

Приглашение в детский мир



просто мама и папа

Гурнутин Владимир
Приглашаем в детский мир
Серия ««Приглашение в
детский мир»», книга 1

*<https://litres.ru/73907201>
SelfPub; 2026*

Аннотация

Почему ребёнок плачет из-за кривого носка? Почему не отдаёт игрушку, хотя вы учили его щедрости? Почему замирает, когда вы ждёте ответа?

Эта книга отвечает на вопросы, которые каждый день задают себе миллионы родителей.

В «Приглашении в детский мир» шесть терапевтических сказок, где в образах зверят угадываются наши собственные дети. Енотик, Тихоня, Белочка и другие малыши проходят через кризисы, а их родители — через открытия. Оказывается, за «капризами» стоит сенсорная перегрузка. За «жадностью» — потребность в границах. За «враньём» — голод по вниманию.

В конце каждой главы — компактные психологические подсказки, которые можно применять сразу. Книга написана тёплым, образным языком и подходит для чтения как взрослым, так и детям старше четырёх лет.

Авторы — просто мама и папа. Никаких регалий, только искреннее желание поделиться светом, который они нашли сами.

Содержание

Предисловие	5
Благодарности	7
Лесной детский сад. Почему Енотик плакал?	9
Лесной детский сад, глава вторая: День, когда мама Барсучиха научилась молчать.	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Гурнутин Владимир

Приглашаем в детский мир

Предисловие

Дорогие мамы и папы.

Мы не психологи. Мы не педагоги с дипломами. Мы — просто мама и папа, которые однажды поняли, что очень устали.

Устали бороться. Устали повторять по сто раз. Устали срываться на крик, а потом мучиться чувством вины. Устали думать, что мы плохие родители, а наш ребёнок — «трудный».

И тогда мы решили попробовать иначе. Не перевоспитывать. Не ломать. А понять.

Оказалось, что за каждым «капризом» стоит какая-то важная потребность. За слезами, перегрузка. За молчанием, страх. За жадностью, желание сохранить своё. За бесконечным бегом, моторчик, который не может остановиться сам. За выдумками, голод по вниманию.

Мы начали сочинять для себя сказки. Сказки про лесной детский сад и его маленьких обитателей. Через них мы учились видеть мир детскими глазами. А когда научились, многое в наших отношениях с детьми изменилось. Стало легче.

Теплее. Глубже.

Теперь эти сказки перед вами. Их шесть. Каждую можно читать вместе с ребёнком — как историю на ночь. А можно читать для себя — как поддержку в трудный родительский день. В конце каждой главы мы оставили небольшую подсказку: о чём эта история с точки зрения детской психологии и что можно попробовать уже сегодня.

Эта книга - не учебник и не свод правил. В ней нет оценок «правильно» и «неправильно». Это просто приглашение.

Приглашение в детский мир. Мир, где маленькое сердце бьётся часто-часто, где каждое чувство - огромно, а взрослый, который просто сидит рядом, может оказаться целой вселенной.

Мы писали её для себя.

С любовью, просто чьи-то мама и папа.

Благодарности

Эта книга родилась не в кабинете, а дома. За кухонным столом, где пили чай, когда дети наконец засыпали. В бессонные ночи, когда мы искали ответы на вопросы, на которые не было ответов. В моменты, когда хотелось сдаться — и мы всё равно не сдавались.

Мы хотим сказать спасибо.

Нашим детям.

За то, что вы у нас есть. За ваши слёзы, которые научили нас обнимать. За ваши молчания, которые научили нас слушать. За ваши фантазии, которые напомнили нам, как выглядит мир, если смотреть на него с открытым сердцем. Вы — наши главные учителя.

Тётушке Сове.

Этого персонажа мы списали с одной очень мудрой женщины, которая когда-то мягко сказала нам: «Он не против тебя, ему просто трудно». Эта фраза изменила всё. Мы надеемся, что у каждого родителя есть своя тётушка Сова — будь то психолог, подруга, мама или внутренний голос.

Всем родителям, которые сомневаются.

Тем, кто крикнул, а потом заплакал сам. Тем, кто считает себя плохой мамой или плохим папой. Тем, кто устал. Эта книга написана для вас. Вы не одни. У вас получается лучше, чем вам кажется.

И тем, кто ещё не стал родителем, но задумывается.

Возможно, вы сейчас читаете эти строки и примеряете на себя. Это уже шаг. Это уже любовь.

Мы писали эту книгу с верой в то, что добрых слов в мире должно быть больше. Пусть эти благодарности станут нашим маленьким вкладом.

Спасибо.

Лесной детский сад. Почему Енотик плакал?

В одном большом и светлом лесу был детский сад для зверят. Воспитательница, мудрая тетушка Сова, каждый день встречала малышей: шустрых бельчат, медлительного барсучка, звонкого зайчонка и маленького енотика Полоскуна.

Енотик был славным малышом, но иногда с ним происходило что-то непонятное. Он вдруг падал на пол, начинал тереть лапками глазки и громко плакать. Причина могла быть любой: слишком громко крикнул зайчонок, каша оказалась не в той тарелке, или носок на правой лапке сидел как-то «не так».

Мама Енотиха часто вздыхала. Вечером она спрашивала тетушку Сову:

— Ну что опять случилось? Он же уже большой! Почему он рыдает из-за какой-то ерунды? Я устала.

Тетушка Сова поправила очки и сказала:

— Хочешь посмотреть на мир его глазами? У меня есть волшебное зеркало. Я покажу тебе вчерашнее утро, но ты почувствуешь то же, что чувствовал он.

Мама Енотиха согласилась. Зеркало затуманилось, и она вдруг оказалась в теле своего маленького сына.

...Утро. Она (как Енотик) просыпается в своей кроватке.

Ей очень хорошо и тепло. Но тут распахивается дверь, и огромная фигура (это она сама, Мама) громко говорит:

— Вставай скорее, мы опаздываем! Быстро-быстро!

Сердце Енотика сжалось от резкого звука. Он еще не успел проснуться, а уже куда-то опоздал. Его несут умыть-ся, вода холодная. Потом пытаются натянуть колючий свитер. Енотику кажется, что свитер кусается.

— Мама, колется! — хнычет он.

— Не выдумывай, мягкий свитер! — гремит голос сверху.

А потом начинается каша. Каша странно пахнет. Вчера была с комочками, а сегодня жидкая. Енотика начинает подташнивать.

— Ешь! — говорят сверху. — Не встанешь из-за стола, пока не поешь.

И тут в груди у Енотика (а теперь и у Мама Енотихи) поднимается волна. Это не злость и не каприз. Это чувство, похожее на бурю в маленьком тельце. Мир становится слишком громким, свитер слишком колючим, а требование съесть эту кашу кажется концом света. Он не может объяснить словами, что случилось. Он просто открывает рот и начинает рыдать. Не для того, чтобы насолить маме, а потому что буря внутри стала слишком сильной, и выходит наружу только так — слезами.

Зеркало погасло. Мама Енотиха сидела с мокрыми глазами.

— Я не знала... — прошептала она. — Я думала, он просто

вредничает. А ему там, внутри, было так одиноко и страшно.

Тетушка Сова кивнула:

— Маленькие дети не всегда умеют говорить: «Мама, моя нервная система перегружена, и мне нужна помощь». Они говорят слезами. Он плачет не против тебя, он плачет при тебе, потому что ты — его единственное убежище в этой буре.

Что случилось потом?

На следующее утро Енотик снова захныкал над тарелкой. Но мама больше не кричала. Она присела на корточки, заглянула в его черные глазки-бусинки и сказала:

— Я вижу, тебе трудно. Иди ко мне.

Она не стала заставлять его есть. Она просто обняла его, крепко-крепко, так, что свитер перестал колоться, а мир перестал быть громким. Енотик глубоко вздохнул, уткнулся носом в мамино плечо, и буря внутри стихла. Оказалось, что каша была не такой уж и противной — просто ему нужно было сначала наполниться маминым спокойствием.

И только тогда Мама Енотиха по-настоящему поняла: справиться со слезами — это не значит их остановить. Это значит просто быть рядом, пока они льются.

Подсказка для родителей.

Этот текст — метафора эмоциональной регуляции. Дети часто плачут не из-за самого события, а из-за накопленного сенсорного или эмоционального перегруза.

Что важно помнить:

1. Причина — «ерунда», чувства — настоящие. Ребенок плачет не из-за кривого носка, а из-за того, что его «чаша терпения» уже переполнена усталостью, голодом или переизбытком впечатлений.

2. Кораблику в шторм не читают лекций. В момент истерики слова не работают, работает только присутствие и объятия.

3. Плач — это не манипуляция. Это древний механизм разрядки нервной системы. Дав ребенку выплакаться в безопасности ваших рук, вы учите его справляться со стрессом в будущем. Попробуйте сегодня, если ребенок закапризничает, не исправлять и не воспитывать. Просто сядьте рядом и скажите: «Я тебя вижу. Иди ко мне». Результат вас удивит.

Лесной детский сад, глава вторая: День, когда мама Барсучиха научилась молчать.

В соседней норке жил малыш Барсучок Тихоня. В отличие от плаксивого Енотика, Тихоня впадал в другую крайность: он замирал. Когда его обижали, когда ломалась его башенка из кубиков или когда на прогулке другие малыши бежали вперед, а он не успевал — Тихоня садился на землю, опускал голову и замолкал. На все вопросы он отвечал шепотом: «Ничего... я не знаю».

Папа Барсук очень сердился: — Ну что ты как неродной? Скажи толком, чего ты хочешь?! Почему ты все держишь в себе?

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.