



@larangsovet

155 000

Лариса  
Суркова

АВТОР БЕСТСЕЛЛЕРОВ  
Мама 4 детей, психолог



# КАК ЗДОРОВО БЫТЬ С РОДИТЕЛЯМИ

ИЛЛЮСТРИРОВАННАЯ ПСИХОЛОГИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

**Лариса Михайловна Суркова**  
**Как здорово быть**  
**с родителями.**  
**Иллюстрированная**  
**психология для детей**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=11827075](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=11827075)*

*Как здорово быть с родителями: иллюстрированная психология для детей / Лариса Суркова; ил. Оля Бадулина: АСТ; Москва; 2015  
ISBN 978-5-17-090414-3*

### **Аннотация**

Дорогие родители! Эта книга – иллюстрированное руководство для детей, где они смогут в лёгкой форме познакомиться с самыми необходимыми знаниями по психологии. Текст написан от имени мальчика Стёпы, который живёт вместе со своей семьёй и 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? • Как самому побороть свои страхи? • Почему в школе может быть весело и интересно? • Как нужно общаться со взрослыми?

# Содержание

История 1	12
История 2	20
Конец ознакомительного фрагмента.	22

**Лариса Суркова**  
**Как здорово быть**  
**с родителями.**  
**Иллюстрированная**  
**психология для детей**

© Суркова Л., текст

© Бадулина О., иллюстрации

© ООО «Издательство АСТ»

\* \* \*



МОЯ СЕМЬЯ



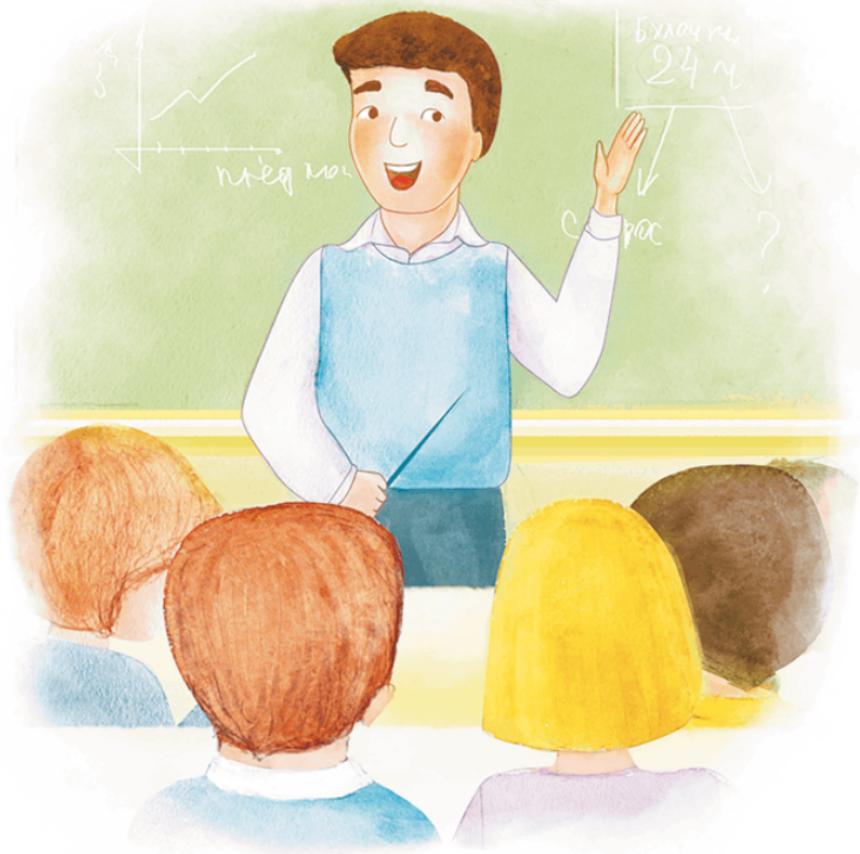
Привет!

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

А как тебя зовут?



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.

### **А чем занимаются твои родители?**

---

---

---

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?

**Расскажи, что ты делаешь, когда тебе грустно?**

---

---

---

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 книж-

ки, которые они всё время читают. Но если все их методы не срабатывают – мы ссоримся. Я могу начать злиться, кричать, плакать и даже хлопнуть дверью.

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



**У тебя такое было? А как тебя наказывают?**

---

---

---

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 показать 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 на-

до 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.

**А у тебя есть братья или сёстры?  
Как их зовут?**

---

---

---

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 пу-

ти. 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.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.