

Здоровья вам и вашим детям!

# МАМА и МАЛЫШ

№8(57) октябрь 2013 г.

Николаевский местный благотворительный фонд «Юнитус»



## В НОМЕРЕ:



Опасна ли простуда во время беременности? Как лечить простуду во время беременности? Эти и другие вопросы всегда интересуют будущих мам, поэтому мы попросили ответить на них врача.

Читайте на 2-й стр.



Вам хотелось каких-то новых ощущений, было грустно, вы были несчастны или рассержены – все это вместе могло привести к тому, что вы изменили мужу. А теперь не знаете, что делать, страдаете от угрызений совести.

Читайте на 3-й стр.



Все дети любят сказки. Наверно, и ваш малыш может подолгу слушать увлекательные истории, полные чудес и приключений. А что если он сам выступит в роли сказочника? Помогите ребенку в этом полезном и увлекательном занятии.

Читайте на 4-й стр.

# ЖИЗНЬ С ВИЧ

## Задачи для друзей и семьи

Когда говорится о жизни с ВИЧ, обычно, имеются в виду только ВИЧ-положительные люди, но при этом забывают о тех, кто находится рядом с ними, и на чью жизнь ВИЧ также оказывает сильное влияние. Это выдержка из книги «Хорошие доктора, хорошие пациенты» американских психологов Джудит Рабкин, Роберта Ремиена и Кристофера Уилсона, в которой говорится о проблемах людей, живущих с ВИЧ.

Отношения, какими бы полноценными они не были, часто осложняются по разным причинам. Болезнь у друга или любимого человека может сделать осложнения

трудно разрешимыми. Близкие людей с ВИЧ должны осознавать обоюдострый эффект сочувствия, реальность своих проблем с дискомфортом и «незнанием, как себя повести», необходимость признать ограниченность своих возможностей и вероятность эмоционального отчуждения ВИЧ-положительного близкого. Больше всего им нужно быть готовыми к очень сильным эмоциональным переживаниям – как своим собственным, так и близкого, которые пробудит ВИЧ-инфекция. Эти переживания могут оказаться виной, страхом или злостью. Управлять чувствами, которые часто меняются, противоречат друг другу, очень сложно, поэтому это становится задачей, причем очень трудной. Тем не менее, решение этой задачи может обогатить ваши отношения в будущем.

Человеческая дружба и отношения очень сложны по самой своей природе даже в лучших обстоятельствах. В контексте ВИЧ, не разрешенные когда-то проблемы, противоречия сразу выходят наружу, увеличиваются, а также встают новые проблемы, связанные с самим заболеванием. Мы сосредоточимся на потенциальных трудностях и новых проблемах людей, затронутых эпидемией СПИДа.

Термин «семья» относится к тем людям, к которым мы обращаемся за помощью и поддержкой, и которые готовы добровольно предоставлять и то, и другое. Хотя, обычно, семьей называют только родителей, братьев и сестер, детей, в семью также могут входить другие родственники – бабушки и дедушки, двоюродные братья и сестры, тети и дяди, так как важна не сте-

пень родства, а характер отношений. Для многих людей с ВИЧ семья – это вообще не биологические родственники, а ближайшие друзья, люди из группы взаимопомощи и так далее. Широкое определение семьи очень полезно для человека, так как позволяет активно создавать свою собственную семью. С точки зрения ВИЧ, семья – это те люди, которые любят человека и готовы поддерживать его в опыте жизни с ВИЧ.

Несколько проблем, описанных в этой статье, были рассмотрены вместе с человеком по имени Ричард, который сам живет с ВИЧ, вместе со своими друзьями и семьей. Мы обратимся к его опыту для дальнейшего обсуждения.

Окончание на 2-й стр.

# ПРОСТУДА ПРИ БЕРЕМЕННОСТИ

**Чрезвычайно нехорошо, когда мама болеет во время беременности. Даже банальной простудой. Вообще название «простуда у беременной женщины» это верхушка айсберга. И потому ее следует всячески предотвращать и адекватно лечить. Наиболее неприятна может быть простуда на ранних стадиях беременности.**

Дело в том, что процесс формирования плаценты человека подходит к концу на 3-м месяце беременности. Этот период называется плацентация и является вторым критическим периодом в развитии плода. Как известно, кровь матери не смешивается с кровью плода. Все благодаря фетоплацентарному барьеру. Он предотвращает проникновение вредных факторов и веществ в систему кровообращения будущего ребенка. Но следует помнить, что фетоплацентарный барьер проницаемый для алкоголя, никотина, наркотических средств, многих медицинских препаратов.



Важно знать, что природа дала нам целую кипу прекрасных лекарств, за которыми не нужно идти в аптеку. Вообще, если это не сильная простуда, помогут всем известные народные средства. Самое важное в лечении любой простуды и ОРЗ – это строгий постельный режим. Наш организм гораздо сильнее простудных заболеваний, но нужно ему в этом помочь. Два-три дня, проведенных в кровати это залог дальнейшего выздоровления. Витамины С, теплое питье варенья из малины, смородины, настойки шиповника, облепихи, мед никому и никогда не навредят.

Также следует отметить, что если вы – будущая мама, и вы заболели, следует обязательно обратиться к врачу акушеру-гинекологу. Согласитесь, не компетентный в вопросе человек не может правильно диагностировать заболевание. Врач в индивидуальном порядке решит вопрос о применении тех или иных препаратов, или вообще можно обойтись без них.

Хочется дать несколько маленьких, но важных советов. Дорогие беременные женщины, выносить здорового ребенка крайне важное, сложное и ответственное задание. Поэтому, прежде чем идти в аптеку и покупать лекарства, которые вам обычно помогают, хорошо подумайте, не повредят ли они малышу. Внимательно изучите инструкцию к применению препарата, особенно заглавие «противопоказания», проконсультируйтесь с врачом на счет тех или иных препаратов. Старайтесь всячески избегать общения и длительного пребывания в общественных местах. Там точно найдется ряд больных и носителей инфекции. Помните, что во время беременности ваш организм и иммунитет особенно уязвимы к различного рода микробным агентам.

Но на кону здоровье не только ребенка, но и мамы. Во время тотальной гормональной перестройки, смены образа жизни, приспособительных условий функционирования органов матери, возник-

ают некоторые предпосылки к ослаблению иммунитета у матери. На самом деле в практической деятельности многих врачей частенько бывают случаи осложнения простуды более серьезными заболеваниями. Бактериальный острый бронхит или пневмония это то, чем может осложниться пренебрежение банальной простудой, ОРЗ.

Поэтому крайне не рекомендуется пускать на самотек совсем не банальную простуду во время беременности. Достоинством врача, который лечит таких больных беременных, есть умение найти правильный подбор необходимых препаратов, которые бы вылечили будущую маму и не принесли вреда ребенку.

Некоторые люди живут как одиночки, их связи с другими всегда поверхностны. Большинство все же так или иначе связаны с другими людьми. Если у человека обнаруживают ВИЧ, это непосредственно касается всех людей в его или ее жизни. Даже те, кто сознательно расстаются со своими ВИЧ-положительными друзьями или родственниками, оказываются «затронутыми». Ричард так объясняет это явление: «Те, кто прилагают усилия, чтобы отвернуться от человека, все равно громко говорят своим молчанием».



Начало на 1-й стр.

# ЖИЗНЬ С ВИЧ

## Люди – социальные существа

Потому что ВИЧ – это то, что происходит повсеместно. ВИЧ изменил этот мир, и пути назад уже нет. Катастрофа уже произошла. Даже те люди, которым достаточно повезло, чтобы избежать эпидемии физически, все равно «живут с ВИЧ» всю свою жизнь.

Задачи, стоящие перед друзьями и семьями, непросты, отчасти из-за того, что они требуют адаптации к новым ситуациям и ролям. В общем и целом их «описание служебных обязанностей» сводится к следующему: «находиться рядом и делать то, что в их силах».

**В самом начале**  
Когда люди впервые узнают о том, что друг или член семьи ВИЧ-

положительный, их могут захватить две противоположные реакции: они могут начать избегать человека (по любой причине) или они могут начать постоянно навязывать свое присутствие. Хотя первую реакцию чаще ожидают, как ни удивительно, второй вариант встречается не реже.

Очень часто человек, боявшийся того, что ему придется бороться с отвержением семьи, обнаруживает, что его главная проблема – чрезмерное внимание и постоянные расспросы. Может потребоваться долгая практика и взаимные уступки, прежде чем близкие перестанут переходить грань между естественным интересом и беспокойством и вмешательством в чужую жизнь. Самая распространенная ошибка, которую совершают близкие ВИЧ-положительных, – это постоянное восприятие их как «пациентов».

Некоторые люди, по каким-то причинам, действительно расторгают дружбу после того, как узнают о ВИЧ-статусе. Хотя это очень болезненно, большинство ВИЧ-положительных со временем приходят к выводу, что это не были их настоящие друзья, ведь друзья – это те, на кого можно положиться в трудное время.

## Быть рядом

Помимо выражения беспокойства и интереса в отношении здоровья человека с ВИЧ, важная

## Притча про двух друзей, идущих в пустыне

Как-то два друга много дней шли в пустыне. Однажды они поспорили, и один из них сгоряча дал пощечину другому. Его друг почувствовал боль, но ничего не сказал. Молча он написал на песке: «Сегодня мой самый лучший друг дал мне пощечину».

Друзья молча продолжали идти, и через много дней нашли оазис, в котором они решили искупаться. Тот, который получил пощечину, едва не утонул и друг его спас. Когда он пришел в себя, то высек на камне: «Сегодня мой самый лучший друг спас мне жизнь».

Тот, кто дал пощечину и который спас жизнь своему другу спросил его:

– Когда я тебя обидел, ты написал на песке, а теперь ты пишешь на камне. Почему?

И друг ответил:

– Когда кто-либо нас обижает, мы должны написать это на песке, чтобы ветры могли стереть это. Но когда кто-либо делает что-либо хорошее, мы должны высечь это на камне, чтобы никакой ветер не смог бы стереть это.

Научись писать обиды на песке и высекать радости на камне. Оставь немного времени для жизни! И пусть тебе будет легко и светло...

Национальная линия телефона доверия по проблеме ВИЧ/СПИД:

**0-800-500-451**

ON-LINE консультации Национальной линии телефона доверия по проблеме ВИЧ/СПИД:  
ICQ 271-324-528 <http://helpme.com.ua>

**Анна Рябова,**  
врач акушер-гинеколог

**Как себя вести после супружеской измены? Рассказать мужу или не надо? И что теперь будет дальше?**

**Вы чувствуете злость по отношению к себе, сгибаетесь под тяжестью чувства вины. Вам кажется, что с мужем вы должны быть честны, но тогда ваш брак пострадает наверняка. Если вы все-таки решитесь признаться в своей связи на стороне, то что с этой правдой ему придется делать? Простить вас? Уйти? Не обратить внимания?**

С какой стороны не посмотри – это означает и ваше, и его страдание. Время назад не повернешь, а будущее предвидеть сложно. Поэтому совет один: эту тайну оставьте при себе.

Сначала успокойтесь. Все это вы должны переработать и уложить в своей голове. Старайтесь рассуждать, примерно, таким образом: «Я сделала что-то плохое, но в результате мой брак будет еще лучше и намного счастливее». И за это вы должны бороться. Из всего случившегося необходимо сделать соответствующие выводы. У вас появилась возможность свой брак проанализировать и найти то, что надо изменить или поправить, и зависит это теперь только от вас. Подумайте, почему вы не сохранили верность своему партнеру. Может быть, вам в браке чего-то не хватает? Поводов, конечно, множество.

### Причины измены

По данным психологов, можно выделить следующие главные причины.

◆ **Заинтересованность другим человеком.** Вы познакомились с другим мужчиной и вам показалось, что вы влюбились. Брат подруги, новый сотрудник, просто знакомый... Пробежала искра, и вы уже вместе в постели, и вам кажется, что к этому человеку появились какие-то чувства.

Это сейчас вам не понятно, как могло так случиться. Вы ищете в этом причины иного характера. Может быть, вы насильно пытаетесь приписать маленькому приключению слишком высокие чувства? Или вам видится, что это влюбленность? У людей, которые в отношениях находятся длитель-



# ПОСЛЕСЛОВИЕ К ИЗМЕНЕ

ное время, часто понятие влюбленности путается со страстью.

◆ **А, может, это была просто тяга к неизведанному?** Попробуйте честно ответить на вопрос, а хотите ли вы этот роман продолжать дальше?

◆ **Вы почувствовали себя снова привлекательной.** Уже довольно длительное время вас не покидает чувство, что муж не видит в вас женщину и любовницу, а только мать своих детей и жену. Вы не ощущаете себя привлекательной и соблазнительной для мужа. А новый мужчина, перед которым вы не смогли устоять, легко уловил ваше «слабое» место. Он был заботливым, страстным и просто засыпал вас комплиментами. Психологи считают, что уже года через два после заключения брака наступает кризис в семейной жизни. Гормоны уже не бушуют, и отношения переходят совершенно на другой уровень. Постарайтесь ответить себе на такой вопрос: «А, может, супруг просто не умеет показывать, насколько вы для него интересны и привлекательны?». Подумайте, а вы сами не забыли

о том, что рядом с вами не только муж и отец ваших детей, но и красивый мужчина? Чего вы от него ждете и что можете дать ему сами?

◆ **Вам необходима была встряска.** В ваших отношениях страсть давно уступила обыденности. При виде мужа вы уже не чувствуете в душе порхание бабочек. Даже, иногда, ловите себя на радостной мысли, что муж пришел с работы позже, потому что очень хотелось побыть в одиночестве.

◆ **Вам казалось, что теперь жизнь будет идти по накатанной дорожке всегда. Как вдруг в гостях или в отпуске случается нечто непредвиденное.** Обстановка, полная романтики, вы одни, комплименты и никто не мешает. Оказывается, с этой стороны вы себя и не знали. Вы почувствовали взрыв сексуальной энергии, так вам не хватало. Находясь с этим мужчиной рядом, вы стали темпераментной и подумали: «А почему нет?». С ним вы смогли открыть новые стороны своей сексуальности.

А теперь постарайтесь перенести их на отношения с вашим мужем. Поговорите с ним откровенно, чего ждете от него в постели. Может быть, ему так же хочется что-то изменить в вашей интимной жизни? Уговорите его съездить куда-нибудь вдвоем. Это поможет вам вспомнить то чувство, которое много лет назад вас связало. Бывает так, что раз в жизни каждому человеку нужны минуты безумства. А, может, это можно сделать, но не выходя при этом за рамки брака?

### Что с этим делать

Теперь, вместо того чтобы анализировать эту ситуацию уже в сотый раз «а что было бы, если...», начинайте действовать. Отталкивайтесь от того, что этот поход «налево» был одноразовый, семью вы любите и с данной ситуацией должны справиться. Именно сейчас вы остро ощущаете, как любите супруга. Вы зашли очень далеко, чтобы понять это, и теперь эта мысль не дает вам покоя. Вы не можете допустить, чтобы брак распался. Что же делать?

Возьмите все на себя. Признавшись во всем мужу, вы снимете, конечно, с себя груз содеянного. Вам станет легче, но теперь всю тяжесть вы возложите на него, теперь ему будет тяжело справиться с возникшей ситуацией. Для супруга ваша измена может стать чудовищным ударом. Может быть, что задетое мужское достоинство заставит его уйти, даже если этого он на самом деле и не хочет. Даже если с фактом измены он смирится, все равно о нем в любом новом созревшем конфликте он будет вспоминать. Готовы ли вы к такому исходу?

А дети? Они, практически, безошибочно улавливают атмосферу, царящую дома. Вы видите как дорог им отец, они его просто обожают. И знаете, что они себе и представить не могут, что семья распадется. В этом случае их собственный мир разобьется тотчас на мелкие кусочки, потому что даже любой серьезный кризис в отношениях между родителями отражается на чувстве их безопасности.

Этого допустить нельзя. Старайтесь не показывать, что вас что-то тревожит. В такой сложный для вас период у вас может проявляться раздражительность, нервозность, плохое настроение. Ваши эмоции ни в коем случае не должны отражаться на детях. Не допускайте скандалов из-за пустяка. Конечно, у взрослых не всегда получается оградить детей от некоторых ошибочных решений, но все же можно постараться.

И еще одна сторона сложившейся ситуации. Скорее всего, семья есть и у мужчины, с которым вы вступили в связь. Вы же не желаете, чтобы разрушился и его брак? Тогда необходимо бесспорно и окончательно прекратить ваше знакомство. Если у него есть намерения продолжать встречаться, надо дать ему понять, что эта тема для вас уже давно стала закрытой. Не отвечайте на его СМС и звонки. Втолкните, что продолжения отношений не будет. Возможно, он также извлечет из создавшейся ситуации урок и возвратится назад в семью.

\*\*\*

Ваша жизнь теперь никогда не станет прежней. Сейчас будьте сильной и идите навстречу возникающим проблемам. Делайте это ради семьи и поверьте, вы еще будете счастливы!

# ПОДРОСТОК С СИГАРЕТОЙ

**Большинство подростков хотят выглядеть взросло. Поэтому начинают курить и употреблять алкоголь. В этом возрасте сигарета является элементом игры. Но если для ребенка – это лишь имитация, то подросток старается полностью подражать взрослым, кажущимся такими сильными и самостоятельными. Именно это является причиной курения среди подростков.**

**Несмотря на то, что поначалу никотин вызывает неприятные ощущения, желание подражать взрослым настолько сильно, что ребенок преодолевает физическое отвращение. Постепенно оно уменьшается.**

Если родители обнаружили у ребенка тягу к никотину, самое бесполезное, что можно сделать – это пытаться силой заставить его бросить. Если в семье существуют дружеские отношения между родителями и детьми, то вероятность тяги к никотину у ребенка снижается. Согласно утверждениям специалистов, дети, уважающие своих мам и пап, реже прибегают к сигаретам. В том же случае, если в семье очень остро присутствует конфликт поколений, если родители не являются для ребенка примером для подражания и объектом уважения, подростки начинают перенимать вредные привычки сверстников. В таких

случаях, чем сильнее родители пытаются давить на ребенка, тем сильнее он сопротивляется.

Курение среди подростков распространяется без всяких препятствий со стороны государства и общества. К курению относятся как к вредной привычке, которая не сильно опасна. С помощью фильмов и рекламы подросткам навязывается определенный стиль жизни, где нет места здоровому образу жизни. Все профилактические меры на фоне современной массовой культуры кажутся просто смешными. Основной причиной, по которой подростки начинают курить, является заблужде-

ние о том, что эта пагубная привычка является символом зрелости и мужественности. Молодые люди, насмотревшись вестернов и шпионских саг, заходят слишком далеко в желании подражать своим кумирам. Курение снижает эффективность восприятия и заучивания учебного материала, уменьшает точность вычислительных операций, снижает объем памяти.

Также замедляется реакция в движении, снижается мышечная сила, под влиянием никотина ухудшается острота зрения. Курение нарушает нормальный режим труда и отдыха не только из-за действия никотина на центральную нервную систему, но и в силу желания закурить, появляющегося во время занятий.

Курящие подростки не отдыхают на перемене, как все другие, так как сразу после урока устремляются в туалет и в облаках табачного дыма и разного рода вредных испарений удовлетворяют свою потребность в никотине. Совокупное дей-

ствие ядовитых компонентов поглощаемого табачного дыма вызывает головную боль, раздражительность, снижение работоспособности. В результате ученик приходит на следующий урок в нерабочем состоянии.

Особенный вред для подростков обусловлен физиологией еще незрелого организма. Чтобы организм нормально сформировался, к его клеткам должно поступать нужное количество кислорода и питательных веществ. Сколько горя приносит близким пристрастие одного из членов семьи, особенно подростка, к курению! Эти пороки способствуют деградации личности, развитию тяжелых недугов, неполноценного потомства.

Сформировать у ребенка и подростка активно отрицательное, если хотите, брезгливое отношение к вредным веществам возможно, если в достаточной мере убедительно разъяснить им, насколько губительно действуют они на организм человека, особенно растущего.



### С чего начать

Сочинять сказки можно между делом, на ходу. Ведь когда руки заняты хозяйством, голова свободна для творчества. Малыш с удовольствием поучаствует в разработке сказочного сюжета и в игре, незаметно пополнит свой словарный запас, закрепит грамматический строй речи, и, что самое главное, поупражняется в искусстве рассказчика (устная монологическая речь).

Сказки можно сочинять о чем угодно, даже об овощах и домашней утвари, но сначала потренировавшись на более «простом» материале. Существуют разные «рецепты» организации таких творческих тренировок. То, как вы будете их использовать, зависит от возраста ребенка. Ребенок 2,5-3 лет и старше может сочинять вместе со взрослым, а 5-6-летний уже достаточно свободно сочиняет самостоятельно, и задача взрослого – дать импульс к сочинительству. Многое зависит от его и ваших творческих возможностей, условий, в которых вы займетесь сочинительством (будет это специально отведенное время или придется сочинять, попутно занимаясь другими делами или находясь в дороге).

### Продолжение следует

Для начала можно дать ребенку задание – придумать для сказки концовку. Вашей целью будет развитие умения логически завершать какой-либо рассказ, умения осмыслить воспринимаемое и правильно заканчивать мысль, активизировать словарный запас.

Итак, вы предлагаете ребенку простейший сюжет из нескольких предложений. Например: «Пошел как-то мальчик Степа в лес за грибами. Встретил Степа в лесу белку – та помахала ему пушистым хвостом и ускакала по веткам деревьев. Попался ему и заяц, да только зайчишка-трусишка сразу спрятался в кустах – испугался. Много грибов Степа насобирал, земляники наелся.

Так ходил он по лесу, ходил да и забрел в совершенно незнакомое ему место. Сначала мальчик чуть-чуть испугался, но потом вспомнил, что он очень смелый (иначе как бы он один в лес пошел?) и стал осматриваться. Смотрит Степа по сторонам, чтобы понять, где он очутился, и вдруг видит...»

Здесь вы обращаетесь к малышу с просьбой закончить сказку в соответствии с ее смыслом. Если возникают трудности, можно помогать ему наводящими вопросами: «Что увидел мальчик? Что он собирал? Что могло случиться с ним в лесу? Кто мог помочь Степе выбраться из леса?». Очень важно эмоционально реагировать на каждый найденный ребенком ответ (удивление, радость, испуг и т.д.), развивая таким образом эмоциональное отношение к сочиняемому, навык передачи эмоций в речи.

Можно устроить конкурс разных вариантов окончания сказки: каждый из вас может предложить несколько вариантов, а затем вы вместе их обсудите. Последний этап играет важную роль в развитии именно логического мышления и умения воспринимать и продолжать начатую мысль. В дальнейшем ребенок может рассказать кому-нибудь сочиненную сказку и проиллюстрировать ее рисунками. После создания нескольких таких концовок к вашим незатейливым сюжетам (не старайтесь придумать сложное начало, оно должно быть очень простым) вы увидите, что малыш способен на самостоятельное сочинение концовки сказки, без наводящих вопросов.

### Сочинение по картинкам

Для такого занятия придется заранее подобрать подходящую серию картинок. Например, картинки из пособий по развитию речи, составляющих серию иллюстраций на какой-то один сюжет. В этих целях удобно использовать логопедические альбомы, различные пособия и буквари.



# СОЧИНЯЕМ СКАЗКУ ВМЕСТЕ

Если ребенок не посещает детский сад, ему подобные упражнения нужны обязательно: именно этот вид работы вызывает трудности у ребят при поступлении в школу.

Время от времени дидактический материал нужно обновлять, придумывать новые варианты работы со старыми картинками. Сочинение по картинкам окажется незаменимым и в долгой дороге, и во время болезни малыша, когда нужно какое-то время удерживать его в относительно неподвижном и спокойном состоянии.

Цель данного задания – помочь увидеть красочность, яркость созданных на картинке образов; формировать умение правильно подбирать глаголы и прилагательные для характеристики персонажей. Вам предстоит учить малыша выстраивать сюжет в логически верной последовательности, давать характеристику места и времени действия – это должно способствовать развитию воображения и творческого мышления ребенка.

Рассматривая с малышом первый рисунок, обратите внимание ребенка на то, что за местность изображена на рисунке: «Кого (каких персонажей) ты здесь видишь? Что они делают? Где они находятся? Какая обстановка вокруг них? Какое время года (дня)? Какие признаки об этом говорят?»

Используя иллюстрации к сказкам, нужно обязательно обратить внимание малыша на то, что сюжет картинок сказочный (например, мышка играет в воздушный шарик и т.п.).

Начало сказки составляется по первой картинке («Жили-были...»). Вторая картинка рассматривается более детально: взрослый обращает внимание ребенка на более мелкие предметы: «Как ты думаешь, что это такое? Интересно, зачем он (она, оно) здесь нужен?»

Взрослый может помочь придумать имена героям, спросить, какой персонаж особенно понравился и почему. В процессе работы с картинками нужно эмоционально реагировать на детские реплики, помогая в сочинении сказки и описании героев, задавать в динамичном темпе наводящие вопросы. Когда сказка будет придумана, можно предложить малышу рассказать ее кому-нибудь из родных,

а также поведать слушателям о процессе ее создания.

### Об игрушках

Выберите для сказки игрушки, например, кошку и мышку, и начинайте рассказывать, сопровождая слова показом действий: «Жила-была пушистая кошка (обязательно нужно погладить киску, показав ее пушистую шерстку), узнала кошка, что мышка в ее доме норку себе устроила (показать воображаемый домик кошки и мышку в норке). Вот стала она ее караулить. Тихонько ступает кошка пушистыми лапками, ее совсем не слышно. Выбежала мышка погулять, далеко от норки убежала. И вдруг увидела кошку. Хотела ее кошка схватить. Да не тут-то было! Ловкая мышка юркнула в свою норку».

Затем предложите малышу подумать, про какие игрушки он хотел бы рассказывать. В процессе выполнения такого задания активизируется словарь ребенка (он активнее использует те слова, которые уже знает, но пока не использует в своей речи), развивается связная речь: ребенок подбирает нужные определения, образуя соответствующую грамматическую форму прилагательного, и на этом же словарном материале строит связное высказывание.

Отвечая на вопросы, он обращает внимание на характерные особенности внешнего вида игрушки (цвет, форма, материал), подбирает сравнения, определения. Впоследствии поощряйте этот вид творчества в игре ребенка. Предложите сделать рисунок к сказке, попросите рассказать (показать) сказку об игрушках бабушке или пришедшим в гости друзьям.

Творите, выдумывайте, пробуйте! Детская сказка всегда была совершенно особым жанром народных сказок и служила не только средством забавы сочиняющих ребятшек, но и одним из важнейших средств развития мышления детей и освоения ими опыта предыдущих поколений.

Татьяна Рогожинская,  
психолог

## Осенние загадки

Осень в гости к нам пришла  
И с собою принесла...  
Что? Скажите наугад!  
Ну, конечно...

дбпотэпГ

Мочит поле, лес и луг,  
Город, дом и все вокруг!  
Облаков и туч он вождь,  
Ты же знаешь, это -...

дждОД

Холода их так пугают,  
К теплым странам улетают,  
Петь не могут, веселиться  
Кто собрался в стайки? ...

идптпГ

Солнце больше нас не греет,  
Холодом поземка веет!  
Дунул в лужу ветерок  
И сковал ее ...

жодэП

Вот на ножке купол-гриб,  
Он от ливня защитит.  
Не намокнет пешеход,  
Если спрячется под...

тноЕ

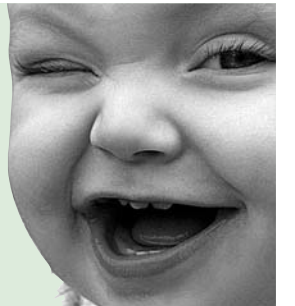
Ранним утром во дворе  
Лед улегся на траве.  
И весь луг стал светло-синий.  
Серебром сверкает...

йэнН

Дождь и слякоть, грязь и ветер,  
Осень, ты за все в ответе!  
Мерзнет, мерзнет человек,  
Выпал первый белый ...

тэнЭ

### Юмор в коротких стихах



Мама чистит лук, Дима увлеченно наблюдает. Мама (покрутив в руке луковицу):

– Сидит дед, в сто шуб одет,  
кто его раздевает, тот слезы проливает. Что это?

– Загадка!

\*\*\*

– Мам, не переживай, все ошибают ошибки...

\*\*\*

Мама сушит волосы феном, в другой комнате папа спрашивает:

– Что мама делает?  
Настя (2 года 8 мес.) отвечает:

– Пылесосится!

\*\*\*

Маша (3 года) про 12-летнего брата:

– Дима моряк, а я – морячица!

\*\*\*

Мише 4 года.

– Миша, ты пойдешь в армию?

– Да, но только с папой!

**МАМА  
и МАЛЫШ**

УЧРЕДИТЕЛЬ –  
Николаевский местный благотворительный фонд «Юнитус».  
ИЗДАТЕЛЬ – НМБФ «Юнитус».

Координатор проекта  
и редактор – Н. ОПОЛИНСКАЯ.

Свидетельство о регистрации МК № 490  
Управления по делам прессы и информации  
Николаевской облгосадминистрации  
от 1 декабря 2005 года.

Адрес редакции:  
г. Николаев, ул. Потемкинская, 138,  
тел. (0512) 72-02-27, e-mail: unitus@mail.ru.

Газета отпечатана офсетным способом в Николаевской областной типографии  
(ул. Парижской Коммуны, 3).

Объем 1 условный печатный лист.

Тираж 10000.

Заказ №



ЮНИТУС

**Альянс**  
Міжнародний Альянс з ВІС/СНІД в Україні

Данное издание подготовлено к печати Николаевским местным благотворительным фондом «Юнитус» в рамках проекта «Профилактика ВИЧ-инфекции, ИПП, вирусных гепатитов среди групп риска Николаевщины».  
Продукция издана при финансовой под-

держке МБФ «Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине» в рамках реализации программы «Построение устойчивой системы предоставления комплексных услуг по профилактике ВИЧ, лечению, уходу и поддержке для групп риска и ЛЖВ в Украине».

Изложенные здесь мнения и точки зрения являются мнениями и точками зрения организации, издавшей данную продукцию, и не могут рассматриваться как мнения или точки зрения МБФ «Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине».