

Эксперт в области эмоционального интеллекта

Виктория Шиманская



ДРАКОНЧИК

ДЗИНЬ

РАСТЁМ ВМЕСТЕ




ПОКА,
СОСКА

ХОЧУ
СПАТЬ



ДРУЖУ
С ГОРШ-
КОМ



Иллюстратор
Виктория
Елистратова

МИОО

Эта книга принадлежит:

.....

.....



Серия «Дракончик Дзинь»

Виктория Шиманская



Книга 1

Иллюстрации
Виктории Елистратовой

Москва
МИФ
2024

СОДЕРЖАНИЕ

Дорогие родители!	5
С чего всё началось	7
Драгоценная соска	14
<i>Для родителей. Избавляемся от артефактов детства</i>	21
Горшок как он есть	24
<i>Для родителей. Туалет без стресса</i>	35
Перед сном	39
<i>Для родителей. Спать — это тоже навык</i>	45
Я сам!	48
<i>Для родителей. «Я сам» — когда процесс важнее результата</i>	54
Не голодный	57
<i>Для родителей. Первые шаги к осознанному питанию</i>	66
Это моё!	68
<i>Для родителей. А надо ли делиться?</i>	73
Познакомимся?	77
<i>Для родителей. Как научить детей знакомиться?</i>	80
Мама на работе	82
<i>Для родителей. Как выгадать пару часов на работу из дома?</i>	87
Болеем	89
<i>Для родителей. Как принять нарушение планов?</i>	95
Кровь из пальца	97
<i>Для родителей. Боль — это форма отношений с собственным телом</i>	105
Одеваемся по погоде	111
<i>Для родителей. Как встретить перемены?</i>	116
Детский сад	118
<i>Для родителей. Как привыкнуть к детскому саду?</i>	125

Автор благодарит Александру Чканикову за помощь в работе над книгой. Виталию Шиманскую — за создание прототипа образа дракончика Дзиня, своих родных — за поддержку, всю команду издательства и иллюстратора — за то, что сделали этот волшебный мир. И конечно, всех детей и родителей — за их вопросы и обращения, которые легли в основу приключений Макса, Софи и Дэна.



Дорогие родители!

Что самое сложное в жизни с маленьким ребёнком? Может быть, бессонные ночи? Или капризы? Я думаю — эмоции. Жизнь родителей наполнена ими: детский восторг, испуг, гнев, стыд, удивление...

Нас, взрослых, привыкших мыслить рационально, такой неуправляемый поток чувств просто сбивает с ног. Первое, что хочется сделать, — бороться с этой стихией. Упорядочивать, выпрямлять, контролировать... Но эмоции сильны и всегда одерживают верх.

А может быть, не бороться? Прислушаться. Постараться уловить некий ритм среди хаоса, подстроиться под него, поддаться. Если нам это удаётся, мы начинаем реже грозить пальцем и повышать голос на малыша, легко избегаем открытых конфликтов, где родители требуют повиновения, «потому что так надо», а дети гневаются и капризничают. Это касается любых ситуаций, через которые проходит каждый ребёнок: битвы за соску, приучения к горшку, отхода ко сну, первых попыток уйти от разговора или соврать, сложностей начальной школы.

Наша книга помогает улавливать потоки детских эмоций. Читая ребёнку вслух истории о Максе, Софи и Дэне, вы сможете вместе прожить сложные эмоциональные моменты, будете сопереживать героям, узнавать в них себя, примерять ситуации.

В конце каждой истории есть раздел «Для родителей» с нескудной методологией и простыми упражнениями для комфортного проживания эмоциональных моментов. Этот раздел — только для вас.

А чтобы путешествие в мир эмоций Макса, Софи, Дэна и их дружной семьи было ещё интереснее, мы пригласили в проводники волшебного китайского дракончика Дзиня. Он тоже весьма эмоционален, но на его стороне магия и вековая мудрость, которая иногда позволяет найти классные решения детских проблем.

МАКС



СОФИ



ДЭН



С ЧЕГО ВСЁ НАЧАЛОСЬ

Дэн, Софи и Макс живут с папой и мамой в небольшом двухэтажном доме.

Дэну девять лет. Он ходит в школу и занимается айкидо. Он весёлый и добрый парень, хотя и не уступит никому последний кусок любимой пиццы с ананасами.

Софи пять с половиной, и она ходит в детский сад (разумеется, когда не болеет). Она с трепетом относится к своему первому набору косметики и коллекционирует конфетные фантики.

Максу скоро два. Он недавно научился самостоятельно ходить и отлично рисует джемом по скатерти и акриловыми красками по ковру.

У ребят дружная семья. Это значит, что в день каждый из них получает в среднем пять поцелуев от папы с мамой, один случайный тычок, два спора, три разногласия, пять шуток и большую шумную игру.

И вот как раз во время одной такой игры и началась наша история.

Вечером на улице было слишком сыро, и все остались дома. Мама ушла на кухню, а Дэн и Софи устроили автогонки в коридоре. Их машинки ревели и гудели как бешеные. Дети и сами



не заметили, как игра завела их в комнату родителей. На крутом вираже они со всей силы наехали на мамин туалетный столик, где стоял флакон духов.

Раздался громкий «дзинь», а после него наступила тишина.

— Что это было? — тихо спросила Софи.

— Духи, — отозвался Дэн. — Те самые, старинные, которые мама два года назад привезла из Китая.

— Ни-ни-ни, — погрозил пальчиком Макс.

Дети ждали, что сейчас в комнату вбежит мама, но она, наверное, ничего не услышала. Первым очнулся Дэн.

— Так, надо всё это быстро прибрать.

— И склеить, — согласилась Софи. Она потянулась к осколкам, но отёрнула руку.

