным и полезным, а не отодвинутым на второй план.

Дайте ребёнку возможность заранее понять, что забота в семье нужна не только ему одному. Например, научите его заботиться о старенькой бабушке или дедушке, помогать вам готовить папе завтрак или ужин и т.п. Если у ребёнка не сформируется чувство своей исключительности, то появление другого ребёнка не вызовет у него острой негативной реакции.

Напоминайте ребёнку и подчёркивайте, что он ваш главный помощник, что вы надеетесь на него. «Скоро у нас родится маленький и хлопот сразу прибавится: пелёнки стирать, купать, гулять с ним надо будет. Нам с папой точно одним не справиться. Как замечательно, что у нас есть ты! Ведь ты нам поможешь?». Ребёнок почувствует, что вы относитесь к нему как к взрослому человеку и конечно будет рад вам помочь.

Связывайте предстоящее событие с конкретными действиями в жизни ребёнка. Например: «Как ты красиво нарисовала! Научишь свою маленькую сестрёнку так же рисовать?», «Какая интересная прогулка у нас сегодня получилась, правда? С маленьким братиком будет ещё веселее!».

Предложите ребёнку что-то сделать своими руками для малыша: нарисовать картинку, сделать аппликацию или поделку из пластилина. Ребёнок постарше может сшить пелёнку и вышить на ней узор, связать пинетки, шапочку, или даже просто пришить пуговку к новой кофточке. Положите подарок и ждите наступления долгожданного дня.

После рождения малыша пробуждайте в старшем ребёнке интерес к новому члену семьи: «Смотри, какие крохотные у него ручки и ножки! А какой маленький носик! А глазки у него такие же голубые как у тебя!». «Он такой забавный, когда спит, правда?». Скорее всего, сначала ребёнок будет наблюдать за маленьким настороженно и без особой симпатии, ведь он для него пока только незнакомый человек. Но очарование малыша очень быстро пробудит в его сердце любовь и нежность.

Напомните ребёнку, что пришла пора внести свой вклад в уход за младенцем. Обязательно подчёркивайте, как вам

необходима эта помощь и хвалите даже за самую малость. Дочка спела колыбельную, и малыш быстро заснул: «Спасибо тебе, доченька!». Сын помог постирать запачканную пелёнку: «Ты мне так помог! Спасибо тебе большое! Одна бы я ещё не скоро управилась». И не беда, если пелёнку потом придётся перестирать. Главное, дать ребёнку возможность почувствовать себя полноправным и нужным членом семьи! И в следующий раз он с ещё большим желанием будет помогать вам и научиться всё делать быстро и хорошо.

Но никогда не заставляйте ребёнка заботиться о младшем братишке или сестрёнке, если он этого не хочет! Ведь это мы, родители, решили завести второго ребёнка. И заботиться о нём – наша обязанность. Когда ребёнку всего три-четыре года, он ухаживает за малышом только потому, что это интересно, это такая игра для него. А играют дети только по собственному желанию. Если же эта «игра» будет ассоциироваться со словом «надо», то ребёнок перестанет в неё играть, а значит, лишится основы для возникновения чувства ответственности за того, кто младше и слабее него.

Помните, что, несмотря на то, что ребёнок стал старшим братом или сестрой, он всё равно ещё ребёнок. Он ещё маленький и хочет им оставаться. Хочет, чтобы мы так же заботились о нём, уделяли ему время, читали и играли с ним, как раньше. Мы же, сравнивая его с младенцем, начинаем искренне верить в то, что он «уже большой» и многое может делать сам. Мы лишаем ребёнка необходимой ему помощи и поддержки, и наказываем за то, что он что-то забыл сделать или сделал не так. Если раньше мы прощали ему некоторые проказы и капризы, то сейчас за это ругаем.

Мы забываем, что ребёнок не изменился, ему по-прежнему столько же лет. Это мы поменяли своё отношение к нему, и ребёнок вполне справедливо начинает обижаться на нас за это. Начинает вести себя плохо, много капризничает, перестаёт быть послушным и не желает сотрудничать с нами.

В знак протеста ребёнок может отказаться от самостоятельности: начнёт плакать как новорожденный, часто проситься на руки, перестанет есть сам и захочет, чтобы мама кормила его с ложечки, захочет, чтобы она его олевала и всё снова делала за него. Но не стоит осуждать и наказывать ребёнка за такое поведение. Дайте ему возможность вновь побыть младенцем.

Поиграйте с ним в игру: выберите полчаса в день и разрешите вести себя как младенец. Позвольте ребёнку пить из бутылочки, кормите его с ложечки, носите на руках, укачивайте перед сном, пойте колыбельные, играйте только с ним, читайте ему сказки и т.п. Предложите ему вместе посмотреть фотографии или видеофильмы, где он в таком же возрасте, как сейчас его братик или сестричка. Можно достать его одежду, из которой он давно вырос, старые погремушки и поиграть в младенческие игры.

Расскажите ему, как все были рады его появлению на свет, его первой улыбке, первым шагам, первым словам. Вспомните смешные случаи из его младенчества. Не отвлекайтесь на телефонные звонки, пусть за младшим присмотрит кто-нибудь из домашних. Полностью посвятите себя старшему ребёнку. Для него это будет прекрасным доказательством вашей любви. Дайте ребёнку понять, что сейчас вы любите его ничуть не меньше, чем раньше. Постепенно он поймёт, что вы его любите так же сильно, как и младшего и необходимость в копировании маленького ребёнка

отпадёт.

Ребёнок может попытаться изображать младенца постоянно, а не только во время игры. В этом случае дайте понять, что в неигровое время вы ждёте от него более взрослого поведения. Каждый раз подчёркивайте, что гордитесь своим взрослым, самостоятельным, умным ребёнком, к которому можете обратиться за помощью.

Но это не означает, что быть старшим – значит иметь много новых обязанностей. Дайте ему почувствовать преимущества нового положения. Если он старший, то разрешите ему ложиться позже спать, разрешите самому решать есть ему или остаться голодным, разрешите немного больше смотреть телевизор или предоставьте другие привилегии. Помните, что предъявляя ребёнку «взрослые» требования, необходимо признать за ним и некоторые «взрослые» права.

Обычно мы говорим ребёнку «ты уже большой», когда заставляем его что-то сделать или когда ругаем его. Но этого делать не стоит. Наоборот, когда хвалите, обязательно напомните ребёнку о том, что он уже взрослый: «Ты молодец! Какая у меня взрослая помощница!». Тогда ребёнок обязательно захочет быть взрослым, ведь это так приятно.

Старайтесь, чтобы ваши требования соответствовали возрасту ребёнка. Не требуйте от него больше, чем он может сделать. Ведь он не перестал ещё быть ребёнком!

Насколько это будет возможно, старайтесь уделять старшему ребёнку больше внимания. Конечно, это очень тяжело и порой, уставшим от забот родителям, совсем не до этого. А ребёнок то и дело слышит: «Отстань!», «Не мешай!», «Отойди!», «Я занята, поиграй сам!». Он ещё не понимает, что мама сердится просто потому, что устала и постепенно

приходит к выводу, что родители больше любят младшего ребёнка: постоянно находятся с ним и совсем не кричат на него. Поэтому уделяйте ребёнку хотя бы 10-15 минут в день. Это не много, но если эти минуты будут полностью принадлежать ему, то они помогут спасти положение и избавить его от мыслей, что он покинут и не нужен.

Не ругайте ребёнка в присутствии брата или сестры. Публичное наказание – серьёзный удар по самолюбию человека, а особенно – для ребёнка. Старайтесь хвалить обоих детей. Чтобы не получалось так, что одного ребёнка вы хвалите постоянно, а другого очень редко.

Не запрещайте ребёнку высказывать негативные чувства по отношению к младшему. Помогите ему осознать эти чувства, покажите, что вы их понимаете и сочувствуете ему. Скажите: «Я понимаю тебя. Ты боишься, что мы будем меньше любить тебя». Ребёнок поймёт, что его огорчает не появление нового малыша, а страх потерять любовь родителей и чувство защищённости. Научите его выражать свои негативные эмоции безопасным для окружающих способом: с помощью рисования, лепки, неотправленного письма. Потом рисунок можно смять, порвать и выбросить. Но не поощряйте драки и ругань.

Научите детей сотрудничать. Поощряйте их стремление что-то делать вместе. Хвалите, если они дружно играют. Создавайте ситуации для их совместной деятельности. Старший ребёнок будет рад своей роли наставника, а младший будет горд за оказанное ему доверие.

Сделайте всё возможное, чтобы старший ребёнок почувствовал свою ответственность за маленького члена семьи, и, тогда ему проще будет понять вас. Делайте все дела вместе и в хорошем настроении. Пусть малыш почувству-

ет, что сейчас его помощь нужна вам как никогда. Уделяйте ему хотя бы несколько минут в день, и он поймёт, что дорог вам и любим, как прежде! И в семье снова воцарятся мир и покой.

Сказка про старшую дочку

Дита Трушита

В одной деревне жила-была девочка Яночка. И были у неё папа, мама и малюсенькая сестричка Машенька. То есть сначала её не было совсем, а потом она откуда-то появилась и заняла полдома и все свободное мамино время. Вот и подумала Яночка, что маме она больше не нужна и решила уйти из дома, поискать другую маму, получше.

Взяла она рюкзачок, положила в него любимого мишку, вязаную куклу и сказала маме: «Я ухожу!» «Куда же?» спросила мама, укачивая на руках маленькую сестричку. «Пойду искать другую...» – но тут сестричка проснулась и заплакала, и мама не услышала продолжения: «...маму, которая будет любить только меня». Старшей дочке стало очень грустно, вышла она из дома за ворота и пошла по дорожке, куда глаза глядят.

За деревней был большой и немножечко волшебный лес. И девочка все шла и шла по лесной тропинке, пока не встретила ей рыжая лисичка. «Куда ты идешь, девочка? И совсем одна!» – спросила она. «Иду искать себе маму, такую, которая будет любить только меня», – вздохнула Яночка. «Живи у меня вместе с моими лисятами, а я буду тебя любить, вкусно кормить и никому не дам в обиду», – предложила лисичка. Лисята играли возле норки и все время дрались.

А девочка с трудом влезла в тесную лисью норку и от усталости сразу заснула. Утром добрая лисичка притащила ей и лисяткам в зубах завтрак – несколько полуживых мышей. Лисяткам такой завтрак очень понравился, и они стали уплетать мышей за обе щеки, но Яночка есть такой завтрак не захотела. И мышек ей было жалко. Сказала девочка лисичке «спасибо» и пошла дальше.

В лесу было много малины, и девочка шла и срывала с каждого куста понемножку, но все равно хотелось съесть кусочек хлеба. Увидела с дерева Яночку белочка, спрыгнула пониже и спросила: «Девочка, куда ты идешь?» А она ответила: «Иду искать себе маму, которая будет любить только меня». Белочка позвала Яночку жить к себе. Полезла девочка по стволу дерева в белкино дупло, но не сумела. Тогда белочка насыпала ей в рюкзачок орешков, и Яночка пошла дальше.

В этот день ей повстречалось много разных зверей. У сжиhi Яночке не понравилось – холодно спать на сырой траве. У оленихи тоже не понравилось, потому что девочка не умела спать стоя и не любила есть веточки и траву. А сова сказала, что спит днем, а этого Яночка терпеть не могла.

Долго бродила девочка по лесу. Платьице испачкалось, рюкзачок порвался, болели ножки, и все время хотелось есть. Наконец набрела она на маленький домик. А на крыльчке сидел старичок в фуражке. Это был лесник. «Дедушка, – сказала Яночка, – можно у тебя остаться?» Удивился старичок, позвал в дом. Усадил за стол, накормил, напоил и стал расспрашивать, кто такая и откуда пришла. Стала девочка рассказывать ему про маму, сестричку и как ушла она из дома искать другую маму. Огорчился старик, задумался

и спросил: «А ты свою маму любишь?» «Люблю», – сказала Яночка и заплакала.

Посадил дед Яночку на свою лошадку, а сам взял лошадку за поводья и рядом пошел в деревню. К девочкиной настоящей маме.

Все это время мама везде искала дочку и очень боялась, что девочку съели дикие звери. А сейчас она стояла на крыльчке, смотрела на лесную опушку и думала про свою девочку. И вдруг мама увидела лесника, который вел лошадку, а на лошадке сидела Яночка – чумазая, но живая и невредимая. Мама побежала к ним, а дочка спрыгнула с лошади и тоже побежала к своей маме. Мама подхватила девочку на руки, стала её обнимать и целовать. А сама почему-то плачет. И дочка плачет. Когда они успокоились, позвали лесника в дом. И он рассказал маме, как встретил Яночку.

Вечером мама уложила спать сначала маленькую сестричку, а потом и Яночку. И сказала дочке: «Больше никогда тебя от себя не отпущу!» А девочка сказала маме: «А я сама больше не буду убегать. Потому что ты самая лучшая мама. Я тебя очень люблю. И сестричку тоже люблю». Тут она повернулась на бочок, закрыла глазки и уснула.

А когда сестрёнка подросла, девочки очень подружались. Обе главные, любимые мамины дочки.

Сказка про Медвежонка

Татьяна Зинкевич-Евстигнеева

В одном сказочном лесу жила-была семья медведей: Папа-медведь, Мама-медведица и маленький Медвежонок. Жили они дружно. Ходили за вкусными ягодами, дружили с лесными пчелами, и те делились с ними лесным медом, загорали на солнышке, купались в речке, – словом, все делали вместе.

И вот однажды Мама-медведица сообщила всем радостную новость – скоро в семействе медведей будет пополнение. Действительно, Медвежонок замечал, как мамин живот рос день ото дня. Ему было очень любопытно, кто же родится?

Вот, наконец, настал счастливый день. Все поздравляли Маму, и Папу, и его. Правда, Сестрёнка медвежонка оказалась совсем не такой, какой он её себе представлял. Но самое неприятное было то, что она постоянно требовала к себе внимания. Особенно Мамы.

Жизнь в семье медведей изменилась. Теперь уже за ягодами и медом редко ходили все вместе. Уходя, Папа и Мама оставляли Медвежонка присматривать за сестрой. Нельзя сказать, что это ему особенно не нравилось или было трудно. Просто было очень-очень обидно, когда, приходя домой, родители первым делом бежали к сестрёнке, беспокоились

о ней, расспрашивали: «Как она?» Когда вся семья была в сборе, играли с малышкой, а не с ним.

«А я, что же, больше им не нужен?» – спрашивал себя Медвежонок. И так ему становилось горько, что хотелось даже уйти из дома.

И однажды так и случилось. Медвежонок шел по лесной дорожке и думал о том, как несправедливы к нему Папа и Мама. Ему хотелось их чем-то наказать: «Вот когда я умру, они поймут, кого потеряли, но будет поздно!» От этих мыслей слезы навернулись на глаза, так Медвежонку стало жаль себя.

Шел-шел Медвежонок и пришёл к домику зайцев. В их семье тоже было пополнение. Медвежонок наблюдал, как старшие братья с удовольствием учат маленьких зайчат грызть морковку. «Что с них возьмешь, – зайцы!» – продумал Медвежонок и пошел дальше.

Вскоре тропинка привела его к семейству лис. Старший лисенок с любовью укачивал свою маленькую сестру. Странно, похоже, он совсем не испытывал тех чувств, что Медвежонок. «Где ему меня понять, – подумал Медвежонок. – Что с них взять, – лисы!» И наш герой, махнув рукой, пошел прочь.

Неподалеку стоял дом семейства волков. И Медвежонок видел, как старший волчонок весело кувыркался с младшим, учил его охотиться. «Да он притворяется, что ему нравится играть с младшим братом!» – подумал Медвежонок и пошел дальше.

Стемнело, стал накрапывать дождик. Медвежонок проголодался, чувствовал себя одиноким и усталым, ему очень хотелось домой. Но вернуться он не мог.

Как ты думаешь, почему?

Ноги привели Медвежонок к старому дубу, в ветвях которого находился домик Мудрой Сова.

– Ух, удивилась Сова, – что ты делаешь здесь в поздний час, Медвежонок?

– Да ничего, просто гуляю и все! Я – самостоятельный.

Это верно, – согласилась Сова, – слышала я от Сороки, что Мама с Папой разыскивают тебя по всему лесу.

– Да это они просто перед сном с сестрёнкой гуляют! – ответил Медвежонок.

– Э-э-э, видно ты в обиде на родителей? – догадалась Сова.

– Да нет, просто... – Медвежонок не знал что сказать.

– Просто, да непросто... – глубокомысленно изрекла Сова и, помолчав, добавила: – Похоже, мне придется открыть тебе один секрет... правда, я обещала Папе-медведю никому не рассказывать...

– Что это за секрет?

– Дело в том, что вскоре после того, как ты родился, ко мне приходил Папа-медведь. Он был очень расстроен тем, что его жена-медведица больше его не любит. «Теперь у неё есть сын, а я ей совсем не нужен», – так говорил он...

Не может быть! – воскликнул Медвежонок. – Папа так не мог говорить!

– Ты почему так думаешь?

– Но не мог же он чувствовать то же, что и я!

– А разве ты чувствуешь то же самое?!

Медвежонок опустил голову. Мудрая Сова слетела на землю и обняла его за плечи. Помолчав некоторое время, Сова сказала:

– Знаешь, когда рождаются маленькие дети, они требуют к себе очень много внимания, а жизнь семьи пере-

стает быть прежней. В маленькое существо нужно вложить много любви, терпения и добра, прежде чем оно вырастет. Поэтому все внимание членов семьи отдается малышу. А некоторые, забыв или не зная об этом, могут чувствовать себя обиженными, ненужными и нелюбимыми...

– Так, значит, я покинул родителей в то время, когда они во мне особенно нуждались?! Мне так стыдно.

– Чувства, которые руководили тобой, может испытать каждый. Иногда не просто увидеть любовь, если тебе уделяют немного внимания. Иди скорей домой, тебя там ждут и очень любят...

Медвежонок побежал по тропинке, ведущей к дому. А Мудрая Сова ещё долго смотрела ему вслед.

25. Развод родителей

В этой теме вы можете прочитать «Сказку про маленькую весёлую рыбку».

Развод родителей – это очень сложная тема. Все разводы разные, но чувства, которые испытывают люди в этот нелёгкий период своей жизни, очень схожи между собой.

Развод, как правило, связан с большим стрессом для всех, кого он касается, и тем более для детей. Но если правильно поговорить с малышом и всё ему объяснить, то этот стресс можно свести к минимуму. Конечно, ребёнок, так или иначе, будет переживать, будет злиться и бояться, будет чувствовать себя виноватым и тосковать по обоим родителям. Но как долго это будет происходить и какой след оставит в душе ребёнка – целиком зависит от нас.

Часто, пока идёт бракоразводный процесс, малыш чувствует себя брошенным и никому не нужным. У родителей обычно не остаётся сил и времени, чтобы уделить ребёнку достаточно внимания. И это очень пугает и злит его.

Ребёнок может злиться на родителей за то, что они не сохранили семью. Он злится на себя, считая, что это его плохое поведение привело к разрыву между мамой и папой; злится, что ничего не может сделать, чтобы соединить их. В этой ситуации он чувствует себя абсолютно беспомощным

и никчемным человеком. И он не может справиться в одиночку со своими чувствами.

Только родители могут и должны помочь ему пережить этот нелёгкий период. Постарайтесь заранее рассказать малышу о предстоящем разводе, если это возможно. Тогда у него будет возможность обдумать эту горькую новость, поговорить с обоими родителями, приспособиться к новой ситуации.

Объясняя причину развода, говорите понятным и доходчивым для малыша языком. Ведь часто ребёнок очень сильно переживает из-за сложившейся ситуации, так как не понимает, что происходит и, чем ему это грозит. А, как известно, у детей очень богатая фантазия, и они видят ситуацию в гораздо худшем свете, чем есть на самом деле. И наоборот, дети, получившие объяснение о разводе на понятном для них языке, переживают это неприятное событие гораздо легче.

Поговорите с ребёнком о его чувствах, спросите о его опасениях и тревогах по поводу развода. Если ему трудно выразить свои мысли словами, попросите их нарисовать, поиграйте в кукольный театр, сочините вместе историю или сказку. Это поможет проникнуть вам во внутренний мир ребёнка и как-то помочь ему.

Обязательно объясните малышу, что он ни в чём не виноват, что развод произошёл не по его вине. Объясните, что он не сделал ничего, чтобы это произошло, и не мог ничего сделать, чтобы предотвратить развод! Детям, порой, кажется, что мама и папа разошлись потому, что часто спорили из-за его плохого поведения. Считая себя виноватым, ребёнок берёт слишком большую ответственность на себя, которую он просто не в состоянии вынести. Эти переживания

могут отрицательно сказаться на его здоровье.

Успокойте малыша и заверьте его, что вы не бросите его ни при каких обстоятельствах. И повторяйте это как можно чаще. Ведь страх быть брошенным и никому не нужным — это самый большой страх, который испытывает ребёнок при разводе родителей. И этот страх усиливается, когда вы где-то оставляете ребёнка: в детском саду, с няней или бабушкой. Малыш опасается, что родитель может никогда за ним не вернуться. Поэтому всякий раз сообщайте, куда вы идёте и когда вернётесь: «Я приду за тобой после обеда», «Ты поиграешь, потом поспишь, и я приду». Можно оставить ребёнку номер своего телефона, чтобы он иногда мог звонить вам. Это внесёт в жизнь ребёнка большую ясность, покой и защищённость.

Неприменно расскажите малышу, что родители могут разойтись, но расстаться со своим ребёнком они не могут. Объясните, что, хотя папа (мама) не будет жить вместе с ним, он (она) всё равно будет любить своего малыша, заботиться о нём. Расскажите ребёнку, что он сможет видеться со вторым родителем и ходить к нему в гости. Ну, а если родитель не хочет в дальнейшем встречаться с ребёнком, то необходимо объяснить малышу, что причина такого решения кроется не в нём.

В период развода важно предоставить ребёнку возможность общаться с обоими родителями. Не стоит принуждать его выбирать кого-то одного. Ведь малыш искренне любит и маму, и папу, несмотря на их недостатки.

Всеми способами укрепляйте в малыше чувство собственного достоинства и убеждайте его, что он вам нужен и дорог, что вы очень любите его, что всё наладится. Скажите ему, что процесс развода очень болезненный и трудный, но

вы его сможете преодолеть!

Постарайтесь уделять ребёнку как можно больше внимания в этот трудный период, чтобы он не чувствовал себя одиноко. Конечно, это бывает очень тяжело. Тем более что родитель, оставшийся с ребёнком, часто вынужден искать дополнительную работу, что бы поправить пошатнувшееся материальное положение и времени, и сил на ребёнка остаётся очень мало. Но выделите хотя бы полчаса перед сном, чтобы поиграть вместе, почитать, поговорить о событиях прошедшего дня. Обнимите его, приласкайте, скажите ему о его талантах и способностях. Поблагодарите за добрые дела в течение дня, за помощь кому либо, скажите, что гордитесь им. Это время должно принадлежать только ребёнку. Он будет с радостью ожидать его каждый день. Он будет знать, что вы очень заняты и устаёте, но, в то же время, уделяете внимание и ему. Малыш будет очень благодарен вам за это и одарит вас своей поддержкой и любовью.

В этот период вы не испортите ребёнка своим повышенным вниманием и заботой. А лишь поможете чувствовать себя более уверенно, и, значит, легче пережить это трудное время. Но не ожидайте слишком быстрых перемен. Дайте время и себе и ребёнку, чтобы привыкнуть к новой ситуации и начать новую жизнь.

Про Маленькую Веселую Рыбку

Татьяна Холкина

К Морю текла большая, красивая Река, а в ней резвилась Маленькая Веселая Рыбка.

Река была большая и поэтому легко преодолевала и мели, и пороги, и холод зимой, и жару летом. Каждая капелька в ней поддерживала друг дружку и нежила Маленькую Веселую Рыбку. Река очень любила свою Маленькую Рыбку, а Рыбка очень любила Реку. И было Маленькой Рыбке в этой большой Реке спокойно и хорошо. Она плыла вместе с Рекой по течению к Морю и росла-подрастала. А ещё у Маленькой Веселой Рыбки был друг Ветерок, с которым она играла в догонялки. Когда они играли, над ними светило ласковое солнышко!

Но однажды все изменилось! Началось в Реке волнение. Вода стала шумной, бурной и мутной, как будто ссорилась сама с собой... Рыбке казалось, что Река совсем забыла про нее. И даже солнышко, казалось, померкло. Маленькой Рыбке стало страшно и обидно. Она захотела вернуться назад, туда, где было так спокойно и хорошо! Но Река несла её вперед и вперед, и, казалось, ничего уже нельзя поправить...

– Ветерок-Ветерок, почему все не может быть, как прежде? – спрашивала, чуть не плача, Маленькая Рыбка. – Я не знаю, как мы будем жить дальше, и поэтому боюсь.

Не надо бояться того, чего не знаешь. Хочешь, я слегаю вперед и расскажу тебе, что там? – спросил Ветерок и умчался далеко вперед.

А когда вернулся, то успокоил Рыбку:

– Впереди Река разделяется на два Ручья. Они, конечно, не такие большие, как была когда-то Река, но очень симпатичные. Они текут совсем рядышком, и над ними опять сияет солнышко.

– Ну почему, почему Река разделяется? – возмутилась Маленькая Рыбка. – Я не хочу!

Знаешь, реки как люди: то сходятся, то расходятся. Так бывает, но жизнь-то продолжается! Надо просто переплыть поскорее трудное место, – сказал ей мудрый Ветерок.

Когда Рыбка доплыла до места, где делилась Река, она заметалась: в какой ручей ей плыть? Где остаться? На что решиться?!

Но верный друг Ветерок её успокоил:

Плыви туда, куда сама захочешь. Оба Ручейка тебя любят и будут любить всегда. Они всегда будут рядом с тобой! И не так важно, в каком Ручейке ты плаваешь, ведь ты всегда можешь прыгнуть в гости к другому Ручью, а потом опять вернуться обратно.

Ладно-ладно, я поняла, – засмеялась Маленькая Рыбка. – Сделаю, как ты советуешь!

Рыбка выбрала правый Ручей. И чем дальше, тем спокойней становился Ручеек: сначала взъерошенный и мутный, будто заплаканный, дальше он успокаивался. Вода стала чистой и снова заискрилась под солнышком. И второй Ручеек тоже прояснился и кидал в Маленькую Веселую Рыбку веселые брызги. От них пал Ручейком зажегся мостик-радуга. Рыбка прыгала к Ручейку в гости прямо по этой радуге, и вместе с ней прыгал друг Ветерок.

Так Маленькая Веселая Рыбка и плыла вместе со своими Ручейками дальше, все вперед и вперед, к великому и прекрасному Морю.

26. Жадность

Расскажите ребёнку «Сказку про щедрую Аню».

Многих родителей беспокоит нежелание их ребёнка делиться своими вещами, игрушками. На детской площадке приходится краснеть за своего «жадного» малыша.

Но ребёнку, особенно маленькому, очень трудно делиться. Он ещё даже не имеет чёткого представления о том, где начинается и кончается его тело. Поэтому всё, что его окружает, он считает частью самого себя. Любимые игрушки для него так же жизненно необходимы, как рука или нога. И дети часто не понимают, как можно поделиться с кем-то любимой машинкой или плюшевым мишкой.

Когда двухлетний малыш выхватывает у другого ребёнка совок или ведёрко из рук, он не совершает никакого преступления. У него ещё не сформировалось представление, что такое «моё», а что такое «чужое». В этом возрасте весь мир для него – «моё»! И если ребёнок не даёт свои игрушки, значит, у него формируется чувство собственности. А раз он начал проводить границу вокруг «своего», то скоро в его жизни появится и понятие «чужого». Он постепенно научится осознавать разницу между этими понятиями и приучится с уважением относиться к собственности других детей.

И слово «жадность» тут абсолютно не подходит. Маленький ребёнок не может быть жадным. Ведь стремление владеть чем-либо - это естественная реакция растущего малыша, это часть процесса его развития. Осознание и принятие этого, является первым шагом, помогающим стать ребёнку щедрым человеком.

Нам, родителям, необходимо принимать и уважать право ребёнка на собственность. И только, когда он будет уверен в этом своём праве, он будет становиться щедрым. Ведь наибольшей щедростью обладают не те люди, которые материально хорошо обеспечены, а те, кто чувствует, что их любят и уважают. Если малыш будет знать, что его вещь никто не возьмёт без его разрешения, если будет видеть перед глазами положительный пример щедрых родителей, то он расслабится и постепенно начнёт делиться.

Не называйте малыша «жадиной», если он отказался дать свою игрушку. Наоборот, каждый раз внушайте ему, что он добрый, храбрый, щедрый! Если ребёнку постоянно говорить, что он жадный, то потом его уже никакими силами не удастся избавить от жадности. Если же внушать, что он щедрый, - он и станет щедрым. Но одни слова о щедрости тут не помогут. Необходимо всеми силами помогать ребёнку создавать лучшее представление о самом себе. Ведь все люди, и взрослые, и маленькие, поступают в соответствии со своими представлениями о самих себе. И что мы внушим ребёнку, таким он и будет!

Когда ребёнок не даёт игрушки, он не жадный, он просто очень бережливый. Он заботится об игрушках, не ломает их. А раз он не жадный, то это только сегодня он не хочет делиться, а завтра обязательно даст свою игрушку и научится играть вместе. Если ребёнок не желает делиться

яблоком – он не жадный, он просто очень любит яблоки и потому растёт здоровым! И вообще у нас в семье жадных нет: и мама не жадная, и папа не жадный, а сын – самый щедрый! Такой весёлый тон гораздо лучше будет действовать на ребёнка, чем, если вы будете его стыдить, уговаривать поделиться или отобрать игрушки силой – всё это абсолютно не помогает.

Старайтесь не замечать случаи жадности, пусть даже их будет очень много. Не стоит ругать и наказывать за это. Но вот один случай щедрости превратите в событие! Обязательно похвалите за это ребёнка.

Не заставляйте ребёнка делиться, а чаще предоставляйте ему возможность проявить на деле свою щедрость. Например, если у малыша день рождения, дайте ему конфет и пусть он раздаст их ребятам в детском саду или на детской площадке. Если ребёнок божит гулять на улице с печеньем, дайте ему ещё несколько штук для других детей.

Если вы ожидаете гостей, и ребёнок не хочет, чтобы другие дети играли его любимым мягким мишкой, то договоритесь с малышом, что пока спрячете его игрушку. Уважайте его чувства. Ведь это для нас мишка – всего лишь игрушка. А для ребёнка – это ценная и дорогая его сердцу вещь. Но и научите его быть щедрым. Выберите те игрушки, которыми малыш готов с радостью поделиться с ребятами. Ребёнок увидит и поймёт, что вы на его стороне, что понимаете его и защищаете его интересы, что вам можно доверять.

Учите малыша делиться на своём личном примере. Если у вас кто-то из друзей попросит почитать книгу или послушать диск – обязательно поделитесь. Едите яблоко – дайте половину ребёнку или спросите: «Хочешь, я поделюсь с тобой яблоком?». За столом разломите кусок хлеба и дай-

те половину ребёнку: «Я хочу с тобой поделиться!». Дайте малышу несколько конфет или печений и скажите: «Угости папу и бабушку».

Можно просто поиграть в такую игру: дайте ребёнку несколько кубиков и предложите ему раздать их по одному каждому члену семьи. Потом постройте из этих кубиков башню, пусть каждый внесёт свою лепту в строительство. Ребёнок будет осознавать, что совместное использование чего-то приносит радость и является нормальным образом жизни.

На детской площадке научите малыша меняться игрушками. Если он тянется к чужой игрушке, то скажите: «Давай сначала попросим. А что мы дадим взамен? Какую из наших игрушек?». Обычно дети охотно меняются. Но если хозяин игрушки не желает ей делиться и менять её на вашу игрушку – не настаивайте на этом. Лучше отвлеките своего малыша, предложив ему какую-нибудь другую игру.

Когда у вашего ребёнка отбирают игрушки без его согласия, мягко, но уверенно пресекайте такие попытки. Ведь, если ребёнок играет своей игрушкой – это не значит, что он должен обязательно её кому-то отдавать по первому же требованию. Это совсем не означает, что ребёнок жадный. Каждый человек имеет право пользоваться своими вещами столько, сколько ему нужно. Защищайте интересы своего малыша!

Если вы берёте какую-то вещь ребёнка, спросите его разрешения. Ничего не вырывайте и не выхватывайте силой у него из рук. Если мама отнимает у малыша игрушки, то ребёнок делает вывод, что забирать силой можно! Раз сильная мама отнимает у меня, слабого, игрушку, значит и мне можно отнимать игрушки у тех, кто слабее меня!

Если вы идёте в гости, обязательно берите с собой свои игрушки. Наверняка там малыш заинтересуется новыми игрушками, а маленькому хозяину будет легче поделиться с гостем, который пришёл не с пустыми руками. Но не забудьте сказать своему ребёнку, что когда будете уходить, он сможет забрать все свои игрушки обратно. Для детей двух-трёх лет это далеко не очевидно и может вызвать сильное беспокойство.

Если дети ссорятся из-за игрушки, предложите им играть по очереди: «Две минуты играет Маша, а потом две минуты будет играть Миша. Потом снова Маша...». Две-три минуты – вполне достаточное время для маленьких детей. Может понадобиться несколько циклов такой игры, прежде чем ребёнок начнёт спокойно отдавать игрушку, зная, что она снова вернётся к нему. Если этот метод не действует, то сделайте для игрушки «перерыв». Уберите её и объясните, что игрушка не вернётся до тех пор, пока дети не научатся играть ей совместно. Постепенно дети поймут, что лучше пользоваться игрушкой вместе, чем совсем ей не играть.

Ни в коем случае не надо ругать малыша и шлепать его за отказ делиться – с психологической точки зрения он не совершает никакого проступка.

Помните, что настоящее желание поделиться основывается на сочувствии, на способности понимать мнение другого человека и иногда смотреть на мир его глазами. И детям младше шести-семи лет это даётся с трудом. Поэтому не торопите время. Учите малыша щедрости и будьте уверены, что он вырастет и обязательно начнёт делиться!

Сказка про щедрую Аню

Ирина Гурина

В далёкой волшебной стране жила-была злая волшебница Злогуля. Целыми днями устраивала она людям всякие беды и неприятности. И радовалась, когда видела чьи-то слезы или расстроенное лицо. Чужие горести только прибавляли ей сил и могущества. Конечно, она не могла все гадости делать одна, ей нужны были помощники. Их она искала среди нехороших людей. По вечерам она варила в огромном черном котле волшебное зелье. Когда зелье остывало, оно превращалось в прозрачное желе. В нем Злогуля, как в зеркале, видела своих новых помощников.

И вот однажды, поздним летним вечером, увидела она в своем волшебном котле девочку Аню. Вообще-то, это была хорошая девочка, только очень жадная. Она никогда никому ничего не давала.

Если Аня выходила во двор с мячиком, то всегда прятала его за спиной.

Аня, Аня, – кричали ребята. – Как здорово, что ты вынесла мячик! Давай играть вместе!

– Нет, – отвечала Аня. – Не дам. Нет у меня никакого мячика!

Если Аня выходила с велосипедом, то никому не давала покататься.

– Аня, Аня! – кричали ребята. – Какой у тебя красивый велосипед! Дай прокатиться!

– Не дам. – отвечала Аня и быстро уезжала.

Как только Злогуля увидела жадную Аню, то сразу обрадовалась и принялась колдовать.

Из волшебного котла поднялся черный столб пыли, рассыпался на мелкие частички и превратился в огромную страшную ворону, которая с жутким карканьем вылетела в окно.

Утром Аня, как всегда, позавтракала и вышла во двор гулять. Сегодня она взяла с собой новенький самокат.

– Вот все обзавидуются, – подумала она. – Ни за что никому не дам кататься!

Она каталась по дорожкам и показывала язык детям, бежавшим вслед за ней.

Наконец, она устала и присела отдохнуть. К ней сразу подошли ребята:

– Аня, ты же все равно сейчас не катаешься. Дай, пожалуйста, на минуточку самокат. Мы только попробуем!

– Не-а, – ответила Аня. – Это мой самокат. Никому не дам!

Черная ворона, сидевшая на высокой берёзе, громко каркнула и махнула крылом. И вдруг на площадке началось что-то ужасное! Дети, которые всегда играли вместе, стали отнимать друг у друга свои игрушки.

– Это моя машинка, отдай! – кричал маленький мальчик в желтых штанишках.

– А ты отдавай мой трактор! – отвечал ему другой маленький мальчик в синей кепочке.

На краю площадки мальчишки играли в футбол. Только что там было весело. И вдруг высокий рыженький мальчик сердито сдвинул брови:

– Это мой мяч! Отдайте его немедленно и не пинайте мой мяч ногами!

Он забрал мячик и побежал домой. А следом за ним все дети перессорились, передрались, собрали свои игрушки и тоже ушли. Каждый сидел дома, играл своими игрушками один и думал:

– Это только мое, никому не дам!

Аня удивленно оглянулась. На площадке стало тихо, пусто и скучно. Она тоже взяла самокат и вернулась домой.

А дома бабуля пекла пирожки.

– Ты почему так рано, Анюта? – спросила бабушка.

– Все ушли, – сказала девочка. – Никто не хочет играть.

– Наверное, ты опять никому не давала покататься, – покачала головой бабушка.

– Не давала, – подтвердила Аня. Это же мой самокат! Почему я должна делиться?

– Кар! – крикнула черная ворона, сидевшая за стеклом на карнизе.

– И правильно, – вдруг сказала бабушка. – Ни с кем ничем делиться не надо!

– Да, – обрадовалась Аня. Ей понравилось, что бабушка с ней согласилась и не стала, как всегда, ругаться. – Бабуль, можно мне пирожок?

– ещё чего! – возмутилась бабушка. – Это мои пирожки. Я их пекла, я их и съем! Не хочю делиться!

– Ого, – испугалась Аня. – Бабуля, ты же всегда меня угошала.

– Ну и что? – удивилась бабушка. – А я передумала с тобой делиться.

Вечером с работы вернулась мама. Она купила для Ани

новую куклу, но не захотела отдавать.

– Это же я её купила, – сказала мама, разворачивая красивую коробку и вынимая куклу. – Значит, она моя. Вот я и буду с ней играть!

Что же это творится? – расстроилась Аня. С горя пошла она смотреть «Спокойной ночи, малыши!».

Но перед телевизором сидел папа и смотрел футбол.

– Это мой телевизор! – сказал он Ане. – Только я могу его смотреть.

Аня совсем перепугалась. Она села на свою кроватку и заплакала. Вдруг кто-то мурлыкнул и потерся об её ногу.

– А, это ты, Мурка! Видела, что творится?

– Видела! – ответила Мурка.

– Ты умеешь разговаривать? – не поверила своим ушам Аня.

– Вообще-то, нет, – сказала Мурка. – Но нас всех кто-то заколдовал, поэтому я стала говорящей.

– А кто нас мог заколдовать? – заволновалась Аня.

– Не знаю, пойду у знакомых поспрашиваю, – ответила Мурка и ушла.

Когда начало темнеть, она вернулась:

– Я все узнала. У нас во дворе появилась заколдованная ворона, которую послала злая волшебница Злогуля. На всех, кто тут живет, лежит заклятие жадности. Когда самый жадный в нашем дворе человек первый раз пожадничал, ворона сказала «кар», и колдовство начало действовать.

– А что же теперь делать? – перепугалась Аня.

– Надо найти, с кого все началось. Кто у нас самый жадный? – спросила Мурка.

– Не знаю, – пожала плечами Аня. – Надо будет завтра выяснить.

Чуть свет Аня выскочила во двор и увидела удивительную картину. Все дети играли только в свои игрушки. Никто ни с кем не разговаривал. Все сидели на разных скамеечках. И было во дворе тихо и скучно.

Аня забралась на пластмассовую красную горку и закричала оттуда:

– Ребята! Нам надо срочно выяснить, кто во дворе самый жадный!

– Мы теперь тут все самые жадные, – грустно ответил мальчик Дима.

– А раньше, когда мы играли все вместе, кто был самым жадным? – спросила Аня.

– Ты! – хором крикнули дети.

– Я? – не поверила Аня. – Не может быть!

– Ты, ты, – подтвердил Дима. – Мы всегда всем друг с другом делились, и только ты одна никому ничего не давала: ни самокат, ни велосипед, ни конфеты, ни мячик!

– Ой, – расстроилась Аня. – Получается, что это все из-за меня, это я во всем виновата! Я сейчас!

Она слезла с горки и побежала домой. Сначала Аня вынесла мячик и самокат, а потом сбегала за велосипедом и конфетами:

– Давайте играть вместе! Вот, угощайтесь!

– Кар-кар-кар, – закричала ворона, которая сидела в это время на дереве. И вдруг она превратилась в столб черной пыли и растворилась в воздухе.

– Ба-бах! – загремело где-то далеко. Это взорвался волшебный котел Злогульи.

Откуда-то прилетел теплый ветер и разогнал серые тучи. Над детской площадкой снова засияло яркое солнышко.

Вечером вся Анина семья сидела у телевизора и ела ба-

бушкины пирожки. Сытая Мурка спала возле блюдечка с молоком. Колдовство рассеялось, и она больше не разговаривала, а только мяукала.

А Лня с тех пор никогда больше не жадничала.

27. Не заправляет кровать

В этой теме вы сможете прочитать сказку «Красивая Кровать».

Наверное, каждый родитель желает видеть своего ребёнка аккуратным, прилежным, чистоплотным, следящим как за собой, так и за своей комнатой, за своими вещами. Но часто бывает всё совсем наоборот: малыши не горят желанием поддерживать порядок у себя.

Но не стоит ругать его за это. Давайте сначала проанализируем своё поведение: всегда ли мы содержим дом в чистоте, всегда ли заправляем свою кровать, складываем вещи на место? Бывает, что нам просто не хватает на это времени. Маленький ребёнок пока не имеет представления о времени, но он имеет возможность пристально наблюдать за нашими действиями и копировать их. Он не понимает причины наших поступков, он видит только результат, например, не заправленную кровать. И если это происходит, то он тоже начинает так делать.

Поэтому, желая чему-то научить малыша, нам просто необходимо каждый день самим выполнять это и подавать пример своими поступками.

Маленькие дети в возрасте от года до четырёх лет с удовольствием помогают родителям. Им всё интересно, они

всё хотят попробовать, проверить свои силы, научиться, перенять опыт родителей. Годовалый малыш будет с большим желанием каждое утро помогать маме заправлять кровать. А если мама его ещё и похвалит за это, если она будет наводить порядок с улыбкой на лице и радоваться проделанной работе, то это войдёт у ребёнка в привычку, приносящую положительные эмоции! Но очень важно не пропустить тот период, когда малыш сам стремится нам помогать. Важно с удовольствием принимать от него помощь и не говорить ему: «Ты ещё маленький. Иди, поиграй, а я сама всё сделаю».

Включите наведение порядка в режим дня, чтобы это стало такой же привычной процедурой, как умывание или завтрак по утрам. Объясните малышу, что, проснувшись утром, все умываются, приводят себя в порядок. Его кроватка тоже хочет быть опрятной и аккуратной, но как же ей быть, если у неё есть только ножки и нет ни одной ручки. Предложите малышу каждый день «помогать» кроватке приводить себя в порядок.

Пока ребёнок маленький, заправляйте его кровать вместе с ним. Помогайте ему до тех пор, пока он не ощутит в себе силы делать это сам.

Постарайтесь сделать так, чтобы заправлять кровать было легко и удобно. Приобретите или сшейте красивое покрывало, чтобы ребёнок с удовольствием украшал им кроватку.

Для малышей уборка станет веселее, если её сопровождать «специальной» песенкой. Вы можете выбрать её по своему вкусу.

Если ребёнок научится сам застилать кровать, но будет забывать об этом, не стоит постоянно напоминать, угова-

ривать, убеждать. Попробуйте сфотографировать красиво прибранную кровать и повесить эту фотографию на видном месте. Она и будет служить необходимым напоминанием. Ребёнок будет иметь возможность сравнивать внешний вид своей неприбранной кровати с фотоснимком. И старайтесь, что бы ни случилось, заправлять свою собственную кровать! Об этом может забыть ваш ребёнок, но вы всегда должны служить примером, если хотите привить ему этот навык.

Если ребёнок уже умсет читать, можно написать ему записку с одним словом: «Кровать». Положите эту записку перед ним на столе за завтраком. Дети не любят слушать наши каждодневные лекции и нотации. А молчаливая записка быстро сделает своё дело.

Попробуйте составить вместе с ребёнком расписание дня. Вместе перечислите все дела, которые он должен сделать за день, запишите их, украсьте и повесьте на стену. Обязательно включите туда пункт «Застелить кровать». Каждый вечер подводите итоги. Если в течение месяца (или недели, если ребёнок ещё слишком мал), малыш ответственно выполнял каждое задание, его можно поощрить походом куда-либо или каким-то иным, приятным для него, способом.

Можно записывать все дела и поручения, планируемые на день, на доску. Как только поручение будет выполнено, вычеркните его, или сотрите с доски. Невыполненные дела останутся записанными на доске, и постоянно будут напоминать о себе вместо наших слов.

Если ребёнок постоянно забывает заправлять постель, сделайте это вместо него. А потом скажите: «Я выполнила за тебя твою обязанность. Скажи, пожалуйста, какую

из моих обязанностей ты теперь готов выполнить?». Или предложите ему сами вымыть посуду, пол или застелить следующим утром вашу кровать.

Но не заставляйте ребёнка заправлять кровать силой, не стыдите его, не наказывайте, иначе получите обратный результат. Учите и показывайте только на своём примере и с помощью положительных эмоций. Пройдёт немного времени, и малыш вас приятно удивит!

Красивая Кровать

Людмила Цвирко

Жила-была Кровать, которую никто не заправлял. Она бы заправила себя сама, но у неё не было ручек, а только железные ножки и спинка. Ещё у Кровати был голубой матрац, на котором лежала простынь, подушка и одеяло, а на спинке весело покрывало, которым и нужно было её заправить.

Кровать мечтала быть красивой и всегда заправленной, но, увы, её никто не заправлял. Каждый вечер, как только солнышко пряталось за горизонт, к кровати приходила девочка Юля. Снимала платье, носочки и ложилась спать, а утром вставала и убегала.

– Скрип! Скрип! – говорила тихонько Кровать. – Заправь меня, я хочу быть красивой!

Но её никто не слышал.

– Я никогда не буду красивой, – плакала кровать и скрипела. Ведь она не умела плакать, как люди, а только скрипеть.

Однажды утром, когда Юля проснулась и убежала, луч солнца заглянул в окошко, скользнул по не заправленной кровати и прошептал: «Не горюй! Настанет день, к тебе придет маленькая фея и сделает тебя самой красивой!»

Кровать стала с нетерпением ждать фею, но она всё не шла.

В один прекрасный день к Юле пришли её друзья, зашли к ней в комнату, посмотрели вокруг и сказали:

– Фу! Какая не заправленная, некрасивая кровать. Все кругом разбросано: носки, игрушки, платья. Здесь неудобно и не хочется играть!

Друзья покачали головой и ушли. Юля очень расстроилась, что дети совсем не погостили у неё. Вернулась в комнату и убрала все носочки, чулочки, игрушки и другие вещи. А потом застелила кровать одеялом, сверху покрывалом и наверх положила красиво подушечку.

– О, чудо! – подумала кровать. – Неужели моя девочка и есть та маленькая фея, о которой шептал лучик? Та фея, которую я так долго ждала?! Неужели я теперь всегда буду такой красивой?!

– Значит, каждый может стать волшебником или феей, если сделает что-то, что украсит мир, комнату или даже меня, Кровать? – спросила Кровать у солнечного лучика, который заглянул к ней, чтобы её поздравить.

– Да! Любой мальчик или девочка может стать волшебником, если заправит кровать, уберет игрушки, полетит цветок, который завял, посадит деревце, покормит голодную кошку или собачку, – ответил ей луч. – Ведь мы живем на волшебной земле! Мы сами творим чудеса! Мы можем сделать весь мир красивым!

– Скрип-скрип! Я больше не плачу, теперь я так смеюсь, – радовалась кровать, прощаясь с лучиком, – Приходи завтра! Я и моя фея ждем тебя каждый день!

А поскольку фея должна быть тоже красивой, Юля причесалась, надела красивое платье и пошла к друзьям, чтобы снова пригласить их в гости.

28. Просится на руки на улице

Расскажите ребёнку сказку «Как Егорка гулять ходил».

Маленькие дети не отделяют себя от матери. Они считают себя частью мамы и полностью зависят от неё. Они нуждаются в маминой заботе, любви, постоянном внимании и ношении на руках. И если мама не отказывает в этом ребёнку, если не ограничивает его время пребывания на своих руках, он становится более уверенным в себе, уверенным в маме, уверенным в окружающем его мире и растёт более самостоятельным. Он всё меньше и меньше нуждается в маминой заботе и поэтому к двум годам практически перестаёт проситься на руки, как дома, так и на улице. Он начинает самостоятельно преодолевать большие расстояния на прогулках. Идя ножками, он чувствует себя взрослым и независимым человеком, чему очень рад!

Если же по каким-либо причинам малыш недополучил маминого внимания в раннем детстве, он будет всеми силами стараться восполнить его. Поэтому, если ребёнок, едва выйдя на прогулку, уже просится на руки, не отказывайте ему в этом. Значит сейчас ему это необходимо. Когда малыш насытится вашими объятиями, теплом ваших рук, он почувствует себя любимым, счастливым, и захочет ходить

и бегать самостоятельно. Не торопите время, напитайте его своей любовью!

Когда ребёнок чем-то обеспокоен, то, только находясь на руках у мамы или папы, он чувствует себя комфортно и безопасно. Если малыш просится на руки только на прогулке, возможно, его что-то пугает в окружающем мире: люди, животные, машины. Поищите спокойное, тихое место для прогулок, где бы ребёнок чувствовал себя в безопасности. Но не навязчиво начинайте знакомить с окружающим миром. Знакомьте с детьми, рассматривайте растения и птиц. Если ребёнок боится собак, расскажите ему о них, покажите разные породы. Поведайте о том, что они едят, как спят, играют, где живут. Расскажите истории о собаках, которые помогают людям. Если малыш боится насекомых – изучите их. Ведь страх возникает там, где мало информации.

Проводите прогулки весело и интересно: изучайте цветы, деревья, разные виды птиц, марки проезжающих автомобилей. Осенью собирайте опавшие листья, сделайте гербарии. Весной запускайте в ручейках кораблики. В каждое время года на улице можно найти столько всего интересно! Покажите малышу этот мир. Пусть он предстанет перед ним добрым, мудрым и красивым. Дайте малышу понять, что всё живое тянется к нему, чтобы отдать свою любовь, и никто не желает его обидеть.

Если малышу не хватает вашего внимания, на улице он может начать проситься на руки, чтобы наверстать упущенное дома. В этом случае постарайтесь уделять ему больше времени. Чаще держите ребёнка у себя на коленях и играйте, читайте, рисуйте. Можно просто сидеть вместе, если малышу так нравится. Старайтесь не ограничивать его в этом. Да, порой бывает очень тяжело, но помните, что ре-

бёнок не требует от нас ничего лишнего, а лишь то, что ему необходимо для нормального психического и физического развития. Насытившись вашим вниманием, он сам вас «отпустит» и побежит заниматься своими делами.

Ребёнок может проситься на руки, если он плохо себя чувствует или устал.

Бывает, что малыш начинает капризничать от скуки: ему просто надоело идти. Предложите ему какую-нибудь игру, переключите его внимание. Начните петь песню или цитировать его любимые стихи. Поиграйте в «поймай меня», в прятки за ближайшим деревом или «кто быстрее добежит до...». Предложите малышу по дороге домой догонять мячик или камушек, пробку от бутылки: считать проезжающие мимо машины красного цвета; отгадывать названия растущих по пути деревьев или цветов. и т.п. Заинтересовав ребёнка, вы не заметите, как доберётесь до места назначения и удивитесь, как много в нём энергии, хотя несколько минут назад малыш жаловался на усталость и просился на руки.

В магазине ребёнок тоже может проситься на руки по нескольким причинам. Во-первых, находясь на руках у мамы или папы, всё видно гораздо лучше, чем стоя на полу. Во-вторых, на руках гораздо спокойнее и безопаснее: никто не толкнёт и не наступит. А в-третьих, ребёнок действительно может устать, ожидая, пока мама наполнит свою корзину. Поэтому старайтесь ходить в магазин с готовым списком продуктов и действовать быстро. А весёлое настроение, шутки и смех помогут сгладить ожидание.

Не бойтесь избаловать малыша своим вниманием. Напротив, если эту проблему игнорировать, то ребёнок будет чувствовать себя покинутым, нелюбимым и преданным.

Всё это будет отрицательно влиять на его дальнейшее развитие и жизнь в целом. Ведь требуя нашего внимания, ребёнок ищет подтверждение нашей к нему любви. «Если мама взяла меня на руки, значит, она меня любит, я хороший. Если мама отказала – меня не любят, я плохой!» – так думает малыш. Ребёнок делает вывод о самом себе, с помощью нашего к нему отношения. Поэтому каждый день показывайте малышу свою любовь, и тогда он будет требовать минимум внимания.

Как Егорка ходил гулять

Татьяна Холкина

Вышел Егорка с мамой на улицу.

– Егорка, пойдем в парк? – спрашивает мама.

– Да, только ты понеси меня, у меня ножки не идут! – заныл Егорка. – Они устали!

Мы же только вышли, когда они успели устать? – не верит мама и идет по дороге к парку.

А Егорка сел в сугроб:

– Не могу идти!

Ножки у Егорки так хотели поскорее в парк, что не выдержали, оставили его сидеть в сугробе, а сами побежали за мамой в парк! Ух, они и нагулялись – и с горки покатались, и в сугроб напрыгались, и в футбол с мальчишками наигрались!

А Егорка все в сугробе сидел – без ножек ведь не уйдешь далеко! Скучно ему было и холодно. Вот, думает, в парке детки гуляют, им весело, а я тут в сугробе сижу один...

На обратном пути ножки к Егорке вернулись, усталые-усталые, мокрые-мокрые. Егорка скорее на ножки вскочил – в парк! Гулять! А ножки его к дому ведут, за мамой – обедать пора, да и устали уже, нагулялись, хватит. Пришлось и Егорке домой идти. Ну, думает, никогда больше не буду на ножки жаловаться!

29. Упрямство

В этой теме вы сможете прочитать две сказки: «Аська и Асенька», «Сказка про город Упрямск».

Подберите сказку, наиболее подходящую для вашего малыша, и прочитайте её перед сном.

Наиболее часто черты упрямства и своеволия у детей проявляются в возрасте от полутора до трёх-четырёх лет. Но приступы упрямства в более старшем возрасте – вещь тоже вполне обычная. Ребёнок стремится обязательно настоять на своём, отказываясь выполнять просьбы и пожелания родителей. Он хочет всё сделать сам и протестует против помощи и ограничений его возможностей, проявляет заметную настойчивость в своих желаниях. При этом дети часто кричат, капризничают, бросаются на землю.

Дело в том, что в этом возрасте ребёнок переживает такую фазу своего развития, когда укрепляется его самосознание. До сих пор он говорил о себе в третьем лице, теперь же он начинает говорить про себя «Я». В повседневном быту он уже многое может делать сам, круг его игр расширяется. В нём укрепляется самоуверенность, самообладание, самосознание. И если родители не успели вовремя перестроить своё отношение к ребёнку и продолжают сужать границы повзрослевшего малыша, он начинает бунтовать и протестовать.

ствовать, призывая маму и папу к новым отношениям.

Но желания и действия ребёнка должны реализовываться в рамках, установленных окружающим миром. Неверно допускать, чтобы малыш следовал каждому импульсу и добивался исполнения любого желания. И задача родителей

осторожно направить процесс становления воли и собственного «Я» ребёнка в правильное русло. Если, например, ребёнок постоянно просит в магазине купить ему ещё одну игрушку и настаивает на этом, всегда можно найти аргументы, чтобы твёрдо объяснить ему, почему это невозможно.

Ещё одной особенностью этого возраста является педантичность детей. Ребёнок во всём стремится поддерживать порядок. Постоянство окружающей среды, определённая последовательность действий, создаёт у ребёнка чувство безопасности и уверенности в себе. Изменение же жизненного уклада вызывает у малыша чувство беспокойства, протест и упрямство.

Часто упрямство может возникать при переходе ребёнка на какую-либо новую деятельность. Например, малыш играет, а мама зовёт его обедать. Ребёнку в этой ситуации трудно приспособиться и переключиться на что-то другое. Причина такой инертности кроется в слабых переключаемых способностях ребёнка и в незрелых волевых качествах. Поэтому всегда предупреждайте малыша заранее, что ему скоро предстоит сделать. Например, скажите ребёнку, что скоро вы будете обедать и нужно заканчивать игру. Можно показать часы и объяснить, что когда стрелочка поднимется вверх, вы ждёте его за столом. У малыша будет время морально и физически подготовиться к смене деятельности.

Приступы упрямства могут возникать и тогда, когда родители уделяют ребёнку мало внимания, недостаточно гладят его, обнимают, не разговаривают или ограничиваются короткими фразами. Стремясь удовлетворить потребность в эмоциональной близости, в тактильных прикосновениях, малыш начинает капризничать, всё делать наоборот, становится навязчивым и упрямым. И таким способом привлекает к себе внимание родителей.

Непоследовательность в воспитании также может стать причиной упрямства. Постоянно меняющиеся требования: сегодня конфеты можно есть, а завтра – нельзя; ничем не обоснованные отказы родителей: «Не хочу я это делать», «Мне некогда», становятся непонятны ребёнку, и он пытается настоять на своём. Поэтому будьте настойчивы в поведении с ребёнком. Если вы сказали «Нет», то придерживайтесь и дальше своего мнения: и сегодня, и завтра.

Беспокойные, тревожные родители, которые постоянно боятся за ребёнка, пытаются его жалеть и опекать, сами того не замечая, становятся причиной частых слёз и беспокойства ребёнка, которое воспринимается как упрямство. Малыш недополучает положительных эмоций. Эмоциональное неблагополучие родителей передаётся ребёнку и ведёт к постоянным капризам.

Отсутствие запретов, потакание всем просьбам малыша, либо большое количество требований и запретов также ведёт к возникновению упрямства.

Если малыш упрямится нашим требованиям убрать за собой, привести себя в порядок, то, помимо всего прочего, нам, родителям, необходимо взглянуть на себя со стороны: убираем ли мы всё за собой сразу, всегда ли выполняем свои обещания, оказываем ли необходимую помощь ре-

бёнку, каким тоном общаемся с ним? Дети воспитываются на подражании нам, и от нашего поведения зависит очень многое, если не всё.

В любом случае причины упрямства связаны с различными типами отношений между взрослыми и ребёнком. При хорошем контакте с ребёнком уже с раннего возраста можно многого добиться с помощью ласковых разясняющих и отвлекающих слов. И малыш, привыкший к своим обязанностям и приученный к самостоятельности, даже в сложных ситуациях сможет справиться с собственным упрямством.

Поэтому, прежде чем бороться с упрямым ребёнком, родителям необходимо понять и осознать причину такого поведения.

Не следует ругать, наказывать и принуждать малыша к послушанию. Окрики, угрозы, а тем более рукоприкладство не помогут решить проблему, а лишь приведут к обратному результату или нанесут серьёзный вред психике чувствительного ребёнка.

Во время сильного приступа упрямства малыш, как правило, не владеет собой. Он ничего не видит вокруг себя и не слышит, что ему говорят. Любые внушения, нотации и крики в такой ситуации не имеют смысла. Просто оставайтесь во время приступа рядом с ребёнком. Дайте ему почувствовать, что понимаете, как он страдает. Если это произошло в общественном месте, уведите или унесите малыша в спокойное место и дайте время успокоиться.

Прежде чем о чём-то просить малыша, учитывайте его настроение и реальные возможности. Если ему требуется помощь, обязательно помогайте.

В ситуациях упрямства будьте образцом выдержки и

спокойствия. Ведь именно на эти качества взрослого будет ориентироваться ребёнок. Твёрдый, доброжелательный тон, умелое переключение малыша на новые цели, дружелюбное отношение к нему после приступа упрямства помогут и родителям и ребёнку пережить эту фазу его развития.

Если ребёнок с малых лет приучен к самостоятельности, владеет соответствующими его возрасту навыками, привык выполнять разумные требования, то в критических ситуациях родителям не придётся ограничивать его и запрещать. А если такие требования и последуют, то малыш перенесёт их значительно легче.

Поэтому предоставьте малышу как можно больше свободы и самостоятельности, но, в то же время, уделяйте достаточно внимания и многих приступов упрямства вам удастся избежать!

Аська и Асенька

Эльмира Блинова

Мама готовила ужин, когда услышала дикий рев в подьезде. Ведут её ненаглядную дочь. Ведет старший сын свою сестрёнку из детского садика, а она, понятное дело, не хочет домой. Она не нагулялась. А то, что брату нужно уроки делать, а у мамы по дому дел невпроворот, её не волнует.

Так и будет теперь весь вечер реветь, и ведь никак не успокоить, не отвлечь. Малышке уже самой надоест капризничать, но из-за какого-то непонятого принципа не остановится. Что за характер!

Рев слышался уже у самой квартиры, когда мама открыла дверь.

– А где наша Асенька? – встревоженно спросила она у сына, не обращая внимания на дочку.

– Так вот же она, – не понял сын.

Мама пригляделась к дочке, покачала головой:

– С чего ты решил, что она Асенька?

– Белые бантики, розовое платье... – начал перечислять приметы мальчика, чувствуя, что мама затевает какую-то непонятную игру.

Рев затихал, девочка была заинтригована.

– Да разве все девочки, у которых белые банты и розовые платья, – Асеньки? Да ты что? Кого ты привел? И где моя дочка? – мама тяжело вздохнула. – У нашей Асеньки

носик аккуратный, а у этой – красный. У нашей Асеньки глазки веселые, а у этой – злые. Наверное, это Аська. Что же делать? Что же делать? Куда звонить? Где искать нашу дочку? Девочка, ты не видела нашу Асеньку? Она такая красивая. Улыбается, кушает хорошо, не капризничает. Ты её не видела? – обратилась мама к девочке.

Та молча покачала головой.

– Боже мой, боже мой, – продолжала причитать мама и обратилась к сыну. – Представляешь, ученые заметили, что над городом гуси-лебеди вьются. Сто лет их не было, и вот объявились...

– Если ты думаешь, что они нашу Асеньку утащили, – подключился к игре умница-сын, – то можешь не беспокоиться. Асенька убежит. Ты что ли не знаешь, какая она умная и как быстро бегают.

– Будем надеяться, – вздохнула мама. – А что нам ещё остается делать?

– Сейчас я быстро найду вам вашу Асеньку, важно сказала дочка и с достоинством удалилась в подъезд, прикрыв за собой дверь.

Не прошло и трех секунд, как в дверь постучали.

– А вот и Асенька! – радостно улыбалась дочка. – Меня гуси-лебеди хотели украсть, а я убежала.

Ну тут, естественно, начались объятия, поцелуи, распросы. Замечательный оказался вечер.

Впоследствии эта игра в «Аську и Асеньку» не раз помогала девочке выйти из ступора упрямства и капризов. Пореввет немного в своей комнате, надоест капризничать, выходит к родителям и улыбается: «А вот и Асенька!» И расскажет ещё, какие с ней приключения случились, пока ее, веселой, не было с ними.

Сказка про город Упрямск

Михаил Андрианов

В далеком городе Упрямске радостно готовились к прилету очередного самолета из Москвы. Среди тех, кто должен был прилететь, была и девочка Алена. У себя дома своим упрямством и постоянными капризами Алена так всем надоела, что родители решили отправить её жить в далекый Упрямск и купили ей билет на самолет. Пусть поживет среди таких, как она сама.

И вот настал долгожданный момент: приземлился самолет с упрямами из Москвы. Прилетевших гостей встречали торжественно: с музыкой, флажками и шарами. Каждому выходящему из самолета дарили букет цветов. Алене тоже подарил цветы какой-то мальчик. Он поздравил её с прибытием в Упрямск, сказал, что его зовут Вася Вреднюков, и предложил показать Алене город. Алена, конечно же, с радостью согласилась, и ребята вдвоем пошли осматривать город.

По дороге Алена спросила Васю, почему у него такая странная и некрасивая фамилия.

– Здесь у всех такие, – ответил Вася Вреднюков. – Если тебе наш город понравится и ты захочешь остаться здесь жить навсегда, то тебе обязательно дадут паспорт с новой фамилией. Например, будешь Аленой Надоедалиной, или Аленой Капризовой, или Аленой Упираловой.

Алена захотела что-то возразить, но тут они подошли к улице с огромными глубокими лужами, которая называлась Большая Грязь. На улице из толстого шланга постоянно лилась вода, люди шли прямо по лужам, и Алене пришлось сделать то же самое. Она сильно промочила ноги и была очень недовольна. А ещё на этой улице у многих домов были перевернуты крыши. В них после дождя собиралось много воды, и получалось небольшое озеро. От Васи Алена узнала, что на этой улице живут упрямки-грязнули, которые любят упрямо топтать по лужам, и упрямки-плескалки, которые подолгукупаются, плескаются и упрямо не хотят вылезать из воды.

На первом же перекрестке Алсна с Васей свернули за угол и оказались на проспекте Лежебок. Здесь стояли дома совсем без окон. Казалось, что это совсем не проспект, а какой-то широкий проход между двумя заборами высотой с многоэтажный дом.

– Здесь живут упрямки-лежебоки, – пояснил Вася Алене. Они по утрам упрямо не хотят вставать, капризничают и продолжают часами валяться в постели. Поэтому, чтобы солнце по утрам их не будило своими лучами, они строят дома без окон.

На следующей очень грязной улице, воняющей помоями, на Алenu вылилась липкая каша. Алена уже подняла голову, чтобы поругать того, кто это сделал, но вдруг на доме прочитала надпись: «Улица гречневой каши». Она сильно удивилась и спросила Васю, почему у этой улицы такое странное название. Вася ответил, что на этой улице живут те упрямки-недоедалки, кто всегда упрямо не хочет доедать свою еду. Здесь то и дело открываются окна, и остатки пищи из тарелок выкидывают прямо на улицу. А так как по

утрам на улицу вываливают больше всего гречневой каши, то улицу так и назвали.

Выпачканная кашей, Алена, с мокрыми ногами, теперь шла, задрав голову, чтобы вовремя увернуться от недоеденного супа, каши или котлеты. Ребята поскорее перешли на другую улицу.

Так они долго гуляли по городу, и Алена с интересом разглядывала улицы. Все они были необычными и не похожими друг на друга, как бывают не похожи друг на друга разные упрямства в людях. К вечеру Вася попрощался и поспешил к себе домой, а Алена решила продолжить гуляние по Упрямску. Сначала она прошла по улице со смешным названием «Всегда наоборот», где жили вреднуликапризули. Потом она свернула на улицу «Вечного грома», где до ночи громыхал барабан для тех, кто упрямится и не любит ложиться спать. А под конец вышла на очень необычную улицу «Приставал», где жили упрямки-приставучки.

Поперек этой улицы стояли дома, которые целиком перепораживали людям проход. Над дверью каждого дома были одинаковые надписи: «Постучите, и вы сможете пройти через дом и выйти с обратной стороны через другую дверь». Алена так и сделала. Она постучала, и дверь ей открыл какой-то мальчик-упрямка. Узнав, что Алена хочет пройти через его дом дальше по улице, он очень обрадовался и сказал, что пропустит ее, если она с ним немножечко поиграет в войну и в солдатиков. Он так приставал и упрашивал Алену поиграть, что она согласилась. Но играть ей пришлось не немножечко, а очень долго. Она много раз хотела бросить игру, но мальчик упрашивал её поиграть ещё, упрямо продолжал игру и не хотел ей открывать дверь. Лишь через несколько часов, когда Упрямка наигрался, он открыл Алене другую дверь.

Выйдя на улицу, Алена увидела впереди другие дома, которые тоже перегораживали улицу. Возвращаться назад и опять играть в солдатики ей ужасно не хотелось, и она решила постучать в следующую дверь. Несколько дней Алена шла по проспекту. С разными упрямяками-приставучками ей пришлось то играть в чужие неинтересные игры, то слушать долгие скучные истории, то смотреть надоевшие фильмы. Когда улица «Приставал» наконец-таки закончилась, Алена очень устала, проголодалась и начала сильно скучать по дому.

– Какой-то сумасшедший город, – подумала Алена и устало вздохнула, – никогда бы не подумала, что если упрямяцев собрать в одном месте, то может получиться столько много всякой глупости. Надо поскорее выбраться из этого ужасного города и возвращаться домой.

Из последних сил Алена поспешила в аэропорт и успела купить билет на самолет, улетающий из Упрямяска в Москву. Хорошо, что она не успела потратить те деньги, которые ей дали на дорогу родители. А то бы ей пришлось ещё надолго задержаться в этом неприятном городе и жить среди больных ослиной болезнью.

30. Командировка мамы

Расскажите ребёнку «Сказку про командировку».

Если малыш всеми способами противится вашему отъезду, а командировку никак нельзя отменить, постарайтесь подготовить его заранее к этому событию.

Расскажите ребёнку, с кем он останется.

Объясните куда и зачем вы едите. Что будете там делать. Опишите возможную пользу для людей, которую принесёт ваша поездка. Ребёнок должен быть уверен, что мама получает удовольствие от того, что она делает, что место, куда она едет, достаточно хорошее, и дело, которым она будет заниматься, – полезное и приятное. Поясните, что будете очень скучать по малышу, по дому и с нетерпением ждать встречи.

Составьте с малышом примерный план занятий и развлечений в ваше отсутствие. Например, он может сходить с папой в гости к бабушке или пригласить её к себе домой. Можно позвать в гости друзей, навести порядок к маминому приезду, что-то смастерить своими руками. Конечно, он будет скучать без вас, но эти мероприятия скрасят его досуг, пока вас не будет рядом.

Расскажите ребёнку, на сколько дней вы уезжаете и когда вернётесь. Для этого не нужно говорить время по часам

(это для него может быть не совсем удобно и понятно). Конкретные описания событий будут более понятны малышу. По ним он сам и определит время: «Завтра ты сходишь в детский сад, потом поиграешь с папой, покушаешь, поспишь, и я приеду». Если ребёнок хорошо разбирается в днях недели, скажите: «Я приеду послезавтра, в четверг, после того, как ты вернёшься из детского сада» или «Я приеду в пятницу, утром, когда ты позавтракаешь».

Обязательно заверьте малыша, что с вами всё будет в порядке. Ведь в этой ситуации ребёнок беспокоится не столько о себе, сколько о том, чтобы с вами ничего не случилось. Он не думает, что ему будет плохо с папой или бабушкой, но переживает за маму: как она там будет одна, без него? Он должен быть уверен, что вас никто не обидит и не причинит вам боль. Пообещайте малышу, что будете звонить ему каждый день. Можно оставить ему свой номер телефона, чтобы он сам мог звонить вам.

Не сулите малышу призов и подарков за то, что он вас отпускает. Но если он попросит вас что-то привезти ему, не отказывайте. Он должен знать, что где-то далеко вы помните о нём, любите его и готовитесь к встрече. Если вы хотите что-то купить ребёнку в подарок, то конечно купите, но не за его хорошее поведение, а просто так, просто за то, что он есть, и вы любите его.

Во время расставания ведите себя спокойно, не нервничайте. Всем своим видом дайте понять малышу, что всё пройдёт хорошо, и вы скоро снова будете вместе. Ведь каждый маленький ребёнок очень любит своих родителей и очень хочет, чтобы они были спокойны и веселы. Он начинает плакать при виде плачущей и расстроенной мамы: «Если мама так переживает, значит должно случиться что-

то плохое...». Ваше же спокойное состояние обязательно передастся ребёнку: «Раз у мамы всё хорошо, то и мне не о чем тревожиться!».

Малышу будет легче отпустить вас и пережить разлуку, если он доверяет вам и точно знает, где вы, когда вернётесь, знает, что с ним ничего не случится и уверен в том, что с вами тоже всё будет в порядке. Помните об этих условиях и расставания перестанут быть слишком болезненными и тяжёлыми.

Сказка про командировку

Анна Бердникова

Жили-были в лесу в маленьком домике папа-заяц, мама-зайчиха и сынишка-зайчишка. Папа-заяц и мама-зайчиха очень любили своего сынишку: они много с ним играли, гуляли, ездили в зоопарк, купаться на море...

К сожалению, не всегда зайчики могли проводить время так, как им хотелось бы. У каждого из них была своя работа.

Папа-заяц работал каждый день на работе, а иногда приносил даже работу домой. Мама-зайчиха и сынишка-зайчишка в такие вечера уходили на долгие прогулки, а если оставались дома, то вели себя тихо-тихо, как мышки, чтобы не мешать папе.

Зайчишка-сынишка работал в садике мальчишкой. Это очень интересная работа: иногда легкая, веселая, иногда трудная. Очень непросто бывает слепить филимоновскую игрушку и красиво раскрасить её или научиться танцевать польку, а скольких трудов стоит выучить стихи ко всем утренникам... Зато там много друзей: мальчиков-зайчиков, девочек-белочек – с ними можно играть, меняться игрушками, рассказывать им интересные истории!

Мама-зайчиха обычно сначала приводила сынишку-зайчишку на его работу, а потом убегала на свою. Но так было не всегда, иногда маме-зайчихе приходилось работать

очень далеко от дома, и зайчишку тогда на работу отводил папа-заяц.

За день до того, как уехать работать далеко, мама-зайчиха обычно забирала зайчишку из садика пораньше, чтобы провести с ним побольше времени. Они гуляли или заходили в кафе...

– Мама, ты сегодня грустная, – обычно зайчишка замечал мамино настроение.

– Да, мальчишка-зайчишка, я сегодня грустная, потому что завтра мне придется уехать на несколько дней. До пятницы вы с папой будете вдвоем, а я буду очень-очень скучать по вас, – печально сказала мама-зайчиха.

Зайчишка погрустнел. Он хотел завтра показать маме ежика, которого слепил сегодня и ждал, пока тот высохнет... ещё зайчишка подумал, что завтра их с папой разбудит будильник, а не ласковые мамины слова: «Мальчишки-кочерыжки, просыпайтесь! Солнышко давно уже встало, и завтрак на столе!»

Зайчишка посмотрел на маму, она сидела совсем печальная. Зайчишка решил её утешить.

– Мама, мы будем скучать без тебя, но ведь ты совсем ненадолго!

– Да, сынок, ненадолго!

А давай, мама, мы с папой тебе здесь какой-нибудь сюрприз приготовим, а ты нам с работы тоже сюрприз привезешь?

Мама засмеялась, нежно прижала к себе зайчишку, поцеловала в макушку и сказала:

Договорились, солнышко!

Мама-зайчиха и сынишка-зайчишка посидели ещё минутку, обнявшись, а потом пошли домой, держась за руки и улыбаясь. Они больше не были грустными.

31. Боятся боли

В этой теме вы сможете прочитать сказку «Волшебная кнопочка».

Расскажите её ребёнку перед сном или после того, как малыш упал, поранился, порезался и т.п. Затем периодически напоминайте ребёнку про «кнопочку», пока он не научится ей пользоваться без напоминаний.

Опыт показывает, что дети с удовольствием пользуются таким способом снятия боли.

Боль – это нормальная реакция организма на неблагоприятное воздействие. И бояться боли – это тоже нормально. Но многих родителей раздражают рыдания малыша после каждой маленькой царапинки.

Если это так, давайте попробуем вспомнить, с чего начинались эти слёзы. Очень часто их провоцируем мы сами. Маленький ребёнок боится не собственной боли, а страха в глазах мамы или папы. Почему одни дети, после падения спокойно встают и бегут дальше, а другие в той же ситуации начинают громко плакать? Наверняка вы не раз замечали, что после удара или падения малыш некоторое время выжидает, наблюдая за нашей реакцией. Поэтому в таких ситуациях старайтесь сохранять спокойствие. Даже если вы сами испугались, необходимо это скрыть. Настроение мамы очень быстро передаётся ребёнку.

Если малыш упал, не бросайтесь сразу его утешать. Спокойным и, по возможности, весёлым голосом спросите, что случилось, попросите его подняться и отряхнуться. Если ушиб несильный, ребёнок сам поймёт, что ничего страшного не случилось: «Раз мама не беспокоится, то и мне бояться нечего!».

Если малыш всё же расплакался от боли, не ругайте его, не обзывайте плаксой, трусом и т.п. Будьте рядом, обнимите его. Некоторое время ничего не говорите. После того, как ребёнок успокоится, расскажите ему, что произошло. Объясните, как нужно вести себя в подобной ситуации, и, что нужно сделать, чтобы избежать её в дальнейшем.

В поликлинике за несколько минут до прививки предупредите об этом малыша. Не обманывайте его ожидания, заверяя, будто ему не будет больно. Не обманывайте ребёнка, лишая его возможности верить вам. Скажите прямо: «Тебе, скорее всего, будет больно. Ты можешь поплакать и посидеть у меня на коленях, если захочешь. Боль пройдёт и всё будет хорошо!». Во время укола держите малыша в своих объятиях, ласково говорите, что скоро всё пройдёт. За терпение и смелость можно пообещать ребёнку сюрприз.

Сами будьте уверены и спокойны – это состояние передастся и малышу. Излучающая спокойствие мама легко справится с возникшими опасениями малыша и развеет все его страхи своей ободряющей улыбкой.

Иногда пробуйте разговаривать с ребёнком о страхе боли. Рассказывайте о себе, как вы переживаете боль, что вам помогает с ней справиться. Не стыдите ребёнка за страх. Отрицая страх, мы загоняем его глубже внутрь, а это может плохо сказаться на психическом и физическом здоровье малыша.

Предложите ребёнку нарисовать свой страх, свою боль. Помогите ему вылить свои чувства на бумагу. Можно попробовать просто описать боль: какого она цвета, какой формы, размера, где в теле она находится. Затем мысленно поместите её в воздушный шар и отпустите.

В трудных для малыша ситуациях будьте рядом с ним, но сохраняйте спокойствие и всем своим видом показывайте ему, что всё пройдёт и наладится. Постепенно он научится не терять самообладание и самостоятельно находить выход!

Волшебная кнопочка

Алексей и Виктория Варгины

Эта история случилась с Лёнкой летним утром, когда он вышел в сад. Ах, как чудесно здесь было поутру! Солнышко ещё грело, а не пекло. Искжно пахли розы. Птички здоровались с Лёнкой весёлыми голосами. А на дорожке возле лужи сидел зелёный лягушонок.

Лягушек Лёнька не боялся, хотя и был ещё маленьким. А вот мама, наоборот, большая была, а лягушек ещё как боялась!

– Привет! – сказал Лёнька лягушонку. – Давай играть. Я буду убегать, а ты догоняй!

Но лягушонок, наверное, тоже любил убегать – взял и запрыгал от Лёньки по песчаной дорожке.

– Ладно, – сказал мальчик, – я буду догонять. А ты мне за это покажешь свой домик.

Бросился Лёнька за лягушонком, а тот – в траву. Лёнька за ним, а лягушонок – в кусты. Лёнька к кустам, а на пути камень лежит. Споткнулся мальчик об этот камень и упал. Да как ещё упал – коленку до крови разбил! Кровь из коленки течёт – просто ужас, а уж как больно-то!..

Сидит Лёнька в траве, на ногу свою смотрит, слёзы роет. Вдруг слышит:

– Сильно болит?

Лёнька голову поднял. Видит: стоит тётенька – откуда только взялась? Да не простая, а прямо какая-то сказочная: платье у неё длинное-предлинное, до самой земли, и переливается, как радуга, а на голове веночек из цветов. Лицо у тётеньки доброе, как у мамы. Тут Лёньке так себя жалко стало, просто никакой мочи нет.

– Ещё как болит! – отвечает он и снова в слёзы.

– Я тебе помогу, – говорит радужная тётенька. – Ты найди у себя в голове маленькую такую кнопочку и нажми на неё. Тогда твоя боль сразу выключится.

Кнопочка-то красненькая? – уточняет Лёнька.

– Красненькая. Давай нажимай.

И только Лёнька на кнопочку нажал, как коленка болеть перестала и кровь остановилась.

Тут Лёнька повнимательней к тётеньке присмотрелся и спрашивает:

– А Вы волшебница?

– Конечно, волшебница, – отвечает она. – Молодец, что меня узнал. И что кнопочку быстро нашёл, тоже молодец.

Лёнька погордился маленько и снова спрашивает:

– А откуда у меня кнопочка?

Она у всех людей есть, – отвечает волшебница. – Голова-то у каждого имеется, верно?

Лёнька подумал:

– Верно.

– И у каждого там кнопочка, – продолжает волшебница. – Видишь, как хорошо придумано.

Тут Лёнька ещё немного поразмыслил и говорит:

– А когда у мамы что-нибудь болит, она лекарство пьёт.

– А это потому, что она про кнопочку забыла, – отвечает мудрая волшебница. – Взрослые почему-то всегда про неё забывают.

Лёнька опять расстроился не на шутку:

– Значит, я тоже забуду? Я лекарство пить не хочу! Оно противное!

– Я тебе помогу, – снова говорит волшебница. – Вот видишь, у тебя на руке родинка? Она будет напоминать тебе про кнопку всякий раз, как ты на неё помотришь.

– Это волшебство такое? – спрашивает Лёнька.

– Ну да, волшебство. Только ты не забывай пользоваться кнопкой, когда тебе больно. Тогда она останется с тобой на всю жизнь.

– Здорово, – обрадовался Лёнька. – Спасибо Вам!

Он хотел сказать ещё что-нибудь хорошее, но никак не мог придумать что. Потом всё-таки вспомнил.

– А я всегда верил в волшебников и волшебниц! – сказал Лёнька.

Глядит – а рядом нет никого! Коленка разбитая есть, родинка на руке – вот она, а волшебница пропала.

Огляделся Лёнька вокруг, видит – мама к нему спешит.

– Ты что же это, упал? – спрашивает она. – Бедный ты, бедный! Сильно болит?

Лёнька вспомнил, что волшебница его точно так же спрашивала, и засмеялся.

– Ишь, ты, – удивилась мама. – Раньше плакал всегда, а теперь смеёшься... Может, ты вырос, сынок?

– Я, мама, ещё не совсем вырос, – ответил Лёнька рассудительно. – Но я больше от боли плакать не буду – вот увидишь.

Вот такая однажды случилась история.

А у тебя тоже есть волшебная кнопка. И если когда-нибудь что-нибудь заболит – сразу нажимай на неё.

Не сомневайся – всё пройдёт. Проверено.

32. Ябедничает

Расскажите ребёнку сказку «Как Коля перестал ябедничать».

Дополните её деталями из жизни малыша.

Попробуйте разобраться в причинах такого поведения ребёнка. Чем оно может быть вызвано?

Если вашему малышу нет ещё и трёх лет, то повод для беспокойства отсутствует. В этом возрасте ребёнок не может предсказать последствий своих действий. Он пока не может достаточно точно определить хорошо или плохо он поступил в какой-либо ситуации. Свои поступки дети в этом возрасте оценивают только по реакции на них взрослых. И малыш просто приходит к маме, чтобы поделиться увиденным. Никаких корыстных целей он не преследует. И прозвища «ябеда» уж конечно не заслуживает.

В возрасте 3-5 лет малыш продолжает делиться информацией и следить за реакцией взрослых. Он наблюдает различные образцы поведения у разных людей: мамы, папы, бабушки, дедушки, братьев и сестёр, своих друзей и воспитателей в детском саду. Он хочет, чтобы мы оценили ситуацию и объяснили ему, что хорошо, а что плохо; как нужно вести себя и как не стоит; с какого человека можно брать пример.

Так же малыш подражает и нашему поведению. Ведь мы сами часто делимся своими впечатлениями с родными и близкими нам людьми. Рассказываем жене о ситуации на работе, сообщаем мужу о том, что натворил ребёнок за день и т.п. Малыш видит это и тоже хочет поделиться своими впечатлениями, эмоциями, переживаниями. Мы же, в свою очередь, должны прислушаться к ребёнку. Обсудить с ним, правильно ли вели себя другие дети или он сам. Объяснить ему, как поступать в подобной ситуации в следующий раз.

Если малыш рассказывает нам, что кто-то отнял у него игрушку, то это тоже не является ябедничеством. Он просит нас о помощи и надеется на нашу поддержку. Он хочет сообщить нам о несправедливости и в то же время понять, действительно ли его обидчик поступил плохо. Ведь, повторюсь, оценить поступок ребёнок может, только глядя на нашу реакцию. С помощью нашего мнения о той или иной ситуации ребёнок изучает социальные нормы общения и учится оценивать не только чужое, но и своё собственное поведение.

Осознанно ябедничать дети начинают после пяти лет. Но и в этом случае необходимо научиться отделять настоящее ябедничество от ненастоящего, например, когда ребёнок просит нас о помощи или сообщает об опасности.

Настоящим же ябедой считается тот ребёнок, который испытывает удовольствие от того, что его жалоба стала причиной для наказания другого ребёнка. Но и здесь нужно понять, почему малыш так поступает.

Возможно, ребёнок стремится к лидерству и таким способом желает повысить собственную значимость в глазах других детей и взрослых. Он считает, что дети будут уважать его и считаться с его мнением. И нам нужно объяснить

малышу, что он выбрал неверный путь для завоевания авторитета. Объяснить, что ябедничать плохо, что таким образом он может потерять всех друзей. Нам следует определить и показать ребёнку его сильные стороны, за которые он может уважать себя, и с помощью которых он может завоевать настоящее уважение других. Например, он отлично рисует или поёт, может быть у него хорошая память, и он с лёгкостью запоминает стихи. Или умеет придумывать разные игры и с ним интересно проводить время. Помогите малышу проявить себя новым для него способом.

Бывает, что дети ябедничают из чувства мести или обиды по отношению к другим людям. Например, после ссоры с товарищем, ребёнок начинает рассказывать или выдумывать про обидчика разные истории, за которые того потом накажут.

Чувство зависти тоже может спровоцировать ябедничество. Например, если ребёнку не хватает внимания окружающих, или новых игрушек, одежды и т.п., он может начать завидовать тому, у кого это всё есть. С помощью ябедничества ребёнок пытается восстановить справедливость, привлечь к себе внимание и опорочить другого ребёнка в глазах взрослых.

Чаще такую ситуацию можно наблюдать в семьях, где одному ребёнку уделяется больше внимания, чем другому. Но обвинять малыша в плохом поведении не стоит. Наоборот, нужно проанализировать свои отношения с обоими детьми. Вспомнить, с кем из детей вы проводите больше времени, кому уделяете больше внимания и исправить ситуацию. С помощью ябедничества ребёнок указывает нам на наши ошибки в воспитании. Постарайтесь уделять своё внимание каждому ребёнку в отдельности и устраивайте

праздники для всей семьи: вместе ходите в гости, на прогулки. Обязательно прислушивайтесь к мнению обоих детей. Пусть каждый из них знает, что вы любите его ничуть не меньше другого.

Бывает, что ребёнок начинает ябедничать из страха наказания. Чаще это происходит в семьях, где растут несколько детей. Например, один малыш набедокурил. А мама, не желая разбираться в ситуации, хочет наказать всех детей. Тогда ребёнку, который ни в чём не виноват, приходится ябедничать – почему он должен отбывать несправедливое наказание? В этой ситуации родителям необходимо задуматься: по каким причинам провинившийся ребёнок не сознаётся в своём проступке? Возможно, он боится сурового наказания? Тогда постарайтесь не наказывать детей слишком строго. Они сами будут признаваться в содеянных проступках и никому ябедничать на них не придётся. Научите детей исправлять свои ошибки. Ведь если ребёнок, разбивший вазу, будет знать, что ему нужно всего лишь убрать осколки, он вряд ли будет скрывать то, что сделал. Страх же наказания заставляет провинившегося малыша лгать нам, а другого ребёнка – ябедничать.

Если мы слишком много запрещаем ребёнку и мало хвалим, то стараясь заслужить одобрение взрослых, он тоже может начать ябедничать. Например, дома малыша ругают за любую провинность, он часто слышит от родителей «нельзя» и очень редко – похвалу. И тогда он стремится компенсировать плохие отношения с родителями «дружкой», например, с воспитателем в детском саду, ябедничая на других детей. В этом случае можно посоветовать родителям почаще хвалить ребёнка за его достижения, больше проводить с ним времени и поощрять общение с другими

детьми, разрешая при этом небольшие шалости.

Низкая самооценка ребёнка также может спровоцировать ябедничество. Ребёнку кажется, что ему уделяют мало внимания, потому что он хуже других. И старается выслужаться перед взрослыми, пытаясь показать, что он тоже кое-что может, что он тоже важен и нужен.

Поговорите с ребёнком. Скажите, что очень любите его и нуждаетесь в его помощи. Сделайте малыша ответственным за какой-либо вид деятельности: уборку игрушек в своей комнате, полив цветов, кормлению домашних животных. И обязательно хвалите его за хорошо выполненную работу или даже за попытку её выполнить. Вселяйте в ребёнка уверенность в собственных силах. Покажите ему, что очень цените его помощь, что он вам нужен и дорог. Малыш поймёт, что заслужить внимание можно не только жалобами, но и добрыми делами. И желание ябедничать, чтобы привлечь к себе внимание, пропадёт.

Если ребёнок идёт к взрослому за помощью, предвидя опасность для себя или другого человека, это не является ябедничеством. Рассказать взрослому, что кто-то поранился или упал – это ответственный поступок! Если ребёнком движет забота о себе и окружающих, а не желание отомстить и наказать обидчика, то за такой поступок малыша нужно хвалить, а не ругать.

Но часто, завидев несправедливость, малыш бежит к нам, а мы отмахиваемся от него. Например, если малыш сообщает нам: «А Серёжа без очереди залез на горку» или «Миша отобрал у Оли ведёрко», и слышит в ответ: «Ябедничать не хорошо!», ребёнок делает вывод, что сообщать о несправедливости бесполезно. А может быть, Серёжа и Миша были правы, раз никто им не сделал замечание?

Вместо защиты и помощи малыш получил порицание. И впоследствии он может замкнуться в себе, не надеясь на поддержку взрослых.

В каждом таком случае очень важно разобраться, поговорить с детьми, выяснить, как было дело, и предложить варианты поведения. Нельзя пускать такую ситуацию на самотёк, ведь обидчик тоже должен знать границы дозволенного поведения. Но и строго наказывать его не стоит, чтобы в следующий раз не спровоцировать ябедничество у вашего малыша.

Очень часто дети не знают, как им справиться с проблемой и бегут к нам жаловаться, чтобы получить поддержку и помощь. Когда такое случается постоянно, и с этими проблемами ребёнок уже может справиться сам, научите его это делать. Если каждый раз в простых ситуациях мы будем помогать ребёнку, то он не разовьёт чувство уверенности в своих силах. Нам нужно научить малыша полагаться на себя в некоторых ситуациях.

Например, если ваш сын сообщает о том, что младшая сестрёнка полезла сама на шкаф за кружкой, то спросите его, как он может помочь сестре, чтобы она не упала: достать чашку сам или дать ей другую. Научите ребёнка нескольким вариантам поведения в подобных ситуациях и обязательно хвалите его за каждый самостоятельный поступок.

Обычно ябедничество – это способ ребёнка удовлетворить какие-то свои потребности: потребность в одобрении и уважении взрослых, потребность в безопасности, в желании избежать незаслуженного наказания. Но нам нужно научить ребёнка добиваться желаемого другими способами.

Самый неэффективный способ борьбы с ябедничеством

– это полный запрет на жалобы. Конечно, ребёнок станет меньше жаловаться, но это не значит, что все его проблемы будут решены. Ребёнку не с кем будет посоветоваться, не у кого будет спросить совета, ведь он перестанет вам доверять свои переживания. Напротив, доверительное общение с родителями, совместные игры, в которых вместе с ребёнком вы будете проигрывать ситуации ябедничества, помогут найти новые модели поведения и искоренят эту привычку. Очень важно, чтобы рядом с ребёнком были понимающие, всегда готовые прийти на помощь, родители. А если мама будет постоянно говорить: «Перестань ябедничать», не разбираясь в ситуации, малыш будет избегать откровенных разговоров, опасаясь вызвать мамину недовольство.

Тщательно проанализируйте ваши отношения с ребёнком, ваше собственное поведение. Спросите себя, что может побуждать вашего ребёнка к ябедничеству. Ему не хватает внимания? Он не знает, как самостоятельно справляться с проблемами? Завидует, мстит брату или сестре? А может быть, он считает, что таким способом помогает вам?

Вспомните, как вы обычно реагируете, если ребёнок ябедничает? Возможно, вы каким-то способом поощряете такое поведение, реагируя на малейшую жалобу? Если это так, то измените своё поведение. Когда вы уверены, что малыш жалуется, желая причинить кому-то вред, реагируйте на такое сообщение нейтрально, просто сказав: «Гм-м» или «А-а». Сообщите малышу, что будете слушать и уделять внимание только полезным сообщениям.

Определите причину, почему ребёнок ябедничает, и составьте план её устранения. Но помните, что самой лучшей профилактикой против такого поведения является наше доброе и уважительное отношение к ребёнку. Прислуши-

вайтесь к его мнению, чаще хвалите, уделяйте достаточно внимания. Часто ябедами становятся дети, которые не получают достаточно душевного тепла и ласки. И с помощью ябедничества они стараются компенсировать этот недостаток и повысить собственную значимость.

Как Коля перестал ябедничать

Ирина Гурина

Жил да был на свете мальчик Коля. Очень любил этот мальчик ябедничать. В детском садике его так и звали: Коля-ябеда.

Однажды теплым весенним днем гуляла Колина группа на своей площадке. Все дети играли, а Коля постоянно бегал к воспитательнице, Анне Николаевне, и жаловался.

– Анна Николаевна! – кричал Коля, подбегая к ней. – А Света упала в лужу!

– Ах, – пугалась Анна Николаевна. – Но ты помог ей подняться?

– Нет, – удивленно пожимал плечами Коля. – Зачем? Она сама встанет. Я пришёл вам рассказать.

Коля подошел к ребятам, стоявшим у качелей.

– Пустите меня покачаться, – начал толкаться он.

– Сейчас не твоя очередь, – возмутился Вася.

– Анна Николаевна! – опять закричал Коля. – А они мне покачаться не дают!

Когда ребята поели и начался тихий час, Коля внимательно оглядел группу и побежал к воспитательнице:

– Анна Николаевна! – зашептал он. – А Нина, Витя и Олег не спят. Они лежат и шепчутся.

– Коля! – печально покачала головой Анна Николаевна.

на. – Сколько раз я тебе говорила: ябедничать очень-очень плохо! Если ты видишь, что кто-то сделал что-то не так – помоги, объясни, но только не ябедничай!

Коля надулся и лег в свою кровать. Он долго ворочался с боку на бок, но заснуть никак не мог. Вдруг прямо перед ним появился крохотный жёлтый шарик. Он начал надуваться, надуваться, надуваться...

– Сейчас лопнет, – подумал Коля.

Но шар не лопнул. Он покрутился перед Колиным носом, а потом внутри шара за клубился красный дым. Коле стало страшно. Он попытался забраться под подушку, но подушку сдуло, словно ветром. Дым в шаре развеялся, и на мальчика глянули выпученные лягушачьи глаза. Над ними торпоршились зеленые волосы, стоявшие дыбом, словно иголки у ежа. Рот был похож на зубастую щель.

– Ты кто? – в ужасе спросил Коля.

– Я – Ябеда! – гордо ответила жуткая голова, показав длинный синий язык.

– А что тебе тут надо? – дрожащим голосом поинтересовался Коля.

– Я за тобой! – голова подпрыгнула, и шар качнулся в Колину сторону. Он едва не свалился с кровати.

– Помогите! – закричал Коля.

Но никто его не услышал. Он почему-то и сам себя не услышал.

Голова в шаре усмехнулась.

– Ой, что происходит? – заволновался Коля. Вокруг него в одно мгновение надулся ещё один жёлтый шар, и мальчик оказался внутри. Шар подскочил к потолку, вылетел в открытое окно и полетел над городами, над лесами, над морями, над горами. Он летел долго-долго и, наконец,

приземлился на зеленой поляне. Шар неожиданно исчез, оставив Колю одного.

– Приветствую тебя в стране Ябед! – каркнул кто-то сзади. – Поздравляю, теперь ты – один из нас!

Коля оглянулся. Прямо перед ним в воздухе висела лупоглазая голова.

– Я что, тоже теперь такой же страшный? – в ужасе спросил Коля.

– Пока нет, но скоро станешь! – важно ответила голова.

– Я не хочу! – закричал Коля.

– Как это не хочешь? – удивилась голова. – Ты же ябеда, а мы все должны быть такими.

– Я хочу к маме! Верните меня обратно! – заплакал Коля.

– Твое место здесь! – сурово ответила голова и, возмущенно ворча, улетела.

Коля огляделся. Вокруг раздавался странный гомон, словно много-много детей разговаривали одновременно.

– Пчела съела мой нектар! – хлопала крыльями бабочка.

– Медведь взял без спроса мой мед! – жужжала пчела.

– Волк не вытер ноги, когда пришёл ко мне в гости, ворчал медведь.

– Лиса обманула меня, – жаловался волк.

Коля заткнул уши.

– Перестаньте, у меня голова болит! – закричал он. – Сколько можно жаловаться?

– Мы не жалуемся, – удивились все. – Мы ябедничаем. А ты почему молчишь?

– Я не хочу больше ябедничать. Вас противно слушать! – возмутился Коля.

– А раньше тебе очень даже нравилось! – ответили ему все хором и опять начали ябедничать.

Жалобные и обиженные голоса со всех сторон становились все громче. Коля не выдержал. Сначала он поймал бабочку.

– Пчела съела мой нектар, – обиженно повторила бабочка.

– Найди другой цветок с нектаром. Посмотри, как их тут много! – ответил Коля.

– И правда, – удивилась бабочка. – Как это я сама не догадалась!

Она села на душистый розовый клевер и, довольно причмокивая, начала пить нектар.

Пчела с обиженным жужжанием кружила рядом с Колей:

– Медведь взял без спроса мой мед!

Коля строго посмотрел на неё и сказал:

– А ты не поделилась с бабочкой нектаром. Ей тоже было неприятно. Собери новый мед, а медведю надо было просто объяснить, что брать чужое нельзя!

– И правда, – удивилась пчела. – Как это я сама не догадалась!

Она улетела собирать новый мед, а Коля пошел к медведю.

– У меня пол в берлоге грязный, – обиженно сопел медведь. – Волк пришёл в гости, а ноги не вытер!

– Надо было ему объяснить, а не жаловаться! – ответил Коля. – Если бы ты сразу сказал волку, что ноги надо вытирать, то он бы не успел напачкать! Теперь надо просто убрать, а не ябедничать.

– И правда, – удивился медведь. – Как это я сам не догадался!

Он взял метлу и принялся за уборку.

Волк подбежал к Коле и завыл:

– Меня Лиса обманула!

– Так объясни ей, что обманывать нехорошо, – удивился Коля. – А когда в следующий раз пойдешь к медведю в гости, вытирай ноги, чтобы с ним не ссориться.

– И правда, – сел на задние лапы волк. – Почему я сам не догадался?

И он побежал к лисе.

Коля сел на траву и задумался:

– Получается, и я не должен был ябедничать. Я ведь сам мог разобраться. Когда Света упала, надо было помочь ей подняться. Когда меня не пустили на качели, я должен был просто занять очередь, кататься-то все хотят!

– Безобразие! – закричала неизвестно откуда взявшаяся летающая голова. – Кто его пустил в нашу страну, это же не ябеда! Вернуть его немедленно домой!

– Да, да! – обрадовался Коля. – Верните меня домой! Я никогда больше не стану ябедничать!

– Закрой глаза! – сердито сказала голова.

Коля послушно зажмурился. Он ждал-ждал, но вокруг была тишина. Наконец, ему надоело ждать, и он осторожно приоткрыл правый глаз. Вокруг стояли кровати, он снова был в своей группе, в своем детском саду.

– Ура! – шепотом сам себе сказал Коля.

Наступило время полдника. Драчун Вася схватил Колину булочку и, хитро прищурившись, сказал:

– Сейчас я её съем!

Все думали, что Коля как всегда побежит к Анне Николаевне жаловаться, но он только улыбнулся и сказал:

– А я съем твою, и никому не будет обидно! Я больше

не ябеда, вот так вот!

Все ребята с облегчением вздохнули. Вася пожал Коле руку, и они сели полдничать, весело болтая ногами.

33. Обижает животных

В этой теме вы познакомитесь со сказкой «Про кошку Мурку». Прочитайте её ребёнку перед сном.

Если вы хотите, чтобы ваш ребёнок не обижал животных, любил и берёг природу, учите его доброте! Добрый человек всегда пожалеет несчастное животное, найдёт слова, чтобы утешить, кому-то поможет в беде, убержёт от ошибки.

И единственный способ преподать всё это малышу – это личный пример! Дети копируют нас во всём: как и что мы говорим, что делаем, как относимся к людям, к животным, ко всему, что нас окружает. И доброму отношению к животным ребёнок учится у нас. Если родители считают, что животное – игрушка, бездушное существо, то и малыш будет так думать и относиться соответственно. А если малыш с детства видит, что родители относятся к животным с добротой, уважением, то ему и в голову не придёт их бить и обижать.

Поэтому на личном примере регулярно показывайте малышу, как нужно обращаться с животными. Как с ними играть, как за ними ухаживать. Ни в коем случае не бейте животных в присутствии ребёнка (ну и естественно без него). Не называйте животных глупыми, злыми, не грози-

тес их наказать. Уважайте желания животных. Если кошка не хочет сидеть у вас на коленях, не удерживайте её силой. Скажите: «Киса больше не хочет сидеть у меня. Наверное, она хочет кушать. Отпущу-ка я её». Если кошка или собака спит, не будите её и не позволяйте другим это делать.

Вместе с малышом смотрите фильмы, мультфильмы о добрых животных, читайте книги об уходе за домашними питомцами, изучите породы собак, кошек, их повадки, характер. Малыш научится лучше понимать животных и нести за них ответственность.

Лишний хлеб не выбрасывайте, а сделайте кормушку для птиц и отдавайте им излишки. На улице вместо того, чтобы гонять голубей, лучше покормите их вместе с малышом. Объясните ребёнку, что не стоит гоняться за животными, ловить их – к доброму человеку всё живое стремиться само. Но почувствовав хоть малейшую агрессию, животное убегает от человека или наоборот, может напасть на него.

Расскажите малышу, какую пользу приносят животные людям, как помогают в трудных ситуациях. Расскажите, насколько они самоотверженны и преданы нам, и мы просто не имеем право наносить им вред. Объясните ребёнку, что всякая жизнь бесценна, и недопустимо причинять бессмысленную боль людям и животным.

Если ребёнок замахнулся палкой на птичку или кошку, не стоит оправдывать малыша, полагая, что он ещё маленький и ничего не понимает. Спокойно, но уверенно остановите его и выскажите своё недовольство таким поведением. Объясните, что он делает не так и как надо правильно поступать. Возможно, малыш захочет повторить свой эксперимент, но мы должны быть непреклонны. Таких уроков,

скорее всего, потребуется немало. И начинать их надо очень рано. Но в результате ребёнок должен чётко усвоить – бить животных нельзя!

Наше поведение по отношению к ребёнку тоже может служить источником агрессии к животным. Если родители грубо и жестоко обращаются с ребёнком, а он ещё не может постоять за себя, то малыш начинает отыгрываться на более слабых детях или животных. Ребёнок чувствует себя униженным и, обижая животное, такое же беззащитное как он сам, чувствует свою значимость. Он рад, что хоть на кошку он может оказать влияние.

В любом случае, малыш нуждается не в наших нотациях и наказаниях, а в нашем внимании и понимании. Он не знает другого способа, как получить всё это и, причиняя боль другим, обращает на себя внимание родителей. Он выражает свой протест каким-либо нашим действиям. И нам стоит об этом задуматься. Стоит поискать причину такого поведения в себе.

Чаще всего, в таких случаях, ребёнку не хватает родительского внимания, заботы и признания его успехов. Его самооценка занижена. Когда же малыш чувствует себя любимым, защищённым, ощущает, что его ценят, у него начинает развиваться сочувствие к другим. Ребёнок, испытавший на себе нежность и заботу, способен проявить жалость к бездомному котёнку или позвать на помощь родителей, когда кто-то обижает собаку. У него развито чувство ответственности за братьев наших меньших.

Будьте внимательны к своему ребёнку. Учите его доброте, рассказывайте о своих добрых поступках. Пусть он поразмыслит над вопросами: зачем нужны добрые дела? Почему люди становятся злыми? Как можно сделать мир

добрее? Что он сам может для этого сделать? Будьте для малыша достойным примером в общении с животными. И помните: «Мы в ответе за тех, кого приручили!».

Сказка про кошку Мурку

Ирина Маниченко

Жили-были в доме хозяин, хозяйка и маленький мальчик. У них была маленькая кошечка Мурка. Хозяева её очень любили и никогда не били, а только гладили. Жили они, жили, и вот, однажды, хозяйка ушла из дома по своим делам, а окошко закрыть забыли. Дома осталась только Мурка. Она долго сидела у открытого окна и смотрела на улицу. Ей было очень интересно, что же там происходит.

И вдруг Мурка увидела воробья и выпрыгнула за ним из окна. Но воробей улетел, а Мурка осталась одна. Раньше она не была на улице никогда и теперь не знала, куда ей идти. Она села под деревом около дома и стала ждать, когда же придут за ней хозяева.

Скоро стемнело и стало холодно, Мурка совсем замёрзла, но хозяева не возвращались. Мимо проходила какая-то тетя, она увидела Мурку, нагнулась и сказала: «Ой, ты чья, Киса? Ты совсем замёрзла и дрожишь. Пойдем со мной, я дам тебе покушать». И забрала Мурку к себе жить.

У тети дома была дочка – маленькая девочка Оля. Она никогда раньше не видела кошек и очень обрадовалась, когда её мама принесла Мурку домой. Оля не знала, как надо дружить с кошками, и стала её хлопать по голове и таскать

за хвост. Оля думала, что кошке так будет интересно играть. А Мурка только жалобно мяукала.

«Ой, – думала Мурка. – Почему эта девочка меня так обижает? Раньше меня никогда не обижали, а сейчас у меня так болит хвостик, когда меня Оля таскает. И по голове меня бьёт, а мне это очень не нравится». И стала Мурка жалобно мяукать и убегать от девочки, как только Оля хотела с ней поиграть.

«И почему она со мной играть не хочет? Чего ей не нравится?» – не понимала Оля.

И вот, однажды ночью, Оле приснился сон. Она увидела, как к ним домой пришла Кошачья Фея и превратила Олю в кошку Мурку, а Мурку сделала Олей. Сначала Оле было очень интересно, и ей даже понравилось быть кошкой, но потом пришла её новая хозяйка и стала с ней играть: тянуть за хвост, бить по голове, дёргать за усы и лапы. Кошка-Оля испугалась, забилась в самый дальний угол комнаты под кровать и заплакала: «Не хочу быть больше кошкой – это так больно! Хочу снова стать девочкой!»

Оля проснулась вся в слезах. Но потом она поняла, что это был всего лишь сон, и очень обрадовалась – она была по-прежнему девочка, а кошка Мурка спала рядом с ней на кровати, свернувшись калачиком.

И тут Оля вспомнила, как плохо ей жилось в роли кошки, как ей было больно и обидно. Она взяла Мурку на руки, ласково погладила и сказала: «Прости меня, Мурочка! Я поняла, как с тобой нужно играть, а обижать тебя я больше никогда не буду и другим не позволю. Ты теперь под моей защитой!»

И стали Оля и Мурка лучшими друзьями. Оля гладила Мурку по голове, чесала за ушком, поила вкусным моло-

ком. А когда Мурка хотела поиграть, привязывала бумажку на ниточку и убегала, а Мурка с радостью гналась за ней.

ОБ АВТОРАХ



**Зинкевич-Евстигнеева
Татьяна**

Доктор психологии, директор Санкт-Петербургского Института сказкотерапии.

Закончила факультет психологии Ленинградского государственного университета.

Автор метода Комплексной сказкотерапии.
Автор ряда монографий по сказкотерапии.

Автор тренинговых программ по деловым коммуникациям, командообразованию, инновационному менеджменту. Является научным руководителем проектов Минобразования РФ, ведет большую научно-практическую, преподавательскую, консалтинговую и общественную работу.

Автор научно-популярной серии книг по практической психологии «Ценность каждого дня».

Научный руководитель и разработчик комплексной модели реабилитации несовершеннолетних правонарушителей в специальных учебно-воспитательных учреждениях системы образования.

Член-корреспондент Международной Академии наук экологии, безопасности природы и человека. Эксперт Международной Федерации независимых экспертов.

Соколов Дмитрий



Автор книги «Сказки и сказкотерапия» – одной из первых и самых ярких ласточек сказкотерапии, популярного и быстро развивающегося направления практической психологии. По словам Соколова: «Воспитание сказкой – одна из самых естественных форм воспитания».

www.skazkoterra.newmail.ru



Бердникова Анна

Доцент кафедры Педагогики и психологии гуманитарного образования НГПУ. Кандидат филологических наук.

Психолог с большим опытом индивидуального и группового консультирования. Ведущий тренинговых групп.

Сертифицированный специалист по гуманитарной психотерапии Семейный консультант сайта sibmama.ru. Семейный психолог клиники «Инсайт»

Ведущий рубрики «Школа для родителей» газеты «Навигатор».

Автор психологической программы для родителей «Как справиться с капризами ребенка?». Соавтор и соведущий психологической программы для детей «Звездное лето».

Ведущий тренингов повышения речевой компетенции для специалистов, чей профессиональный успех напрямую зависит от их речевых навыков и умений.



Холкина Татьяна

По образованию математик-программист, учитель информатики – методист. Опубликованные работы – «Сказки про Андрюшу» на сайте <http://www.7ya.ru/>.

У Татьяны двое детей – Маша 13 лет и Арсений – 4 года. Маша занимается музыкой и рукоделием, Арсений – шахматами и спортивной гимнастикой.

Опыт написания сказок: «Когда возникали проблемные ситуации с детьми, я искала язык на котором можно было бы объяснить им то, что я думаю по данному случаю. 8 лет назад нашла в Интернете сайт Светланы Эльм по сказкотерапии <http://child-stories.chat.ru/>. Там нашла много интереснейших сказок. Начала их читать детям. Понравилось и мне и детям. Потом стали придумываться и свои сказки».

«Воспитание Сказкой – это образное выражение взрослым его отношения к некоторой теме на понятном ребенку языке. Воспитатель-

ное воздействие сказки направлено на ребенка, но не меньшее воздействие оно оказывает и на родителей. Взрослый человек, желающий рассказать воспитательную сказку ребенку, сам должен хорошо разобраться в ситуации и в том, что он хочет донести до ребенка». Пишите: taxa_st@mail.ru



Козлова Татьяна

По образованию психолог. Сейчас работает в сфере управления персоналом. В свободное время пишет различные статьи и придумываю сказки, загадки и стихотворения для своих детей.

У Татьяны двое детей – сын, 6 лет и дочь, 1 год. Пока что дочь растет, а сын собирается в школу. Развивающими занятиями Татьяна занимается с ними сама.

«Сказку я придумала для своего сына, когда мне очень нужно было все же убедить его убирать свои игрушки. Я всегда придумываю для своих детей и сказки, и песенки... Только за-

писываю редко. И конечно забываю придуманное. Эта сказка – единственное что записала. Придумывала несколько сказок при объяснении сыну анатомии человека, убеждая почему нужно есть мясо. Только кто бы их записал! Я умею придумывать, но не умею записывать».

«Воспитывать маленьких детей больше нечем, только убеждением сказкой. В сказке можно придумать такой мир, который ему понравится». Пишите: htanya@mail.ru



Гурина Ирина

Главный редактор детского журнала «Весёлый Колобок», автор стихов и сказок для детей, волонтер благотворительного фонда «АдВита», хозяйка сайта для родителей (<http://www.webbaby.ru/>) и просто мама двоих сыновей. Родилась и работает в Санкт-Петербурге. По образованию филолог-германист: в 1996 году окончила

Санкт-Петербургский государственный университет. В настоящее время издано 14 романов и более 60 книг для детей суммарным тиражом более 2 млн.экземпляров. По данным Книжной Палаты РФ И.В.Гурина уже 2 года подряд занимает 6 место в рейтинге «10 наиболее издаваемых авторов по детской литературе»



Варгины Виктория и Алексей

Познакомились в 1986 году, будучи студентами факультета журналистики Московского госуниверситета. В 1992 году стали мужем и женой. В настоящее время воспитывают сына Даниила и дочь Вареньку.

«У Лукоморья дуб зелёный...» – именно то сказочное место, где сейчас живут и пишут свои книги Виктория и Алексей. Их произведения читайте на сайте авторов: <http://www.vargin.ru/>

Сокровенная мечта – открыть для читателей СВОЮ волшебную страну, как некогда сделал непревзойдённый русский сказочник Александр Волков. Помните дорогу из жёлтого кирпича? В новую волшебную страну вы попадёте, следуя по тропе, проложенной солнцем («Солнечная тропа»).



Блюхтерова Екатерина

Сертифицированный семейный психолог, окончила Институт групповой и семейной психологии и психотерапии. Стаж терапевтической работы: 10 лет.

Хозяйка сайта «Мастерская домашней психологии Екатерины Блюхтеровой» www.bluhterova.ru. Двое детей, успех их воспитания считает основным достижением, а именно – трогательное и нежное отношение старшего ребёнка к младшему, искренняя дружба между детьми, полное взаимопонимание и поддержка.

Андрианов Михаил Александрович

В настоящий сборник вошли многие сказки и рассказы белорусского писателя Михаила Андрианова, взятые из его широко известной книги «Философия для детей в сказках и рассказах», которую можно причислить к лучшим произведениям гуманной педагогики.

В своей «Философии для детей» автор глубоко, многогранно и очень доступно раскрывает сложнейшие философские вопросы бытия, противоречивый мир человеческих взаимоотношений, что весь этот богатейший материал позволяет педагогам и родителям успешно решать вопросы воспитания гармоничной личности, человека с красивой душой.

Книга системно и поэтапно знакомит с общечеловеческими ценностями, с главными положениями в области этики и эстетики, формирует духовную основу ребенка для мудрого и высоконравственного поведения.

СТАНЬТЕ СКАЗОЧНИКОМ

*Вы можете стать автором сказок
для новых пособий.*

*Присылайте нам свои сказки, которые Вы
придумали для своего ребёнка. Присылайте
впечатления, отзывы, примеры из Вашей
практики по использованию наших пособий,
Ваши победы и достижения по адресу:
454016, г. Челябинск, а/я 3469.*

Мы Вам обещаем:

*Стоящий и интересный пример мы обязательно
опубликуем в новом издании.*

Мы обязательно укажем, кем он написан.

Мы вышлем вам в подарок одно из наших пособий.

Ваши сказки

СОДЕРЖАНИЕ

10 рекомендаций для эффективного рассказывания историй	3
1. Мы все – рассказчики историй	9
2. Больше используйте свой энтузиазм, а не технику рассказа	11
3. Используйте свой ум, честность и этику	13
4. История должна быть подходящей	14
5. Сделайте рассказ реальным	16
6. Составьте план рассказа	20
7. Отрепетируйте рассказ	22
8. Расскажите историю кому-нибудь другому	23
9. Наблюдайте за слушателем	24
10. Будьте гибким	25

ДЕТСКИЕ КАПРИЗЫ И СКАЗКИ К НИМ

1. Не хочет засыпать	29
Тёма и сон. <i>Ольга Быкова</i>	32
Смелый мальчик и Тётушка Ночь. <i>Дмитрий Соколов</i>	35
Сказка про кроватку. <i>Татьяна Холкина</i>	37
2. Не хочет есть	41
Как Плюша животик кормил. <i>Татьяна Холкина</i>	45
Почему нужно кушать. <i>Ирина Гурина</i>	47
Про Катюшину Капризку. <i>Ольга Быкова</i>	50
3. Стеснительность	53
Как Андрюша гостей встречал. <i>Татьяна Холкина</i>	59

4. Не хочет ходить в детский сад	62
Как Оля полюбила садик. <i>Людмила Цвирко</i>	71
5. Боится темноты	73
Сказка про смелого. Алёшу <i>Ирина Гурина</i>	76
Бум-бум-бум. <i>Михаил Андрианов</i>	80
6. Не убирает игрушки	83
Сказка про страну перях. <i>Ирина Гурина</i>	89
Сказка про мишку и порядок. <i>Татьяна Козлова</i>	96
7. Требуется покупок в магазине	99
Слонёнок и шарики. <i>Наталья Никитина</i>	107
Понедель Хотелки. <i>Михаил Андрианов</i>	109
8. Дерётся	112
Сказка про Колю и его друзей. <i>Людмила Цвирко</i>	118
Сказка про доброго Петю. <i>Ирина Маниченко</i>	120
Сказка про Зайца-забияку. <i>Ирина Гурина</i>	122
9. Не расстаётся с компьютером	125
Федя и компьютер. <i>Ирина Маниченко</i>	130
10. Не любит умываться	133
Как Костя стал умываться. <i>Татьяна Холкина</i>	136
Кари и Ес <i>Эльмира Блинова</i>	138
11. Огрызается на родителей	142
Сказка о пропавшей улыбке. <i>Дина Трушина</i>	145
12. Обожает сладкое	148
Сказка про страну сладких булок. <i>Марина Мосина</i>	150
Сладкоежки и сладкоёжки. <i>Дмитрий Соколов</i>	154
13. Не любит рано вставать	156
Про кузнечика Кузю. <i>Людмила Цвирко</i>	159

14. Не любит одеваться	162
Как Егорка одевался. <i>Татьяна Холкина</i>	166
Как Ваня научился одеваться. <i>Марина Мосина</i>	167
15. Обманывает родителей	169
Сказка про Лягушонка Васю. <i>Людмила Цвирко</i>	174
Как Юлия научилась говорить правду. <i>Ирина Маниченко</i> ...	175
Дворец вралей. <i>Михаил Андрианов</i>	177
16. Слишком много смотрит телевизор	182
Прилипчивый телевизор. <i>Татьяна Холкина</i>	187
17. Не хочет подстричь ногти	189
Витя и новые ботинки. <i>Авторство неизвестно</i>	192
18. Берёт чужое без спроса	195
Как Валя научилась дарить подарки. <i>Ирина Маниченко</i> ...	201
Сказка про лисёнка. <i>Ирина Гурина</i>	204
19. Грызёт ногти	207
Как Дима перестал грызть ногти. <i>Ирина Маниченко</i>	211
20. Отбирает чужие игрушки	213
Как Ваня научился дружить. <i>Людмила Цвирко</i>	215
21. Дразнит других	217
Сказка про сороку Дусю. <i>Людмила Цвирко</i>	221
22. Не садится на горшок	224
Маленькая тучка. <i>Екатерина Блюхтерова</i>	228
23. Не желает спать отдельно	233
Как Андрюша свой сон искал. <i>Татьяна Холкина</i>	236
24. Рождение второго ребёнка	239
Сказка про старшую дочку. <i>Дина Трушина</i>	247
Сказка про Медвежонка. <i>Татьяна Зинкевич-Евстигнеева</i> ...	250

25. Развод родителей	254
Про Маленькую Веселую Рыбку. <i>Татьяна Холкина</i>	258
26. Жадность	261
Сказка про щедрую Аню. <i>Ирина Гурина</i>	266
27. Не заправляет кровать	272
Красивая Кровать. <i>Людмила Цвирко</i>	276
28. Просигя на руки на улице	278
Как Егорка ходил гулять. <i>Татьяна Холкина</i>	282
29. Упрямство	283
Аська и Асенька. <i>Ольмира Блинова</i>	288
Сказка про город Упрямок. <i>Михаил Андрианов</i>	290
30. Командировка мамы	294
Сказка про командировку. <i>Анна Бердникова</i>	297
31. Боятся боли	299
Волшебная кнопочка. <i>Алексей и Виктория Варгины</i>	302
32. Ябедничает	305
Как Коля перестал ябедничать. <i>Ирина Гурина</i>	313
33. Обижает животных	319
Сказка про кошку Мурку. <i>Ирина Маниченко</i>	323
<i>Об авторах</i>	326