



РОЖДЕСТВО В ЛЕСУ

УЛЬФ СТАРК И ЭВА ЭРИКСОН

ЧИТАЕМ И ЧУВСТВУЕМ

ГНЕВ



Не получается сделать из бумаги самолетик. Одноклассник грубо оборвал во время разговора. Родители не отпускают гулять, пока не сделаешь домашнее задание. "Бесит!" - хочется крикнуть всему вокруг. Бывает с тобой такое?

Вот с Букой такое бывает. Никого не хочет видеть. Ни о ком не хочет заботиться. А однажды он сильно разозлился.



Женщина ненадолго исчезает.

Но вскоре появляется на пороге, в руках у неё поднос.

- Не бойся, - говорит она.

- Я не боюсь, я ужасно зол, - отвечает Бука. - Ты что, не видишь, я сплю.

- Я принесла тебе кофе, булочек и имбирного печенья. - продолжает женщина. - А ещё у меня для тебя радостная весть.

- Какая такая весть? - недоверчиво спрашивает Бука.

- У тебя будут дети!

- Что ты несёшь! Дети - у меня?

- Да, двое.

Я не хочу. Я хочу жить один! Слышишь?!

- Слышу, - молвит женщина. - Можешь говорить всё что угодно. Но чему быть, того не миновать. Съешь печенья, станешь добрее. Счастливого Рождества!

Я не хочу быть добрее. И Рождество мне не нужно! Ни за какие печенья! - рывкает Бука.

Но женщины и след простыл.



Гнев похож на огонь: он может сгореть, как костер, а может перерасти в пожар, и тогда всё вокруг сгорит. Чтобы управлять гневом, нужно понимать, когда он помогает (гнев-костер), а когда - разрушает (гнев-пожар).



РОЖДЕСТВО В ЛЕСУ

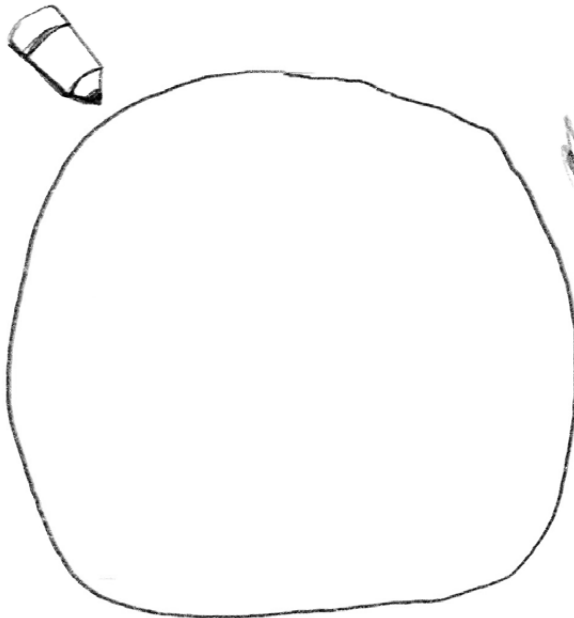
УЛЬФ СТАРК И ЭВА ЭРИКСОН

ЧИТАЕМ И ЧУВСТВУЕМ

ГНЕВ



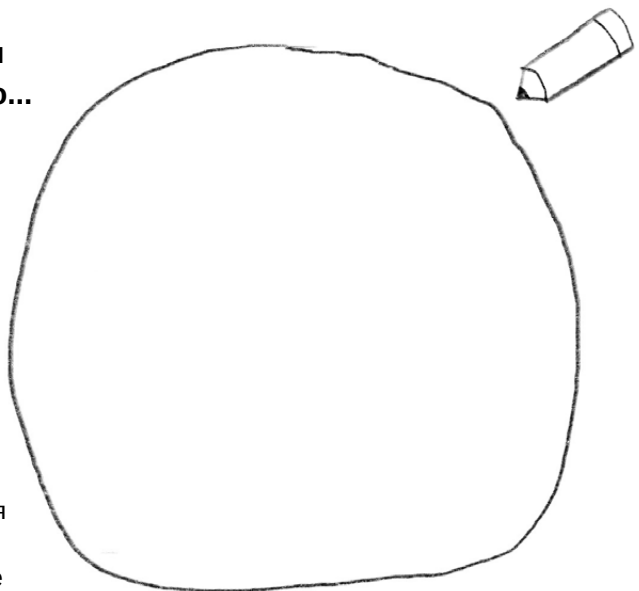
Опиши или нарисуй ситуацию, в которой гнев тебе помог (например, принять верное решение, перестать дружить с тем, кто тебя обижает), и ситуацию, в которой гнев принёс неприятности (например, сказать что-то обидное маме).



**Однажды гнев помог мне
Вот как это было...**



**Однажды гнев принёс мне одни
неприятности. Вот как это было...**



Научиться понимать свои эмоции и эмоции других людей с помощью чтения и обсуждения детских книг, развивать и поддерживать русский язык у ребёнка можно в онлайн-школе "Билингвы плюс". Скачать рабочие листы с упражнениями по книге Ульфа Старка и других авторов можно, написав нам в директ или по ссылке в описании нашего профиля Instagram @bilingvi.plus

ОНЛАЙН-ШКОЛА
"БИЛИНГВЫ ПЛЮС"

