

**Г**нев — это нормальное чувство и для детей, и для взрослых. Поэтому для меня воспитание сына — это радость от совершенно разных эмоций, даже если приходится иметь дело с рассерженным ребёнком.

Мой сын мог разозлиться на пустом месте, любая ерунда выводила его из себя, и начинались истерики, особенно в период с трёх до четырёх лет. К счастью, под чутким родительским руководством он учился по мере взросления управлять своим гневом.

Хочу дать родителям несколько советов.

- Важно помнить, что умение управлять своими эмоциями — это навык, который дети приобретают в течение довольно длительного периода времени по мере развития их мозга. Учить этому ребёнка нужно с детства, тогда он вырастет мудрым и понимающим. Важно не подавлять эмоции, а анализировать их и развивать.
- Больше разговаривайте с ребёнком об эмоциях на примере героев из книг и мультиков. Показывайте и объясняйте, почему именно такой вариант правильный. Агрессивность и гнев в раннем возрасте не являются признаками плохого характера или плохого воспитания. Агрессия (укусы, толчки, крики) — всё это сигналы о том, что ребёнок потерялся и нуждается в руководстве.

### **И самое важное!**

- Не кричите и не бросайте вызов своему ребёнку во время истерики. Часто родители в ответ на вспышку гнева сами злятся и раздражаются. Но это только усилит ваше ощущение, что всё вышло из-под контроля. Лучшее, что вы можете сделать, — сохранять спокойствие в кризисной ситуации.

**Лана Богомаз,**  
главный редактор  
«Альпина.Дети»

# КОННИ ЗЛИТСЯ



История Лианы Шнайдер

С иллюстрациями Янины Гёрриссен

альпина  
**.дету**

2021



— Всё, рисунок готов. Я иду играть! — радостно объявляет Юлия. Она быстро выскакивает из-за стола и случайно опрокидывает стаканчик с водой. Вода выливается прямо на рисунок Конни.

— Мой рисунок! Он испорчен! — сердится Конни.

Конечно, Юлия сделала это не специально. Она и сама очень расстроилась. Воспитательница Ханна вытирает воду со стола и с рисунка. Но Конни больше не хочется рисовать.

Она бежит играть вместе с Юлией.  
Девочки решают построить самую  
высокую башню на свете. Два  
раза башня рушится, но наконец  
подружкам удаётся её доделать.  
Теперь башня почти такая же  
высокая, как Конни.





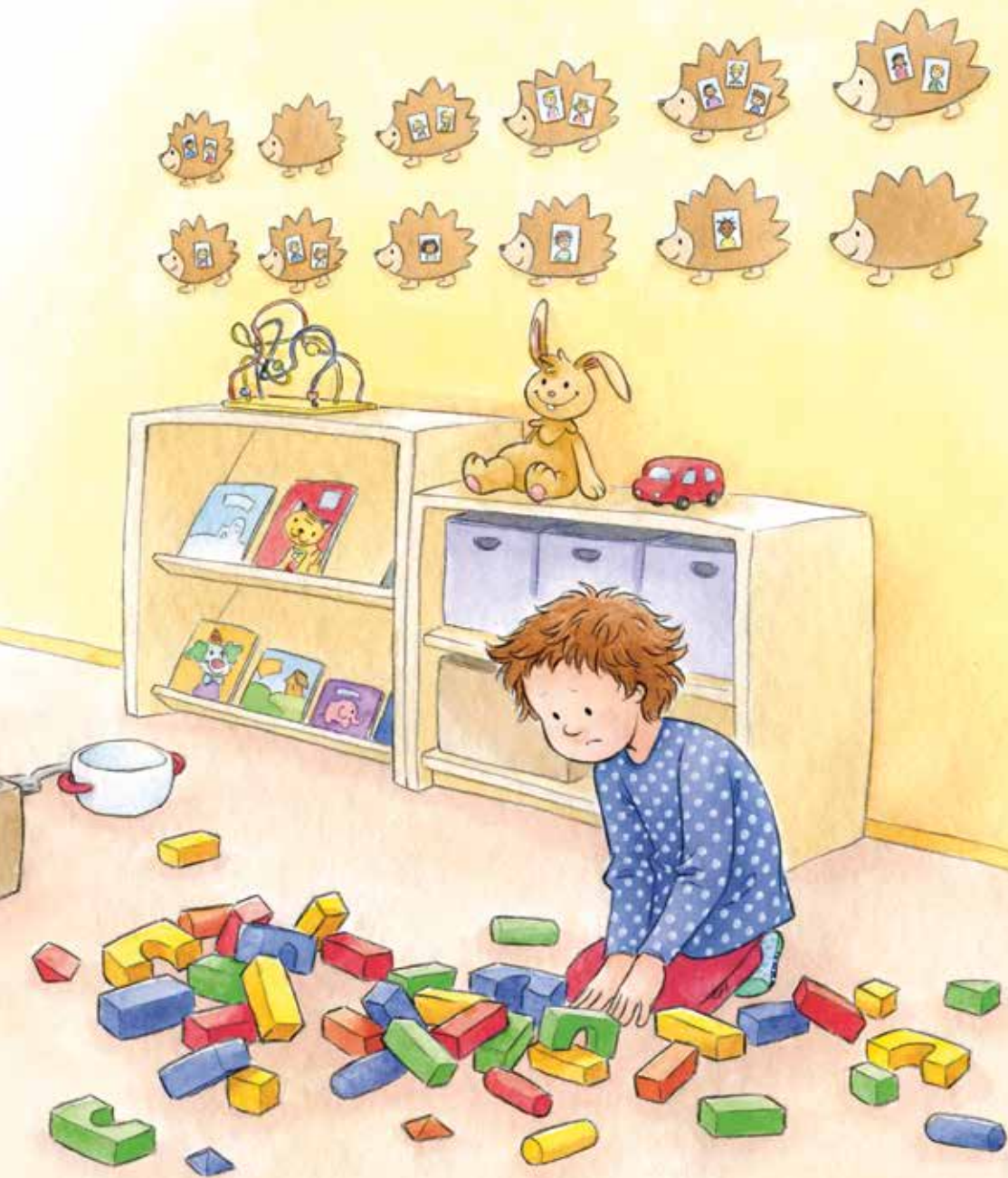
Вдруг в башню врезается Эмир, и та с грохотом падает.

— Эй, осторожнее! — кричит Конни, злобно сверкая глазами на Эмира.

— Прости, — извиняется тот. — Я случайно! Я убежал от Тома. Давай мы поможем снова построить башню?

Но у Конни пропало всякое желание это делать.





Вне себя от злости Конни уходит в раздевалку. Ей хочется выйти на улицу, но за окном идёт дождь. Нужно надеть резиновые сапоги. Один стоит в шкафчике, но где же второй? Конни ищет его везде, но сапог как сквозь землю провалился.

— Что за день сегодня! — бурчит Конни.

К счастью, в раздевалку заглядывает Ханна. Она успокаивает Конни и вместе с ней идёт читать ребятам вслух «дождливые» сказки.





Когда мама приходит забирать Конни из детского сада, дождь уже закончился.

— Ура! После обеда поедem в зоопарк! — радуется Конни.

Но мама говорит, что у неё сегодня много дел. К тому же должен прийти трубочист, так что им придётся остаться дома. Конни злится. Пиная камушек, она еле-еле тащится следом за мамой.

