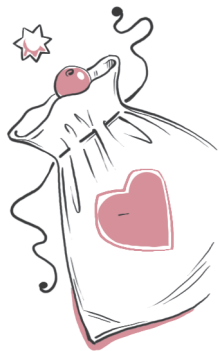


Анна Барышникова

**РАССКАЗЫ
СО СМЫСЛОМ**
для девочек



Иллюстрации
Юлии Корякиной



Аванта



Предисловие



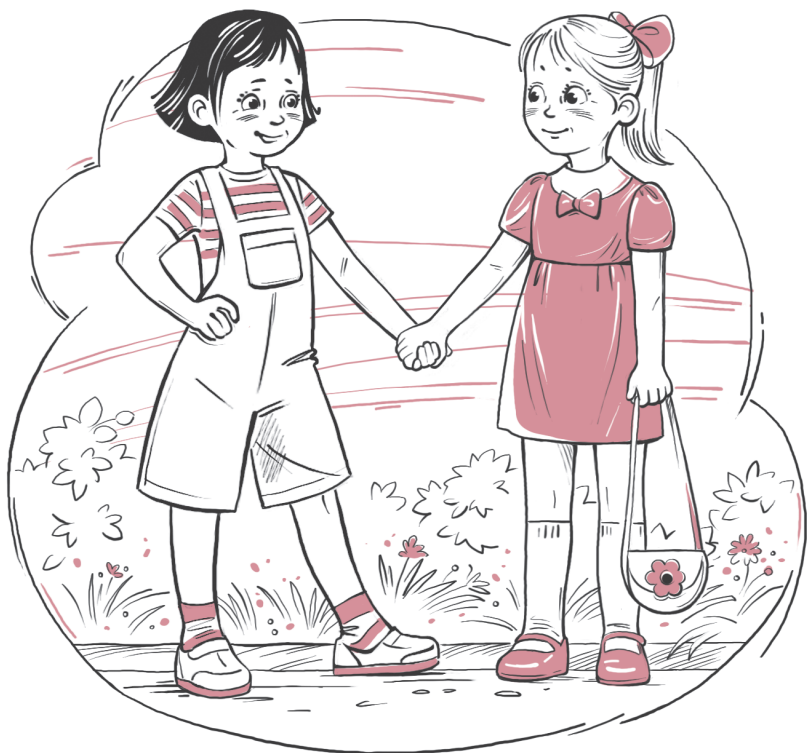
Дошкольный возраст считается очень благоприятным для развития эмоционального интеллекта (умения распознавать эмоции и управлять ими), расширения навыков коммуникации. А одним из лучших инструментов развития являются истории, герои которых чем-то похожи на самого ребенка. С одной стороны, происходит идентификация с героем, что помогает лучше понять себя, на примере персонажей освоить ключевые навыки. А с другой стороны, снижается напряжение и сопротивление, если в истории затрагивается значимая или очень эмоциональная для ребенка тема.

Истории из этой книги рассчитаны на детей 4–6 лет, и работать с ними могут как члены семьи, так и воспитатели детского сада, психологи.

Истории можно читать, обсуждать, отвечать на вопросы, проигрывать по ролям, вместе придумывать

другие варианты завершения. Важно помнить, что в рассказах представлен только один вариант развития событий, который отражает мнение автора, основанное на знании психологии, вы же можете давать возможность ребенку самому предложить способы реагирования на события. Это может стать интересной диагностикой и поводом для обсуждения.

Героями наших историй стали две подруги, Даша и Катя, которые обладают очень разными темпераментами. Темперамент — это врожденное свойство нерв-



ной системы, которое нельзя изменить, но можно и нужно понимать и уметь использовать себе во благо. Нет плохих и хороших темпераментов, но у каждого есть свои сильные и слабые стороны, зная которые можно «подстелить соломку» в сложных ситуациях.



Например, медлительный флегматик может работать в условиях ограничения времени, используя приемы рациональной обработки информации, а вспыльчивому холерику полезно освоить способы саморегуляции. В наших историях также в одних ситуациях более успешной оказывается бойкая Даша, а в других тихая и аккуратная Катя.

Ребенок чаще всего идентифицирует себя с героем, на которого больше всего похож, что может стать для родителей информацией к размышлению о его индивидуальных особенностях. Но для развития полезно просить поставить себя на место не близкого героя, представить, что он чувствует в этой ситуации, почему поступает так, а не иначе. Это в дальнейшем развивает важную способность эмпатии, то есть способность понимать других людей, их переживания, мотивы.



Анализируя ситуации, ребенок начинает понимать, где он может добиться успеха легко, благодаря своим сильным сторонам, а где ему

придется приложить усилия, использовать знания, попросить помощи. Также истории помогают принять тот факт, что иногда человек может не добиться успеха, и научиться справляться с негативными эмоциями по этому поводу.

Ну и, конечно, истории и их героев можно использовать и вне чтения книги. Например, если ребенок ассоциирует себя с Катей, то в жизненных ситуациях можно спросить:

- А что сделала бы Катя в такой ситуации?
- А что помогло Кате справиться с похожим заданием?
- Помнишь, что делала Катя, когда боялась?

Желаем вам интересного чтения и диалога с вашим ребенком!



Глава 1

КАТЯ И ДАША: ЗНАКОМСТВО



Катя и Даша не помнят времени, когда не были бы вместе. Они живут на одной лестничной площадке, в соседних квартирах, а их мамы дружат с детского сада. Поэтому иногда девочки в шутку называют себя сестричками.

Катя спокойная девочка пяти лет, с длинными светлыми волосами, собранными в красивый хвост или косички с ленточками. Она тихая, немного медлительная, аккуратная, часто переживает и тревожится, может легко заплакать от жалости к другим или от страха. Она старается делать все правильно и хорошо. Даже одеваться Катя любит в красивые опрятные платья.

А Даша — бойкая, веселая, шумная брюнетка. Маме надоело бегать за дочерью в попытках причесать ее, поэтому было принято совместное решение, и теперь у Даши короткая стрижка. Ей пять с половиной лет, и она очень смелая, любит похулиганить, у нее быстро меняются эмоции и интересы. Даже одежда подходит ее характеру: она обожает джинсовые комбинезоны

и футболки, в них же намного легче залезть на горку или перепрыгнуть через лужу.

Даша уже ходит в детский сад, ей там очень нравится, потому что всегда происходит что-то интересное и захватывающее, а Кате только предстоит это пугающее ее событие.

Катя и Даша очень разные. Даже их мамы удивляются этой дружбе. Но именно такие разные характеры и интересы делают их дружбу крепкой, захватывающей и поучительной для обеих девочек.

Давай поиграем. Попробуй отгадать, где в описанной ситуации Катя, а где Даша.

- когда подружки рисуют, одна из них спокойно сидит за столом, а вторая сначала рисует, лежа на полу, затем за столом, а потом сидя на диване;
- когда девочки встречают на улице кошку, одна сразу бежит ее погладить, а вторая любит наблюдать за животными со стороны;
- на пляже одна из девочек закапывает себя в песок, а вторая сидит на полотенце под зонтиком и рассматривает картинки в книге;
- когда разрушилась башня из кубиков, которую девочки строили вместе, одна весело засмеялась, а вторая чуть не заплакала.

