

Лариса Суркова

Мама пятерых детей, психолог,
кандидат психологических наук



ПСИХОЛОГИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

• ДОМА • В ШКОЛЕ •
В ПУТЕШЕСТВИИ



Увлекательные
ИСТОРИИ
О ВАЖНОМ



Привет!

Привет! Я Стёпа, мне
7 лет и я живу в Москве.
Так здорово, что я могу
с тобой познакомиться!



Я живу с родителями, сёстрами, собаками и кошками — это моя семья.



Мои мама и папа — психологи, но это не совсем понятная мне профессия. Поэтому, когда меня спросили в школе: «Кем работают твои родители?», я ответил, что они дают советы. Моя мама рассказывает другим мамам, как воспитывать детей, а папа объясняет другим папам, как зарабатывать деньги.



Я сам не очень понимаю, что это значит, зато с ними всегда весело. Мы всё время что-нибудь придумываем: рисуем, играем, вместе отвечаем на разные вопросы, и меня всегда спрашивают, что думаю я.

На самом деле, когда у тебя в доме живут психологи, — это удобно. На них я проводил свои эксперименты по воспитанию родителей! Интересно? Сейчас я обо всём тебе расскажу! Только не думай, что воспитание — это что-то про питание (про котлетки и конфетки я тебе рассказывать не буду)! Это такие правила, как надо со старшими себя вести, чтобы они делали то, что ты хочешь. Классно, да?

ИСТОРИЯ 1

ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА ТЕБЕ ГРУСТНО

Иногда у меня бывает плохое настроение. Особенно если я не выспался, болею или когда Алина сказала мне что-то грустное. Алина — это моя подруга из класса, которую я люблю, а она не обращает на меня никакого внимания.



Иногда я подхожу к Алине на перемене просто поговорить, а она стоит с девочками и разговаривает только с ними, а на меня даже не смотрит. Или смотрит, но при этом нос морщит или хихикает. Этих девчонок иногда не поймёшь!

Ну вот, в такие моменты я хочу, чтобы меня никто не трогал, люблю просто поваляться на кровати, ничего не делать, есть конфеты или мороженое и смотреть целый день телевизор. Наверное, и у тебя тоже такое бывает?



И вот лежу я, никого не трогаю, и именно тогда мама начинает ко мне приставать: «Стёпа, иди кушать!», «Стёпа, убери игрушки!», «Стёпа, поиграй с сестрой!», «Стёпа, погуляй с собакой!»

Эх, слушаю её и каждый раз думаю: ну неужели она такая взрослая и правда не понимает, что мне сейчас не до неё. Но чаще всего я пропускаю все её «Стёпа!» мимо ушей и не реагирую. Тут она расстраивается, начинает что-то говорить о своих переживаниях, о том, как я её огорчаю, как ей было бы приятно, если бы я пошёл кушать. Я слышу их разговоры с папой и знаю, что так говорить их учат умные книжки, которые они всё время читают. Но если все их методы не срабатывают — мы ссоримся. Я могу начать злиться, кричать, плакать и даже хлопать дверью.

Папа с мамой то же самое делают. Потом каждый из нас расстроен, а меня ещё могут и наказать.

Но я уже учусь в первом классе и знаю, как надо правильно ссориться, чтобы меня не мучили и наказание я не получил. Сейчас я тебе расскажу!

- Когда у тебя плохое настроение — сообщи об этом маме! Прямо вот вставай утром и говори: «Мама мне грустно, у меня нет настроения». Она тогда тебя по головке погладит, обязательно спросит, что случилось, может быть, даст специальную витаминку. У нас эти витаминки называются «аскорбинки». По дороге в школу ты можешь поговорить с мамой, и от этого у тебя в животе станет так тепло! Я очень люблю эти разговоры с мамой.

- Если тебе стало грустно в выходной день, скорее залезай к маме с папой в кровать! От этого у всех будет хорошее настроение!
- Если так случилось, что родители уже стали ругаться, скажи им: «Стойте! Послушайте меня — я же человек и тоже хочу высказаться!»

А ещё у нас в семье есть красные карточки!
Когда кто-то себя плохо ведёт, ему можно пока-





зять эту карточку. Это значит, что ему надо замолчать и посчитать до 10. Это очень удобно, чтобы мама на тебя не ругалась.

Я знаю ещё один секрет — в самый тяжёлый момент ссоры подойди и скажи: «Мамочка, я так

тебя люблю!» — и посмотри ей в глаза. Она точно не сможет дальше ругаться, я проверял много раз.

На самом деле, родители — это такие люди, с которыми надо постоянно говорить. Вот прямо всё им рассказываешь — и они довольны, и ты получаешь то, что хочешь. Очень советую тебе прежде чем кричать или плакать, попробовать им что-то сказать. Можно начать с самого простого: «Давайте поговорим!»



ИСТОРИЯ 2

КАК Я СТАЛ СТАРШИМ БРАТОМ

Мне было пять лет, когда родители сказали мне, что скоро я стану старшим братом. У меня есть три сестры, но раньше я был самым младшим в семье.

Сначала я не понял, о чем вообще говорят мама и папа. Я же не видел раньше маленьких детей. Думал, что новенький ребёнок будет как старшие сестры: можно с ним в настольную игру поиграть или на улице побаловаться вместе.

Я почему-то с самого начала хотел сестру, хотя все твердили, что у мамы родится мальчик. Но родилась малышка Дуняша!

Когда мы поехали забирать маму и малышку из роддома (это такое специальное место, где мамы



рожают детей), я захватил с собой пару трансформеров и свою любимую красную машинку — хотел поиграть с малышкой на обратном пути. И вот мы приехали в роддом, вышла моя любимая мамочка, и я понял, как же я по ней соскучился!

Я сразу бросился её целовать и обнимать. Но мама сначала обнимала меня только одной рукой, потому что ей мешал какой-то розовый свёрток. Потом она отдала этот свёрток папе и уже обняла меня по-настоящему.

А папа так бережно этот свёрток держал и ещё показывал его всем. И мои сёстры смотрели на этот кулёк и улыбались.

Вот, думаю, пристали они к этому одеялку в кружавчиках! А потом мне папа говорит: «Познакомься, Стёпа! Это твоя сестричка!» Тут уж я рот открыл и сразу понял, что в трансформеры я пока один буду играть. Я заглянул в этот розовый свёрток, а там лежала какая-то сморщенная красная обезьянка. Потом я, конечно, разглядел, что наша Дуня — самая красивая малышка на свете. Но сначала я даже испугался! Какие у неё были крошечные ручки и пальчики! Ни ложку взять, ни «Лего» собрать! Бедная! Потом мне мама рассказала, что сначала малыши кушают мамино молочко и ложки им не нужны.

Пока маме дарили цветы и все её поздравляли, я разглядывал Дуню. И тут она мне улыбнулась!



Содержание

СТЁПА ДОМА И В ШКОЛЕ

ИСТОРИЯ 1

Что делать, когда тебе грустно. 11

ИСТОРИЯ 2

Как я стал старшим братом 17

ИСТОРИЯ 3

Что такое ревность? 27

ИСТОРИЯ 4

Про дружбу 35

ИСТОРИЯ 5

Про домашние обязанности 42

ИСТОРИЯ 6

Как я готовился к первому классу 49

ИСТОРИЯ 7

Про страхи. 56

ИСТОРИЯ 8

Спорт — это важно! 60

ИСТОРИЯ 9

Про любовь 63

ИСТОРИЯ 10

Про айпад и компьютерные игры 66

ИСТОРИЯ 11

Откуда берутся дети 70

ИСТОРИЯ 12

Почему некоторые люди злые 72

ИСТОРИЯ 13

Надо ли детям чистить зубы 76

ИСТОРИЯ 14

Про одежду 79

ИСТОРИЯ 15

Как общаться со взрослыми 83

ИСТОРИЯ 16

Про то, что взрослые бывают опасными. 87

ИСТОРИЯ 17

Про рекламу. 90

ИСТОРИЯ 18

Про домашних животных 93

СТЕПА ПУТЕШЕСТВУЕТ ПО МИРУ

КАК ПРАВИЛЬНО ФАНТАЗИРОВАТЬ 98

СЕВЕРНАЯ АМЕРИКА 102

Полетели! 108

Вашингтон	113
Пролетая над Штатами	118
ЮЖНАЯ АМЕРИКА	128
Про «горячих» и «холодных» людей	131
Самые-самые в Южной Америке	133
Как правильно ссориться.	137
ЕВРОПА	140
Про море.	143
Интересные древности	146
Санта-Клаус, Пэр Ноэль, Йола Пуке и другие	148
Коррида	150
Терроризм.	153
АЗИЯ	156
Разноцветный мир.	158
Как правильно злиться	160
Осторожность не помешает!	162
О сострадании	165
АФРИКА	172
Как заботиться о планете.	177
Как не попасть в беду	182
Про помощь	186
АВСТРАЛИЯ	188
Животные Австралии	190
Про лучших друзей	195
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	199

УДК 159.9-053.2

ББК 88.3

С90

Иллюстрации – Оля Бадулина

Суркова, Лариса.

С90 Психология для детей: дома, в школе, в путешествии / Лариса Суркова; ил. Ольга Бадулина. – Москва : Издательство АСТ, 2019. – 208 с. : ил. – (Психология и развитие для детей).

ISBN 978-5-17-113769-4.

Дорогие родители! Эта книга – иллюстрированная психология для детей, которые смогут в легкой форме познакомиться с самыми необходимыми знаниями по психологии. Текст написан от имени мальчика Стёпы, который живет и путешествует вместе со своей семьей, ходит в школу и заводит друзей, учится распознавать все оттенки огромного разнообразия отношений между людьми.

Книга – уникальный диалог между главным героем и вашим ребёнком.

Ваш непоседа сможет узнать:

- Что такое настоящая дружба и как её сохранить?
- Почему нужно выполнять свои обязанности по дому?
- Почему в школе может быть весело и интересно?
- Как самому побороть свои страхи и управлять эмоциями?
- О чем нужно помнить в путешествии?
- Почему люди такие разные и что такое «менталитет»?.. и многое другое.

УДК 159.9-053.2

ББК 88.3

Научно-популярное издание

Для младшего школьного возраста

Лариса Суркова
ПСИХОЛОГИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ
дома, в школе, в путешествии

Ответственный редактор А. Амелькина

Иллюстратор О. Бадулина

Корректор И. Мокина

Технический редактор Т. Тимошина

Компьютерная верстка Л. Быковой



Подписано в печать 24.01.2019. Формат 84×108/16. Усл. печ. л. 23,92.

Печать офсетная. Гарнитура FranklinGothicBookITC. Бумага офсетная.

Тираж экз. Заказ № .

Общероссийский классификатор продукции ОК-034-2014 (КПЕС 2008):

– 58.11.1 – книги, брошюры печатные

ТР ТС 007/2011

Произведено в Российской Федерации. Изготовлено в 2019 г.

Изготовитель: ООО «Издательство АСТ»

129085 г. Москва, Звездный бульвар, д. 21, строение 1, комната 705, помещение I, этаж 7

Наш электронный адрес: www.ast.ru

ISBN 978-5-17-113769-4.

© Суркова Л., текст

© Бадулина О., иллюстрации

© ООО «Издательство АСТ»