



FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ



Маё дзіця

Адаптацыя, пераклад, графічнае афармленне і друк выданняў ажыццяўляюцца ў рамках праекта «Мы абараняем дзяцей, у тым ліку асоб, якія шукаюць прытулку, ад гвалту», які фінансуецца па праграме «Унутраныя справы», якая рэалізуецца Нарвежскімі фондамі на 2014–2021 гады. Праграмай кіруе міністр унутраных спраў і адміністрацыі.



FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ



URZĄD DO SPRAW
CUDZOZIEMCÓW

У аснову матэрыялу пакладзена публікацыя: «Давайце расці разам — як атрымаць асалоду ад паспяховага бацькоўства?».

Аўтарскія правы © Цэнтр падтрымкі дзяцей

Аўтарскія правы для польскага выдання © 2013 Фонд пашырэння правоў і магчымасцяў дзяцей (раней Фонд нічыйных дзяцей)

Аўтары: Года Бачэне, Аўшра Курыене, Эгле Курайтэ,

Скірмантэ Павіленайце

Пераклады з літоўскай мовы: цэнтр перакладу і абслугоўвання канферэнцый LIDEX

Перакладчык: Браніслаў Славікоўскі

Рэдакцыя: Сылвія Раманчак

Сутныя кансультацыі польскай версіі: Ёанна Фейфер-Шпытко,

Анэта Квасны, Караліна Левандоўска, Караліна Мазурчак,

Марлена Трабінска-Гадух

Графічны дызайн і ілюстрацыі: Эва Брэйнакоўска-Ёнчык, www.ewa-bj.pl

Адаптацыя матэрыялу на запатрабаванні праекту «Абараняем дзяцей, у тым ліку дзяцей, якія засталіся без апекі, якія звярнуліся аб атрыманні прытулку, ад гвалту»: Ёланта Змажлік

Графікі і склад: Норберт Гжэлька

Пераклад на беларускую, украінскую і расійскую мовы: Groy Translation

Copyright 2021: Фонд Даем дзецям сілу

вул. Валежных 59

03-926 Варшава

www.fdds.pl

Майму дзіцяці 0–6 месяцаў

Фізічнае развіццё:

- паварочваецца з жывата на спіну,
- можа сядзець падтрымліваецца / падпірацца,
- трымае / трымае прадметы,
- цягнецца да прадметаў і трымае іх у руках,
- перакладае з адной рукі ў другую,
- можа захопліваць прадметы з роўнай паверхні.

Эмацыяльнае (сацыяльнае) развіццё:

- можа імітаваць выраз твару і тон голасу,
- рэагуе на прамовы іншых,
- паварочваецца і глядзіць на таго, хто гаворыць,
- рэагуе на сваё імя,
- усміхаецца і выдае гукі,
- усміхаецца, глядзячы ў люстэрка,
- адрознівае членаў сям'і,
- з задавальненнем гуляе і захопліваецца галасавымі эфектамі,
- атрымлівае асалоду ад прысутнасці іншых дзяцей,
- усміхаецца і дакранаецца да іх,
- выказвае пачуццё гневу, радасці, страху.

Разумовае (інтэлектуальнае) развіццё:

- уважліва і доўга назірае і вывучае прадметы,
- пры разглядзе прадметаў выкарыстоўвае пальцы і рот,
- вымаўляе вялікую колькасць зычных і галосных.



Адчуваю сябе ў бяспецы і давяраю сваім бацькам

Нованароджаны ўжо з першых дзён жыцця пачынае вывучаць асобы, асабліва твары сваіх бацькоў.

Ваш дзіця выкарыстоўвае ўсе свае пачуцці-зрок, слых, густ, нюх і дотык, каб даведацца Вас і ўсталяваць з Вамі кантакт.

Найбольш важнымі праблемамі з'яўляюцца прыхільнасць і давер. З моманту нараджэння дзіцяці Вы пачынаеце мець зносіны з ім, абменьваючыся поглядамі, размаўляючы з ім, датыкаючыся.

Слых і дотык асабліва важныя, таму што немаўляты ў асноўным выкарыстоўваюць іх, каб пазнаць свет. Хоць дзеці не разумеюць, што Вы кажаце, ваш спакойны і ўпэўнены голас важны, каб даць ім пачуццё бяспекі.

Калі Вы ўсміхаецеся дзіцяці, размаўляеце з ім, ваш твар і ваш голас становяцца вядомым крыніцай спакою: такім чынам, дзіця асацыюецца з тым, што ён можа разлічваць на клопат, цяпло і суцяшэнне з вашага боку.

У той момант, калі Вы адэкватна задаволіць патрэбы дзіцяці-карміць яго, калі ён галодны, супакоіць, калі ён напалоханы, грэючы, калі ён замярзае, – немаўля адчувае сябе ўпэўнена і можа давяраць Вам і навакольнага свету. Так фармуюцца фундаментальнае пачуццё бяспекі, якое застаецца на ўсё жыццё і дазваляе вашаму дзіцяці давяраць іншым, будаваць бяспечныя сувязі, а затым самастойна клапаціцца аб сваіх уласных патрэбах.

- Як мага больш размаўляйце са сваім дзіцем, чапайце, абдымайце, пампуйце, спявайце яму. З кожным дакрананнем ваш дзіця вучыцца разумець, што такое свет. Немаўля не толькі любіць слухаць ваш голас, але і сам хоча «гаварыць», лапатаць, «спяваць», варкаваць.
- З захапленнем рэагуйце на гукі, якія выдае дзіця, на яго міміку. Паўтарыце гэтыя гукі і пачакайце, пакуль дзіця зноў нешта «скажа».
- Раскажыце дзіцяці, што ён глядзіць, што ён робіць ці што Вы робіце. Забяспечце дзіцяці пяшчотныя пацалункі, абдымкі і пагладжвання. Тады ён будзе ўспрымаць свет як бяспечны і абнадзейлівы.
- Заўсёды рэагуйце на плач дзіцяці – гэта прымусіць яго ведаць, што гэта важна і варта ўвагі. Паспрабуйце зразумець, што трэба дзіцяці, і забяспечыць яго.



Майму дзіцяці 6–12 месяцаў

Фізічнае развіццё:

- можа зрабіць некалькі крокаў самастойна,
- дапамагае зняць адзенне,
- трымае лыжку, спрабуе есці сам,
- усё яшчэ аддае перавагу хутка поўзаць па хаце, чым хадзіць,
- хутка і лёгка сядзе з становішча стоячы,
- можа насіць дзве рэчы ў адной руцэ.

Эмацыяльнае (сацыяльнае) развіццё:

- разумее, што ён асобная і адрозная ад іншых істота,
- смуткуе, калі расстаецца з мамай (іншым апекуном),
- баіцца незнаёмага і новых, незнаёмых месцаў,
- інтэнсіўна рэагуе, калі ўстанаўліваюцца межы, калі чуе слова «не»,
- адчувае частыя змены эмоцый,
- імітуе эмацыяны стан іншых людзей,
- любіць музыку і рытмічныя гукі.

Разумовае (інтэлектуальнае) развіццё:

- разумее сэнс іншых сказаных слоў,
- кажа першыя словы, напрыклад, мама, тата, баба, дада,
- можа паставіць вежу з 2–3 блокаў,
- можа выканаць некалькі простых каманд,
- шукае схаваныя прадметы.



Які цікавы свет

Пачынаецца перыяд «маленькага даследчыка», у які дзіця сам спрабуе дацягнуцца да прадметаў, дакрануцца да іх і разгледзець. Можасць ўзмацніць гэты пазнавальны працэс, рэагуючы на адкрыцці вашага дзіцяці і ўдзельнічаючы ў яго гульнях. Для дзіцяці важна, каб вакол яго былі рэчы, якія дапамогуць яму развівацца. Ваш малы будзе ўсё лепш і лепш хапаць і трымаць прадметы. Верагодна, паспрабуе разгледзець і іх, падносячы да рота.

- Дайце вашаму дзіцяці магчымасць праверыць свае навыкі, тварыць і вучыцца. Паспрабуйце, каб яго асяроддзе было разнастайным і ўтрымлівала мноства розных ліній, формаў, фактур. Дзіця таксама цікавіцца паўсядзённымі рэчамі,

напрыклад, драўлянымі лыжкамі, пластыкавай посудам, кубкамі. Усё часцей ваш малы будзе спрабаваць дабрацца да ўсяго, што бачыць, таму вельмі важна падрыхтаваць дом так, каб ён мог спакойна ў ім гуляць.

- Размаўляйце з дзіцем і рэагуйце на гукі, якія ён выдае – гэта дапаможа яму навучыцца гаварыць і мець зносіны. Паўтарайце гукі, якія выдае дзіця, устаўляйце новыя гукі і звычайныя словы. Вы заўважыце, як ён спрабуе паўтарыць іх за Вамі. Ён таксама навучыцца выкарыстоўваць свой голас – паказваць, што ён злуецца або радуецца.
- Чытаць кніжкі пажадана штодня. Пры чытанні пералічыце назвы прадметаў, людзей, жывёл і пакажыце іх на малюнках, прадэманструйце гукі, якія яны выдаюць. Выбірайце простыя кнігі з вялікай колькасцю простых малюнкаў. Дазвольце дзіцяці перагортваць старонкі.

У гэты перыяд (каля 8. таксама можа пачацца непакой аб расставанні, таксама званае турботай аб расстанні. Ваш дзіця можа спалохацца пры выглядзе незнаёмца, калі ён застанецца з няняй або калі Вы ненадоўга выйдзеце ў іншы пакой. Дзіця можа пачаць плакаць, прасіць ўзяць на рукі, схопіць Вас і запатрабаваць увагі. Гэта нармальна на дадзеным этапе развіцця. Важна раскажаць дзіцяці і паказаць, што ваш разрыў носіць часовы характар. Пазней такія паводзіны будзе сустракацца ўсё радзей, дзіця навучыцца супакойвацца і разумець, што расстанне носіць часовы характар. Калі Вы сыходзіце і вяртаецеся, дазвольце дзіцяці выказаць свае пачуцці, паказаць, што вы бачыце і чуеце яго непакой. Дапамажыце яму супакоіцца.



Майму дзіцяці 1 год – 2 гады

Фізічнае развіццё:

- бяжыць і часцей за ўсё спыняецца, не падаючы,
- добра і ахвотна лазіць,
- можа ўсталяваць вежу з 5–6 блокаў,
- б'е па мячы, кідае мячы,
- з'яўляецца вядучая бок: правая або левая, гэта значыць, што дзіця пачынае карыстацца адной рукой больш, чым другой,
- можа перагортваць старонкі, пісаць алоўкамі, крэйдзі, танчыць пад музыку,
- спрабуе карыстацца сталовымі прыборамі.

Эмацыянальнае (сацыяльнае) развіццё:

- пачынае марыць, можа прачнуцца з плачам ноччу,
- усё часцей пачынае гуляць сам,
- узнаўленне сцэн з паўсядзённага жыцця або з казак,
- ён хутка раздражняецца, упарта імкнецца, каб усё было так, як яму хочацца,
- ахвотна дапамагае з уборкай дома,
- могуць з'явіцца розныя страхі: вады, сабак, навальніцы і інш,
- з'яўляецца дзіцячы эгацэнтрызм: дзіця клапаціцца пра свае рэчы і не дзеліцца імі,
- гуляе з іншымі дзецьмі,
- любімыя словы: «не» і «маё».

Разумовае (інтэлектуальнае) развіццё:

- паказвае ў кнізе карцінку, якую просіце,
- яго слоўніковы запас пашыраны да 20 слоў і некалькіх фраз,
- слухае і любіць кароткія гісторыі,
- можа пазначаць і называць некалькі частак цела,
- перадае свае патрэбы словамі і жэстамі,
- называе сябе па імені,
- можа знаходзіць падобныя аб'екты і згупаваць іх.



Гуляю і пазнаю правілы

На гэтым этапе змяняецца характар гульні дзіцяці. Калі яшчэ быў немаўляткам, то, гуляючы з цацкамі, трос іх, біў, кідаў. Затое зараз ужо разумее прызначэнне прадметаў, пачынае нешта будаваць з блокаў, размаўляць па тэлефоне-цацку, штурхаць машынку.

Дзеці ў гэтым узросце ўжо пачынаюць гуляць у фантазійныя гульні – маляня можа імітаваць пітво з пустой кубкі, выкарыстоўваць банан як тэлефон, кубік – як цацачную машынку.

Дзеці таксама любяць гуляць з іншымі дзецьмі, але пакуль не могуць удзельнічаць у гульні або дзяліцца цацкамі.

- У гэты перыяд малыя любяць гуляць у хованкі, аблавы, «пячы пірагі» з пяску, «катацца на конях» на спіне маці ці таты.
- Ім таксама падабаецца пераймаць дарослым і займацца хатнімі справамі.
- Важна, каб Вы таксама ўдзельнічалі ў гульнях вашага дзіцяці. Такім чынам, ён зможа навучыцца ў вас перамагаць і прайграваць, быць сумленным, выконваць правілы, спаборнічаць і супрацоўнічаць.
- Дзеці 12–15 месяцаў пачынаюць захапляцца моўнымі гульнямі, таму іх можна спытаць: «Дзе тваё вуха?», «Дзе мама?».
- Паўтарыце тое, што мае на ўвазе дзіця, з правільнай фармулёўкай. Так Ваш малы навучыцца правільнаму вымаўленню.
- Дзеці гэтага ўзросту могуць зразумець, што з імі гавораць. Яны спрабуюць выказаць тое, што маюць на ўвазе, часам бедны слоўнікавы запас не дазваляе ім выразна перадаць тое, што яны хочуць сказаць, таму яны могуць злавацца, калі мы іх не разумеем.
- Дзеці ў гэтым узросце ўжо правяраюць, дзе межы – наколькі яны могуць кантраляваць сітуацыю і наколькі гэта залежыць ад Вас. Таму вельмі важна дакладна вызначыць правілы і патрабаванні і паслядоўна іх прытрымлівацца.



Майму дзіцяці 2 гады – 3 гады

Фізічнае развіццё:

- лёгка падымаецца і спускаецца па лесвіцы,
- спрытна і дакладна лезе, бегае, скача,
- паказвае добрую каардынацыю вачэй і рук,
- любіць гуляць з маленькімі цацкамі,
- вучыцца ездзіць на трохколавым ровары,
- добра трымае ў руцэ аловак, крэйда,
- лёгка есці ў адзіноце,
- можа насіць больш цяжкія прадметы.

Эмацыянальнае (сацыяльнае) развіццё:

- можа засяродзіцца на адной задачы ад некалькіх да некалькіх хвілін, супрацьстаіць і правярыць, што можа сабе дазволіць,
- радуецца, калі нешта робіць сам,
- любіць фантазіраваць і гуляць у гульні, заснаваныя на ўяўленні,
- для яго важна, каб асяроддзе ўлічвала тое, чаго ён хоча і мае патрэбу ў дадзены момант, ён мог эмпатычна рэагаваць на перажыванні іншых людзей – бацькоў, дзяцей,
- любіць гуляць разам з іншымі дзецьмі (але пакуль не можа супрацоўнічаць),
- вучыцца дзяліцца прадметамі,
- праводзіць больш часу, гуляючы без маці (апекуна),
- чуйна рэагуе на пачуцці іншых людзей,
- гуляе ў ролевыя гульні,
- кантралюе свой кішэчнік і часта ўжо ведае, як выкарыстоўваць гаршчок,
- любіць руціну і рытуалы, напрыклад, казку перад сном.

Разумовае (інтэлектуальнае) развіццё:

- яго слоўніковы запас можа складаць некалькі сотняў слоў,
- вучыцца гаварыць кароткімі сказамі (3, 4 словы),
- разумее, што азначаюць лічбы, і вызначае суму (адзін, шмат),
- кажа «я» замест свайго імя,
- можа сам абуць абутак, але яшчэ не можа завязаць шнуркі.



Я сама, я сам, усё магу

Паступова дзеці становяцца ўсё больш самастойнымі і незалежнымі. Дайце свайму дзіцяці магчымасць атрымаць разнастайны вопыт і заахоўце яго паспрабаваць розныя віды дзейнасці, але будзьце побач, калі Вы маеце патрэбу ў дзіцяці.

- Выкажыце радасць ад самастойных дасягненняў вашага дзіцяці і яго гатоўнасці адкрыць іх.
- Суцяшайце і спачувайце яму, калі ён церпіць няўдачу.

Каля 3. гадоў дзеці часта пачынаюць вучыцца вырашаць фізіялагічныя патрэбы для гаршка. Гэта важная падзея ў развіцці самастойнасці дзіцяці. У гэты перыяд важна не ціснуць на дзіцяці і не чакаць, што ён зробіць тое, да чаго ён яшчэ не адчувае сябе гатовым. Але іх варта заахвочваць, адважвацца і дапамагаць выконваць гэтыя дзеянні самастойна.

Ніколі не крычыце, не карайце і не бянтэжце дзіцяці, калі ён гэтага не робіць.

У гэты перыяд дзіцяці таксама важна рухацца – рух прыносіць вялікае задавальненне і дапамагае трэніравацца і знаёміцца са сваім целам. Малышы падываюцца высока, падаюць, скачуць па лесвіцы, скачуць праз лужыны і на ложка.

Двухгадовыя дзеці ўжо адчуваюць сваю сілу, самастойнасць і незалежнасць ад дарослых. Яны адчуваюць, што здольныя прымаць самастойныя рашэнні. Прапануйце дзіцяці рэалістычны выбар, напрыклад, спытаўшы: «Ты сам абудзіся, ці я павінен табе дапамагчы?». Складзіце для дзіцяці выразныя правілы, якіх Вы будзеце прытрымлівацца.

- Ясна і канкрэтна кажыце, што забаронена.
- Хваліце канкрэтныя паводзіны, а не дзіця ў цэлым.

У гэты перыяд дзеці таксама часта адчуваюць розныя страхі. Вы не можаце прадухіліць гэта, але можаце дапамагчы свайму дзіцяці пераадолець гэтыя страхі.

Ніколі не смейцеся і не ігнаруйце страхі вашага дзіцяці. Па магчымасці старайцеся зразумець, чаго ён баіцца.

Разам паспрабуйце высветліць, як дапамагчы яму пераадолець гэты страх. Дазваляючы дзіцяці супрацьстаяць сваім страхам, Вы дапаможаце яму хутчэй пераадолець іх і сфарміраваць у яго ўпэўненасць у сабе і ў Вас. Дзіця будзе ведаць, што можа звярнуцца да Вас па дапамогу.



Майму дзіцяці 4–6 гадоў

Фізічнае развіццё:

- вельмі фізічна спрытны, бегаючы, спраўляецца з рознымі перашкодамі,
- можа будаваць складаныя канструкцыі з блокаў,
- дакладна і акуратна выразае асноўныя фігуры,
- можа самастойна прыгатаваць простыя бутэрброды,
- распазнае правы і левы бакі.

Эмацыянальнае (сацыяльнае) развіццё:

- з'яўляецца незалежным і самастойным,
- больш настойлівы ў дзеянні, цяроплівы,
- можа выказаць свае пачуцці, думкі і патрэбы,
- здольны адаптавацца да правілаў і прынцыпаў групы,
- выконвае простыя задачы: прыбірае наваколле, накрывае стол і г.д.,
- яму падабаюцца спробы новай дзейнасці і канчатковы вынік,
- лепш спраўляецца з эмоцыямі.

Разумовае (інтэлектуальнае) развіццё:

- распазнае і называе геаметрычныя фігуры, такія як трохкутнік, квадрат, круг,
- выконвае шэраг задач, напрыклад, здабывае элементы, параўноўвае, класіфікуе,
- ён ужо ведае ўсё лепш і лепш, што з'яўляецца прычынай, а што следствам,
- праяўляе развітае ўяўленне,
- творчы, складае ўласныя гісторыі,
- засяроджана на задачы каля 15 да 20 хвілін,
- створаныя малюнкi падрабязныя і поўныя колераў.



Я іду ў свет, але будзь побач са мной

І ў нас ёсць дашкольнік! І ўсё ж асноўная форма яго дзейнасці – гульня. Ён выконвае ролю, пераймаючы дарослым, і рэагуе на тое, што яны перажылі на працягу дня. Суправаджэнне дзіцяці ў гульні дазваляе яму лепш пазнаёміцца з ім, спрыяе наладжванню больш глыбокага кантакту і дае дзіцяці інфармацыю, што гэта важна. Тады давайце пагуляем з дзіцём!

Дзіця гэтага ўзросту яшчэ не можа маскіраваць і душыць свае пачуцці. Тое, што ён перажывае, бачна ў яго паводзінах, рухах, жэстах, крыках і словах. Да канца дашкольнага перыяду дзіця ўзбудлівы і вельмі лёгка пераходзіць з аднаго настрою ў іншы эмацыйны стан.

Толькі ў канцы гэтага перыяду ён дасягае эмацыйнай сталасці.

Гэта няпросты час для бацькоў, ён патрабуе майстэрства, але і разумення таго, што дзіцяці цяжка самастойна справіцца з такімі экстрэмальнымі эмоцыямі. У яго развіваецца ўяўленне, дзякуючы яму ён прыдумляе маляўнічыя гісторыі, сам часта бывае героем.

Ён таксама вельмі актыўны, узнікае «голад руху». Дзякуючы большай фізічнай форме дзіця з задавальненнем праводзіць час на ровары, гуляе ў мяч, скача на скакалцы і г. д.

Усё часцей яго суправаджае радасць, звязаная не толькі з дзеяннем, але і з вынікам гэтага дзеяння.

Фармуюцца больш складаныя, развітыя эмоцыі, як і вышэйшыя пачуцці. Гнеў і злосць ўсё ж узнікаюць у выніку прымусу, абмежавання свабоды дзеянняў, забароны каханай цацкі, папроку, пакарання, то ёсць расчаравальнымі сітуацыямі.

Заўважны прагрэс у сацыялізацыі ў пяцігодкі. Ён вучыцца прысасоўвацца да іншых, удзельнічаць у групавых гульнях, падпарадкоўвацца правілам і правілам групы. Ён ведае гэтыя правілы, хоць часта іх забывае.

Ён паціху addзяляе выдумку ад рэчаіснасці.

Наступае час вялікай цікаўнасці да свету, дзіця напаўняе асяроддзе пытаннямі «чаму?», «навошта?». Такім чынам ён уладкоўвае рэчаіснасць, усё часцей разумеючы наступствы сваіх дзеянняў. Таму так важна перакладаць і размаўляць з дзіцём на любую цікавую яго тэму.

З'яўляюцца новыя інтарэсы, замацоўваюць тыя, што з'явіліся раней.

Вялікае значэнне для пяцігадовага або шасцігадовага дзіцяці мае група аднагодкаў, у якую ўваходзяць першыя сяброўскія адносіны.

Калі яго прымаюць, ён радасны і шчаслівы.



Фонд Даем дзецям сілу
вул. Валежных 59
03-926 Варшава
www.fdds.pl