Елена Башкина

Книга 4 Взрослый мир глазами ребёнка. Я умею, я могу, я расту. (5-7 лет)



Елена Башкина

Книга 4 Взрослый мир глазами ребёнка. Я умею, я могу, я расту. (5-7 лет)

«Автор»
2026

Башкина Е. А.

Книга 4 Взрослый мир глазами ребёнка. Я умею, я могу, я расту. (5-7 лет) / Е. А. Башкина — «Автор», 2026

«Я умею, я могу, я расту. Книга 4. Взрослый мир глазами ребёнка» — тёплая и мудрая книга для детей 5–7 лет и их родителей. Через понятные истории о Ване, Насте, Аделине и Майе ребёнок увидит: бояться ошибиться — нормально, самостоятельность — это не про «идеально», а про «я попробовал», говорить «нет» — смело, а сравнивать себя с другими не обязательно. Каждая история мягко раскрывает важные темы: самооценку, границы тела, честность, отношение к ошибкам — и даёт ребёнку опору: «Ты хороший, ты можешь, ты не один». А для взрослых в книге — бережные подсказки, как поддерживать ребёнка без обесценивания и давления. Практические идеи в послесловии помогут превратить чтение в совместный разговор и полезные семейные привычки. Книга, которая помогает расти — спокойно, уверенно и с поддержкой.

© Башкина Е. А., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Дорогие родители и маленькие читатели! 6
История 1 Башня, которая упала три раза. 7
История 2 Я сама! 9
Конец ознакомительного фрагмента. 10

Елена Башкина
Книга 4 Взрослый мир глазами ребёнка. Я умею, я могу, я расту. (5-7 лет)

Возрастной фокус: 5–7 лет

Темы: самооценка, страх ошибки, самостоятельность, ответственность, границы тела, честность

Дорогие родители и маленькие читатели!

Добро пожаловать в книгу «Я умею, я могу, я расту»!

Когда ребёнку 5–7 лет, каждое «я сам» звучит как маленькая победа, а каждое «не получается» — как целая катастрофа. В этом возрасте самооценка складывается из мелочей: из-за башни, которая трижды упала, из-за ботинок, надетых не на ту ногу, из-за тихого «нет», которое страшно произнести вслух, из-за сравнения себя с тем, кто делает колесо ровнее. И именно взрослые стоят рядом — в этот момент важнее не исправить, а помочь ребёнку услышать собственный голос: «Я могу. Я учусь. Я имею право».

Эта книга — не про идеальных детей и не про безупречные решения. Она про живых ребят: Ваню, который злится, когда башня рушится; Настю, для которой слово «сама» — почти клятва; Аделину, которой страшно сказать «не хочу»; Майю, которая грустит, потому что у неё пока хуже, чем у Евы. Их истории показывают, как ребёнок сталкивается с самыми важными вызовами взросления: страхом ошибки, желанием всё делать самостоятельно, необходимостью защищать свои границы, умением быть честным и не сравнивать себя с другими.

Для маленьких читателей эти истории — возможность узнать в героях себя, увидеть, что их чувства важны, а ошибки — это вовсе не про «я плохой», а про «я учусь». Каждая падающая башня, каждый перепутанный ботинок, каждое честно сказанное «нет» — это шаг вперёд. И в этих историях ребёнок найдёт поддержку: он не один, бояться нормально, пробовать снова — правильно. А для родителей эта книга станет бережным проводником. В ней нет строгих инструкций «делайте только так», но есть тонкие подсказки о том, как реагировать, когда ребёнок боится ошибиться, хочет всё делать сам, не хочет обниматься, берёт чужое или расстраивается из-за того, что «у других лучше».

Вы увидите, как взрослые в историях не спешат «сделать за», не обесценивают чувства и не торопят с выводами. Мама, которая даёт дойти до лифта с перепутанными ботинками, чтобы Настя сама заметила ошибку. Воспитатель, который помогает Аделине понять: сказать «нет» — это не грубость, а право на свои границы. Мама Майи, которая учит сравнивать себя не с Евой, а с собой вчерашней. Именно такая поддержка помогает ребёнку не бояться пробовать снова и снова.

Книга построена так, чтобы быть полезной и детям, и взрослым. А в конце вас ждёт послесловие с практическими идеями: как обсуждать эти темы, как отмечать маленькие победы и как помогать ребёнку укреплять чувство «я могу». Там же — простые игры и занятия, которые можно сделать частью вашей семейной жизни.

Пусть эта книга станет для вас и вашего ребёнка опорой в те моменты, когда хочется всё бросить, когда страшно ошибиться, когда важно сказать «я сам» или «я не хочу». Пусть она напомнит: взрослеть — это не про то, чтобы сразу всё уметь. Это про то, чтобы пробовать, падать, подниматься, замечать, учиться — и знать, что рядом есть тот, кто верит: «У тебя всё получится. Даже если не с первого раза».

Приятного чтения!

История 1 Башня, которая упала три раза.

История о том, как Ваня хотел бросить конструктор, а Настя рассказала ему про подсолнух.

Ваня строил башню. Не обычную — самую высокую в группе. Он уже поставил восемь кубиков: красный, синий, жёлтый, зелёный, снова красный, снова синий, жёлтый и ещё жёлтый. Башня покачнулась. Ваня замер, держа дыхание, как будто от этого зависело всё на свете.

Девятый кубик лёг криво. Башня накренилась. Десятый — и всё рухнуло. Кубики разлетелись с грохотом, и Ваня отшатнулся, будто его ударили.

— Опять! — крикнул он. — Опять упала!

Он пнул ближайший кубик. Тот улетел под стол.

— Я больше не буду строить. Всё равно падает. У Никиты башня не падает, а у меня — всегда.

Настя сидела рядом и рисовала облака. Она посмотрела на Ваню, на россыпь кубиков, на его красные, злые глаза и тихо сказала:

— Вань, помнишь, я рассказывала про подсолнух?

— Ну, — буркнул Ваня, не глядя.

— Мы посадили семечко. Поливали каждый день. Ждали. Ничего не было. Я бегала к подоконнику: «Ну что, семечко, как ты там?» А папа говорил: «Терпение. Ростки не спешат. Они знают, что их ждут». И ничего не росло. Целую неделю. Я думала, оно не взойдёт. Совсем.

— И что?

— А потом утром я прибежала — а там. Маленький-маленький, настоящий росточек. Из земли пробился. Папа сказал: «Видишь? Он не сразу, но он вырос. Ему нужно было время».

Ваня посмотрел на кубики. Потом на Настю.

— И причём тут башня?

— Притом, что башня — это как росток. Сначала падает. Потом снова падает. А потом стоит. Потому что ты уже знаешь, как ставить кубики, чтобы не падали. Но для этого нужно строить. Если бросить — точно не получится.

Ваня вздохнул. Собрал кубики. Посмотрел на них, будто они виноваты.

— А если опять упадёт?

— Тогда построим заново. И посмотрим, почему упала. Может, внизу был кубик с трещиной. Или мы слишком быстро ставили. Или криво. Каждый раз, когда падает, мы узнаём что-то новое. Падение — это не ошибка. Это урок.

Ваня задумался. Потом медленно, очень медленно поставил первый кубик. Потом второй. Третий. На четвёртом остановился, посмотрел: ровно? Ровно. Пятый. Шестой. Седьмой. Башня стояла.

— Не падает, — шепнул он.

— Потому что ты не торопился, — сказала Настя. — Видишь? Ты уже научился. Просто не знал.

Ваня поставил восьмой, девятый. Руки не дрожали, потому что он не боялся: если упадёт — построит заново. Десятый. Башня стояла. Одиннадцатый. Стояла.

— Настя! Смотри! Одиннадцать!

— Вижу! — засмеялась Настя. — Ты побил свой рекорд!

Ваня смотрел на башню, и в глазах у него было то особенное, что бывает, когда страх ошибки отступает и остаётся только гордость — не за результат, а за то, что не сдался.

Вечером воспитательница Лариса Александровна сказала:

— Ваня, какая красивая башня! Ты молодец.

Ваня покачал головой:

— Она три раза падала. Я три раза строил заново. Настя сказала, это не ошибка, а урок.

Лариса Александровна улыбнулась:

— Настя права. Знаешь, самые крепкие башни — те, которые падали. Потому что строитель уже знает, как не дать им упасть.

История 2 Я сама!

История о том, как Настя путала левый и правый ботинок, а мама дала ей дойти до лифта и самой заметить.

Настя была в том возрасте, когда «я сама» — самое важное слово в мире. Она сама хотела наливать кашу, сама застёгивать куртку, сама открывать дверь ключом. Получалось не всегда. Но «я сама» не зависело от «получится». Оно зависело от того, что Настя больше не была готова быть пассажиром. Она хотела быть водителем.

Утром она заявила:

— Мам, я сама одеваюсь.

— Хорошо, — сказала мама и не стала спорить.

Настя натянула колготки — задом наперёд, но натянула. Потом платье — застёжка была сзади, и она возилась с ней минут пять, но справилась. Потом носки. Потом — ботинки.

Ботинки были главной проблемой. Левый и правый были одинаковыми — красными, с белыми полосками, — и Настя каждый раз путала, на какую ногу какой.

Она надела. Посмотрела. Кажется, правильно. Встала.

— Мам, я готова!

Мама посмотрела на ноги Насти и… не сказала ни слова. Она просто кивнула:

— Идём.

Они вышли из квартиры, прошли по коридору и остановились у лифта. Настя нажала кнопку и вдруг почувствовала: что-то не так. Левый ботинок жал, правый — тоже. И носки смотрят друг на друга, как два человека, которые собираются поговорить, но стесняются.

— Мам, — сказала Настя, глядя вниз, — у меня ботинки… перепутаны.

— Да — спокойно сказала мама. — И что будешь делать?

Настя посмотрела на ботинки. Потом на маму. Потом снова на ботинки. Сняла оба, поставила рядом, посмотрела, как они стоят: носки должны смотреть в разные стороны, как два человека, которые расходятся, а не встречаются. Она надела правильно.

— Вот так, — сказала она.

— Вот так, — кивнула мама.

Они спустились на лифте, вышли из подъезда, и Настя бежала, подпрыгивая, потому что теперь ботинки были на правильных ногах, и она сама это поняла. Сама.

Вечером Настя спросила:

— Мам, ты видела, что я перепутала?

— Видела.

— Почему не сказала?

Мама улыбнулась.

— Потому что если бы я сказала, ты бы переобулась, но так и не научилась бы замечать сама. А когда ты дошла до лифта и сама увидела — вот это было настоящее «я сама». Не когда надела правильно с первого раза, а когда сама заметила ошибку и исправила.

Настя задумалась.

— А

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.