



Посвящается
Саньке, Дусе, Зосе,
доброму Великану
и моим родителям

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	9
ШАГ 1. Научиться думать не только о себе, но и о других	19
КАК СВЕТКА КАЧАЛАСЬ НА КАЧЕЛЯХ	21
ШАГ 2. Анализировать поступки – свои и окружающих	45
ВОЛШЕБНЫЙ ВЕЛОСИПЕД	47
ШАГ 3. Учить детей обозначать границы	67
ЧАЕПИТИЕ У КАТЮШИ	70
ШАГ 4. Всегда быть на стороне ребёнка	91
ДВОЙКА	94
ШАГ 5. Проявлять к ребёнку безусловную любовь	119
ГОЛ!	122

ШАГ 6. Учить ребёнка не зависеть от мнения других	143
ТАРЗАНКА	146
Шаг 7. Помогать детям НЕ врать	165
КАРТИНА МАСЛОМ	168
ШАГ 8. Учить детей сотрудничать	189
ЛЮБОЧКА	193
ШАГ 9. Развивать в детях доверие к миру	209
КОГДА ЛЮБОЧКА УЕХАЛА	213
ШАГ 10. Разрешать эмоции!	231
СНЕГОВИК	234
ПОСЛЕСЛОВИЕ	251

Предисловие

Дорогой друг!

Эта книга о самой обычной девочке Люсе и её брате Стёпке. Люсе — семь, а Стёпке — девять, вместе с мамой, папой и младшей сестрой Верочкой они живут в большом доме на десятом этаже.

Люся ходит в бассейн и на танцы, а Стёпка — в школу и на футбол.

В будни у них со Стёпкой «график», он же «режим», он же «дисциплина», или, как говорит мама, «распорядок».

Зато по выходным — дача! А там — счастье.

Во-первых, бабушка и дед многое разрешают.

Повиснешь у деда на ноге, десять раз скажешь «пожаааалуйста!» (а лучше «умоляяяяю!») — и дело в шляпе. Конфета в кармане, мультик на экране.

С мамой такое не работает. Висни не висни — сначала суп, потом десерт.

Хотя разве яблоко — это десерт?..

Десерт — это наслаждение. По крайней мере папа, когда ест сладкое, закрывает глаза и говорит: «Ммм, наслаждение!» Наслаждение — это такое чувство, от которого ооочень хорошо!

Мама же говорит про яблоко «сплошные витамины». А эта фраза не сулит наслаждений. То же самое она говорит про кабачки, петрушку и Стёпкин ночной кошмар — капусту брокколи. Какое уж тут наслаждение?

Во-вторых, на даче живёт Джульетта — белая болонка с чёрным, похожим на жучка носом. Дедушка, которому Джульетта порвала все носки, называет её Собака, а бабушка — Жуленька.

А ещё дача — это дом. Два этажа тайных и явных наслаждений! Не считая гаража и чердака.

Любопытство — вот что они со Стёпкой чаще всего испытывают на даче.

Сколько там интересного! Бусы, которые бабушка носила в двадцать лет, мамины детские лосины, шали с кисточками, ботинки на платформе, фуражка пра-

Схватишь фарфоровую куколку — и пулей на базу, в Стёпкин шкаф, который вообще-то не шкаф, а ниша в стене за шторами.

Там у Стёпки трон, царское опахало и ещё ряд необходимых царю предметов (игра в царя — его любимая). Люсе царствовать не разрешается. И даже в царицы её Стёпка не берёт. Разве справедливо? Нет!

Мама в таких случаях говорит: «Обсудите ситуацию!» — но Люсе обсуждать ничего не хочется, а хочется треснуть Стёпке как следует. Потому что Люся ощущает гнев. А иногда даже ярость — она ещё сильнее гнева! Тогда мама говорит ей: «Нарисуй, как ты злишься», — и Люся рисует что-то большое и красное. А потом рвёт свой рисунок на мелкие кусочки — и сразу становится спокойнее. Тут уже можно и «обсудить ситуацию».

То есть обозначить свои эмоции и желания.

В ссорах со Стёпкой Люся иногда кричит, но не плачет. А вот когда Стёпка скажет: «Ты ещё маленькая», — и уйдёт гулять с соседским Данькой, тогда в горле сразу пробка и глаза жжёт сильно-сильно.

Это уже не гнев, а обида. В неё чего только не намешано — и злость, и разочарование, и печаль.

Реветь при всех Люся не любит, а любит реветь в бабушкиной спальне, под старым столом, похожим на слона в жилете. Ножки (ножищи!) у стола деревянные, а на столешнице зелёное сукно. И с каждой стороны по три ящика, полных, как выражается бабушка, реликвий: старых блокнотов, писем, паспортов, открыток, маминых рисунков и конвертов с волосами, найдя которые Стёпка долго склонял Люсю поискать заодно и мамины молочные зубы, но зубы нашлись только дедушкины и не молочные.

В общем, дача — это целый мир.

Но и в городе неплохо.

Кафе, театры, парки, гости, музеи, кино — интересно!

Одна беда — продуктовый. Там скука смертная и пахнет петрушкой, а хуже петрушки только пенки в молоке. Когда Люсе попадается пенка, она чувствует отвращение — то есть пенки ей не просто неприятны, а даже противны. Так и хочется сказать «беееее» и выплюнуть немедленно.

Но родители ходят в продуктовый каждую субботу. Папа толкает тележку, а мама играет в детектива. Вот зачем, скажите, разглядывать каждый помидор? Щупать яблоки? Вынюхивать клубнику? И спраши-

вать: «А телятина у вас свежая?» Хоть бы раз кто ответил: «Нет, телятина у нас тухлая».

Но мама говорит, что всё надо делать обстоятельно.

И Люся мается и виснет на тележке. В магазин она ходить не любит.

А вот в гости — да. К Стёпкиному другу Петьке — стрелять из бластера по инопланетянам. К соседкам, Анфисе Беленькой или Катюше, — играть в дочки-матери. К двоюродной сестре Поле — рисовать единорогов и к Соне, у которой морская свинка. К маминой подруге Карине, Павлику, Марусе, Томе, Василисе...

А больше всего к крёстной Оле на пирог с цукатами. Когда Люся не видит Олю (и пирог с цукатами) целый месяц, она начинает по ним скучать. А если больше месяца, то и вовсе тосковать. Тоска — это такое чувство, когда очень хочется кого-то обнять, а его рядом нет. Оно, это чувство, подсказывает, любишь ты человека или нет.

Но лучше всего, когда гости приходят к родителям: тогда во всей квартире включён свет, пахнет курицей в меду, взрослые смеются и танцуют, а Люся, Стёпка и дети родительских друзей прыгают

