

## СПИСОК ВОПРОСОВ ДЛЯ РАЗГОВОРА С ДЕТЬМИ ПЕРЕД СНОМ

А вы знаете, почему детям важно учиться отличать злость от зависти, обиду от разочарования и грусть от скуки?

Если ребенок достаточно хорошо понимает свои и чужие чувства, то он проще справляется с трудностями и становится гибче в поведении. Изучать эмоции он учится не за один день, а при регулярных упражнениях.

Разговор со взрослым - для него один из способов изучения этой непростой «науки». Но часто родителям непонятно как построить такой полезный разговор.

Все просто: один вечер - одна тема.

Выбираете вопрос из списка и обсуждаете его с ребенком. Список рассчитан на детей от шести лет, но можно пробовать и раньше. При использовании этой «болтовни» необходимо соблюдать три принципа:

1. Готовьтесь рассуждать вместе и приводить свои примеры ответа на такой вопрос. Здорово никуда не спешить, часто время перед сном - оптимально подходит.
2. Будьте готовы к ответам, с которыми вам будет трудно согласиться. Особенно ценно, если вы сможете при этом проявить уважение к тому, что говорит ваша дочка или сын.
3. Не стремитесь закончить на четких выводах. Здесь важен процесс, и важно уже то, что ребенок говорит с вами и думает об этом.

А вот и сами вопросы:

1. Нужна ли тебе сейчас помощь в чем-то?
2. Как ты думаешь, какой друг считается хорошим?
3. Кто твой герой? Почему?
4. Ты когда-нибудь слышал фразу «Они жили долго и счастливо»? Как думаешь, что она значит?
5. Как ты можешь проявить свою щедрость? Чем бы ты мог поделиться с другими?
6. Что бы ты сделал, если бы получил подарок, но он тебе не понравился?
7. Что тебе больше всего нравится в твоём друге?
8. Что бы ты хотел научиться делать хорошо?
9. Когда в последний раз кто-то ранил твои чувства? Как ты отреагировал?
10. Какие три слова лучше всего описывают тебя?
11. Назови три вещи или события, которые сильно напугали тебя?
12. Что ты больше всего ценишь в себе?
13. Если бы ты мог встретиться с кем угодно в мире, кого бы ты выбрал?
14. Если бы ты был животным, то каким? И почему?

15. Знаешь ли ты кого-то, кто переживает сейчас трудные времена? Можешь ли ты помочь?
16. Какой самый лучший комплимент ты получал?
17. Случалось ли такое, что ты был неправильно понят взрослыми?
18. У тебя есть шанс провести 48 часов в любой точке планеты. Куда ты отправишься?
19. Расскажи, что тебе больше всего нравится в детском саду?
20. Бывало с тобой такое, что ты вдруг сел и задумался о чем-то? О чем ты тогда думал?
21. Придумай, как бы ты мог сказать папе и маме, что любишь их, не используя при этом слова?
22. Как бы ты описал свою семью?
23. Какая игра (приложение) больше всего нравится твоим друзьям? А тебе?
24. Какого человека или персонажа ты считаешь самым добрым? Почему?
25. У тебя есть плохие привычки? А хорошие?
26. Что тебе не очень нравится в себе?
27. Если бы тебе пришлось оставить у себя одну единственную вещь из всех, которые у тебя есть, что бы ты выбрал?
28. Как ты думаешь, кто по-настоящему успешен? Почему?
29. Если бы ты мог с кем угодно поменяться местами, кого бы ты выбрал? И почему?

Кстати, вопросы можете задавать вы сами, а может - «волшебный» посредник. Это любая игрушка или выдуманный персонаж. Возможно, вашему ребёнку понравится отвечать на вопросы «любопытного барашка» или «енота-исследователя». Увлекательной вам «болтовни»!

