

## День 4

### Психологія. Я-повідомлення

Сьогодні ми поговоримо про те, як реагувати на ситуації, коли дитина демонструє небажану поведінку. (Не емоції, а саме поведінку!).

Як правильно відреагувати, щоб дитина вас почула і не почала протестувати на вашу заборону?

Вам допоможе схема побудови “Я -повідомлення

- Опис ситуації, яка викликала напругу (“Коли я бачу, що ти...”, “Коли це відбувається.....”, “Коли я стикаюсь з такою ситуацією...”)

Не варто: “Не користуйся без дозволу моїми речами!”

Бажано: “Коли я бачу, як ти береш без дозволу мої речі, я думаю, що вони можуть зіпсуватись”.

- Опис власного почуття у певній ситуації (“Я відчуваю....”, “Я не знаю що і сказати.....”, “У мене виникла проблема.....”)

Не варто: “Ти мене дратуєш, коли без дозволу користуєшся моїми речами”

Бажано: “Я відчуваю роздратування, коли я бачу, як ти береш без дозволу мої речі”.

- Безоцінковий опис дій, здійснених іншою людиною ( “Я бачу... (називання дії як факту без її оцінки)”, “Я помічаю...”, “Я спостерігаю..”)

Не варто: “Ти схильний до злочинства- береш без дозволу мої речі!”

Бажано: “Я помічаю, що мої речі беруться без дозволу”.

- щодо зміни ситуації ( “Я просив би тебе...”, “Я буду вдячний тобі, якщо...”, “Я хочу...”, “Я сподіваюсь...”)

Не варто: “Ти завжди без дозволу береш мої речі!”

Бажано: “Мені хочеться, щоб ти питав мого дозволу перед тим, як брати мої речі”.

**ЗАВДАННЯ:** спробувати відреагувати на небажану поведінку дитини за схемою Я-повідомлень.

### Дослід

Сьогодні зробимо дослід, за допомогою якого наглядно можна пояснити дітям, про те, що насправді мікроби невидимі, але вони є, а тому миття рук - найдієвіший спосіб від них захиститись.

**НЕОБХІДНІ МАТЕРІАЛИ:** паперова серветка, фломастери, піпетка або розприскувач, вода.

**ПРОЦЕДУРА:** згортаємо серветку вдвічі, на передній частині обводимо дитячу руку фломастером. Після цього серветку розкриваємо і на другій частині фломастером малюємо контури „кольорові «віруси». Далі серветку закриваємо, бризкаємо водою на контур руки і спостерігаємо як від намокання серветка стає прозорою і одразу видно всіх мікробів. Поділіться в кінці дня фото зробленими під час досліду.



## Творчість

Видмухування фарби.

Підготуйте аркуш паперу, воду, фарби, піпетку або пензлики, коктейльну трубочку (соломинку). добре розведіть водою фарби, капайте краплі фарби на папір і роздмухуйте через трубочку.



## Мислення

Продовжуємо гратися з тістом

Для малечі запропонуйте поліпити цифри, зліпіть кульки, черв'ячки, спіральки, блінчики, і рахуйте їх. Ріжте ножем на половинки, порівнюйте довжину, розмір, вирізайте геометричні фігури.



## Гра

Дуже весела, та корисна гра “Прочитай по губах”

Потрібні навушники і музика. Суть гри: один учасник одягає навушники, де грає гучна музика. Важливо, щоб він чув лише музику, а не оточуючих. Інший учасник говорить якесь слово, а той, котрий в навушниках, має прочитати по губах і відгадати його.

Як показала практика, гра дуже весела! Дітям може бути дещо важко читати по губах, тому пропонуйте прості слова, поступово ускладнюючи.

Також, гра між двома дорослими викликає море сміху у дитини.

Поділіться своїми відео в кінці дня!



**Веселого вам проведення часу! Будьте здорові!**