- **Если ей говорят:** *«Если ты не отдашь мне куклу, я с тобой не дружу!»*
- **Правильный ответ:** *«Очень жаль. Но я сейчас играю сама. Я отдам её тебе, когда закончу»*.
- **Если ей говорят:** *«Ты будешь только служанкой, а я королевой!»*
- **Правильный ответ:** *«Давай мы по очереди будем королевами. Сначала ты, а потом я. Или я буду принцессой из другого королевства»*.
- **Если её демонстративно игнорируют:**
- **Правильный ответ:** Не бегать хвостиком и не умолять. Повернуться и пойти играть к другим детям (мальчикам, в конструктор) или подойти к воспитателю и сказать: *«Мне скучно, помогите мне найти игру»*.

Резюме для родителей: быть мягкой — не значит быть слабой. Наша цель — вырастить девочку, которая умеет любить людей, но при этом крепко бережет свой внутренний мир и свои правила.

Контакты

Дни консультаций педагога-психолога ДОУ:

Вторник с 09.00 до 10.30
Четверг с 09.00 до 10.30

Телефон для связи:
8-932-325-41-19

Будьте мудры и последовательны и у вас всё получится

Составитель: педагог-психолог
Денесюк Александра Леонидовна

МБ ДОУ ЦРР детский сад №9

«Для родителей застенчивых и мягких девочек».



памятка для родителей

с. Камень- Рыболов, 2026 г.

❀ «Как помочь дочке стать увереннее в себе и защитить свои границы»

Уважаемые родители!
Если ваша дочка — мягкая, спокойная и уступчивая девочка («тихоня»), это прекрасные качества. Однако в период 6–7 лет такие дети часто становятся ведомыми в группах. Они могут слепо подчиняться сильным лидерам, терпеть обиды, отдавать свои игрушки против воли или соглашаться на скучные роли (например, всегда быть «собачкой» или «служанкой» в игре), лишь бы их не прогнали.
Наша задача — **научить девочку ценить себя, не бояться отказывать и мягко, но твердо защищать свои границы**.

✖ Чего делать нельзя:

- **Критиковать за мягкость:** *«Ну что ты вечно молчишь, постоять за себя не можешь!»* — это лишь укрепит в ребенке чувство собственной слабости и вины.
- **Решать всё за неё:** если мама сама подходит к обидчице в саду и говорит: *«Не смей обижать мою Таню!»*, Таня так и не научится защищаться сама. Она поймет, что без мамы она беззащитна

💡 4 шага к уверенности в себе (советы психолога):

1. Научите дочку волшебному слову «СТОП»

Застенчивым детям трудно сказать твердое «Нет» или «Не хочу». Научите дочку простой фразе, которую нужно говорить громко и глядя в глаза обидчику:

«Со мной так нельзя. Стоп» или **«Мне это не нравится, остановись»**.
Дома потренируйтесь в игровой форме. Пусть дочка попробует сказать вам: «Стоп!» сначала шепотом, потом обычным голосом, а затем — уверенно и твердо, выпрямив спину.

2. Право на собственное мнение дома

Ребенок, который дома беспрекословно слушается родителей и не имеет права выбора, в детском саду будет точно так же подчиняться лидерам.

- Чаще спрашивайте её мнение: *«Какое платье ты хочешь надеть?», «В какой парк мы пойдем?»*.
- Позволяйте ей говорить вам «нет» в бытовых мелочах (например: *«Я не хочу сейчас доедать этот суп»*). Уважайте этот отказ, чтобы ребенок понял: **мое мнение имеет значение**.

3. Расширяйте круг общения за пределами сада

Если в саду дочка попала в зависимость от одной девочки-лидера, ей нужно показать, что мир клином на ней не сошелся. Запишите дочку в кружок (танцы, рисование, спорт), где будет совершенно другой коллектив. Увидев, что в новом месте с ней хотят дружить и играть другие дети, её самооценка резко вырастет, и в саду она станет вести себя увереннее.

4. Дайте ей легальный статус «главной» дома

Организуйте дома игру «День наоборот» или «Я — директор». Пускай на один час дочка станет главной: она будет придумывать правила для мамы и папы (в рамках безопасности), раздавать роли, говорить, кому что делать. Это поможет ей прочувствовать вкус лидерства и уберет страх перед активными действиями.

💬 Шпаргалка: как отвечать лидерам в группе (выучите эти фразы с дочкой)

Помогите дочке отрепетировать несколько простых фраз, которые спасут её от манипуляций: