

СЕРІЯ «КАЗКА – НЕ КАЗКА, А БАТЬКАМ ПІДКАЗКА»

Оксана ДУМАНСЬКА

Бабусина муштра

*Оповідки
для маленьких та дорослих*

УДК 82-342

ББК 83.8

Д 82

*Серія «Казка — не казка, а батькам підказка»
заснована 2011 року*

Думанська О.

Д 82 Бабусина муштра : Оповідки для маленьких та дорослих. / О. Думанська — Тернопіль : Навчальна книга — Богдан, 2011. — 132 с.

(Серія «Казка — не казка, а батькам підказка»)

ISBN 978-966-10-2299-6

ISBN 978-966-10-2417-4 (серія)

Релаксаційні оповідки Оксани Думанської адресовані дітям дошкільного, молодшого шкільного віку та їхнім батькам (для сімейного прочитання).

Книга також прислужиться педагогам і вихователям, тим паче, що цікаві, дотепні оповідки Оксани Думанської доповнені післямовою — порадами й коментарями психолога Юлії Стадницької.

УДК 82-342

ББК 83.8

*Охороняється законом про авторське право.
Жодна частина цього видання не може бути відтворена
в будь-якому вигляді без дозволу автора чи видавництва.*

ISBN 978-966-10-2299-6

ISBN 978-966-10-2417-4 (серія)

© О. Думанська, 2011

© Г. Осадко, ілюстрації, 2011

© Навчальна книга — Богдан,
майнові права, 2011

Бабусина муштра

1

Мама каже, що мені пощастило, бо маю аж двох бабусь. Бабуся Галя — у селі, бабуся Тетяна — у місті. Частіш гостюю у бабусі



Галі. До неї їхати недалеко. І коли тато має вихідні, ми сідаємо в авто. Там у селі велика хата, садок, город, кролі, качки, кури, маленький песик і товстий кіт. У бабусі Тетяни — двокімнатна квартира, папужка у клітці, комп'ютер та дві гітари мого дядька Олега. Але я ніколи не живу тільки в бабусі. Мене ще забирають до себе дядько Іван та тітка Марічка, бо в них є свій дім, подвір'я,

пес, альтанка і навіть перекладаина, на якій можна висіти вниз головою.



— Цього літа не матиму відпустки, — сказав тато. — Море відпадає...

— Куди відпадає? — поцікавилася я. — Море може висохнути. Це в бабусиного кота відпав кінчик хвоста, як він потрапив у капкан.



...Я прокинулася, коли тато загортав мене в бабусину картату ковдру.

— Спи, — прошепотів він, — зараз я віднесу тебе в авто.

— Ні! — зірвалася я на рівні ноги. — Не хочу їхати від бабусі!

— Марійко, ти ще приїдеш — пізніше, — заспокоювала мене мама.



Бабуся мовчала, схрестивши руки на грудях. Вона ніби закам'яніла.

І я злякалася: а раптом у бабусі перестане битися серце? Тоді кинулася до неї — вона вхопила мене в обійми.

— Бабусю, я так тебе люблю! Я ще приїду!

— Авжеж, приїдеш! Хто ж іще, крім мене, влаштує тобі муштру?

Тато ховав очі, а мама вдала, що не почувала.

Я дуже люблю їздити з татом і мамою в авті, але тієї ночі мені хотілося спати на бабусиному дивані.

...До бабусі я приїхала аж через рік.

У такі хвилини дитина найбільше потребує порозуміння з вами, ваших (маминих чи татових) обіймів, ніжнього шепотіння на вушко заспокійливих слів. Шановні батьки, навчіться перемикати її увагу на щось позитивне, приємне, прийнятне у цій ситуації. Не нехтуйте такими випадками, а підтримайте дитину, допоможіть їй розвіяти сум, відпочити, стабілізувати емоції, зануритись у стан спокою (хоча б тимчасово).

Обійміть маленького «їжачка», пригорніть, приголубте, прошепочіть лагідні слова, заколишіть, розкажіть простеньку історію (звісно, не байку про нечемне дитинча) чи почитайте цікаву книжку. Підіть до парку, погодуйте крихтами пташок, поспілкуйтесь, тобто створіть альтернативу негативним переживанням. І, можливо, такі світлі миті розрадять і вас, і вашу дитину, а спогади про них стануть внутрішнім джерелом сили і насаги у майбутньому, коли «дорослі» проблеми атакуватимуть з усіх боків.

Якщо після динамічного робочого дня вам забракне енергії вигадати свій спосіб релаксування для дитини, ви можете почитати короткі відпочинкові оповідки, які психологи так і називають – релаксаційні, тобто такі, що допомагають заспокоїти маленького читача і позбавити психічного напруження, додають йому енергії для подальшої реалізації життєвих завдань.

Талановита письменниця Оксана Думанська, аби зарадити сучасним батькам, створила саме такі відпочинкові (хочете, кажіть – релаксаційні) оповідки, працюючи у своїй таємній творчій лабораторії. Спостережлива і уважна до дитячих переживань, авторка майстерно вплела в сюжет спеціальні заспокійливі елементи і створила атмосферу гармонії й безумовного комфорту для маленького читача. Можу розкрити вам кілька секретів відпочинкових оповідок письменниці. По-перше, вони написані на власному досвіді спілкування із онукою. По-друге, у них словесно відтворено спеціальні заспокійливі образи, звуки, відчуття смаку і дотуку

(краплі дощу, ритмічний стукіт коліс, зміна кольорів на небосхилі, прохолода у роті від улюбленого морозива, аромат маминих пиріжків та ін.), які й складають основу механізму релаксації при читанні чи слуханні. По-третє, у них є динаміка, ритмічна дія, але текст не перенасичений інтенсивними переживаннями, чи збудливими подробицями чи хвилюючими гостросюжетними епізодами (модним, але доволі суперечливим явищем у сучасній літературі для дітей). Це допомагає читачеві вгамуватись і спокійно стежити за сюжетною лінією, допоки емоційне напруження не зникне і не з'являться нові сили. По-четверте, вони дають відчуття захищеності, затишку завдяки відображенню могутнього ресурсного зв'язку між поколіннями (тепліх стосунків трьох жіночих постатей – мудрої бабусі, лагідної мами, допитливої дівчинки Марійки).

Головна героїня оповідок, Марійка, перебуває у захищеному колі конструктивних сімейних взаємин, що дає їй стабільну основу для щоденного підкорення невідомого світу, почуття впевненості, спокійної радості. Ідентифікуючись із Марійкою, маленький читач (слухач) відпочинкових оповідок отримує часточку тепла і позитивного настрою, вгамується, позбудеться напруження, відпустить свої тривоги і турботи, потрапить у безпечний світ повсякденних дитячих пригод, зануриться у цілюще джерело гармонії, розради і наснаги.

Читаючи дітям щовечора відпочинкові оповідки, ви зможете не лише заспокоїти стурбованого малюка, а й профілактично зарадити багатьом дитячим психосоматичним захворюванням, прищепите вкрай потрібну сьогодні звичку релаксувати. Допоможіть дітям гбати про себе у складні моменти – і ви навчите їх відновлювати внутрішні ресурси для майбутніх великих перемог і досягнень.

*Юлія Стадницька,
психолог*



Літературно-художнє видання

Серія «Казка – не казка, а батькам підказка»

Оксана Думанська

БАБУСИНА МУШТРА

Оповідки

для маленьких та дорослих

Головний редактор *Богдан Будний*

Редактор *Ірина Дем'янова*

Ілюстрації *Ганни Осадко*

Комп'ютерна верстка *Галини Кузів*

Підписано до друку 21.08.2011. Формат 84×108/32.

Папір офсетний. Гарнітура Baltica.

Умовн. друк. арк. 12,6. Умовн. фарбо-відб. 12,6.

Видавництво «Навчальна книга – Богдан»

Свідоцтво про внесення до Державного реєстру видавців
ДК №370 від 21.03.2001 р.

Навчальна книга – Богдан, просп. С. Бандери, 34а,
а/с 529, м.Тернопіль, 46008

тел./факс (0352) 52-06-07; 52-05-48; 52-19-66

publishing@budny.te.ua

www.bohdan-books.com

ISBN 9789661022996



9 | 789661 | 022996 |