

Наталья Магвайр

# ПОЧЕМУ Я...



«МАЛЫШ»

УДК 372.3/.4  
ББК 74.102  
М12

Серия «Первая книга об эмоциях и чувствах»  
Издание развивающего обучения  
Для занятий взрослых с детьми (текст читают взрослые)  
Для дошкольного возраста  
Мектеп жасына дейінгі балалары бар ересектерге арналған  
дамытпалы оқыту басылымдары  
(мәтінді ересектер оқиды)



**Наталья Андреевна Магвайр**

## **ПОЧЕМУ Я... боюсь, злюсь, грущу, горжусь, радуюсь**

**Художник А. Забашкина**

Дизайн обложки *Н. Ворламовой*  
Редактор *Т. Гавердовская*. Художественный редактор *М. Стародубцев*  
Технический редактор *Е. Кудиярова*. Компьютерная вёрстка *М. Мельниковой*

Общероссийский классификатор продукции ОК-034-2014 (КПЕС 2008) — 58.11.1 — книги, брошюры печатные  
Книжная продукция ТР ТС 007/2011.

Произведено в Российской Федерации. Дата изготовления: март 2024  
Подписано в печать 29.01.2024. Формат 84×108/16. Печать офсетная. Бумага офсетная. Гарнитура Pragmatica  
Усл.печ.л. 8,4. Доп. тираж экз. Заказ №

Изготовитель: **ООО «Издательство АСТ»**  
129085, Российская Федерация, г. Москва, Звёздный бульвар, д. 21, стр. 1, ком. 705, пом. 1, 7 этаж  
Наш электронный адрес: ask@ast.ru. Наш сайт: www.ast.ru

**Адрес места осуществления деятельности по изготовлению продукции:**  
Российская Федерация, Москва, 123112, Пресненская набережная, дом 6, строение 2  
Деловой комплекс «Империя», 14, 15 этаж



**Мы в социальных сетях. Присоединяйтесь!**  
<https://vk.com/ast.deti> <https://zen.yandex.ru/astdeti>  
<https://t.me/astdeti>

Өндіруші: «Издательство АСТ» ЖШҚ 129085, Ресей Федерациясы, Мәскеу, Звёздный бульвары, 21-үй, 1-құрылыс, 705-бөлме, 1 үй-жай, 7-қабат Өнім өндіру қызметін жүзеге асыру мекенжайы: 123112, Ресей Федерациясы, Мәскеу, Пресненская жағ., 6-үй, 2-құр., «Империя» іскерлік кешені, 14, 15-қабат.

Біздің электрондық мекенжайымыз : [www.ast.ru](http://www.ast.ru) E-mail: [ask@ast.ru](mailto:ask@ast.ru)  
Интернет-магазин: [www.book24.kz](http://www.book24.kz) Интернет-дүкен: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортер в Республику Казахстан, дистрибьютор и представитель по приёму претензий на продукцию в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»  
Қазақстан Республикасына импорттаушы, дистрибьютор және Қазақстан Республикасында өнімге шағымдар қабылдау жөніндегі өкіл: «РДЦ-Алматы» ЖШС  
Домбровский кеш., 3-а», Б литері, офис 1. Тел.: 8(727) 2 51 59 90,91, факс: 8 (727) 251 59 92 ішкі 107;  
E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz), [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Тауар белгісі: «АСТ». Өндірілген күні: наурыз 2024. Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген. Сертификаттауға жатады Ресей Федерациясында өндірілген

**Магвайр, Наталья.**

**М12** Почему я... боюсь, злюсь, грущу, горжусь, радуюсь / Н. Магвайр ; худож. А. Забашкина. — Москва : Издательство АСТ, 2024. — 79, [1] с.: ил. — (Первая книга об эмоциях и чувствах).

ISBN 978-5-17-145084-7.

Обсуждая простые истории и выразительные картинки из этой книги, вы сможете объяснить детям, что происходит с ними, когда они радуются, боятся, злятся, грустят, обижаются и т. д. А умение понимать себя — основа жизненного успеха! Придумала такую полезную книгу Наталья Магвайр ([www.maguirebooks.com](http://www.maguirebooks.com)), мама троих детей, а также по совместительству успешная бизнес-леди. Книга переведена на несколько языков и стала бестселлером Amazon.com.

Для дошкольного возраста.



© Магвайр Н. А., текст, ил., 2024  
© Забашкина А., ил., 2024  
© ООО «Издательство АСТ», 2024

## Дорогие родители!

Я рада, что вы стремитесь вырастить детей уверенными в себе, учите их выстраивать крепкие взаимоотношения с другими людьми и помогаете стать более успешными в учёбе. Всё это требует от детей развитого эмоционального интеллекта, то есть умения распознавать эмоции, выражать чувства, успокаиваться, когда нахлынут сильные чувства, относиться к другим людям с пониманием.

Как и взрослые, дети испытывают широкий спектр чувств. Они переживают счастье и гордость, зависть и отвращение, страх и ненависть. Они нервничают, сердятся, грустят и беспокоятся. Но малыши пока не умеют выразить свои чувства словами, а делают это через капризы, мимику, движения и жесты. Зачастую это выглядит забавно, а бывает просто сводит нас с ума!

Эта книга объяснит вашему ребёнку, что эмоции, то есть сигналы, которые шлёт нам наше тело, связаны с чувствами. Все чувства, позитивные или негативные, абсолютно естественны, но надо научиться выражать их правильно.

Занятия по книге расширят словарный запас вашего малыша, он освоит разные фразы для выражения чувств. Кроме того, она содержит большое количество дополнительного материала для развития эмоционального интеллекта.

Я буду

**ОЧЕНЬ РАДА!**

если вашим детям понравится моя книга,

Наталья Магвайр





Моё тело шлёт мне разные сигналы, чтобы сообщить о том, как я себя чувствую. Я потею, мой живот урчит, иногда мне сложно дышать, а время от времени моё сердце сильно стучит в груди.

Но зачем?

И почему?

Отчего?



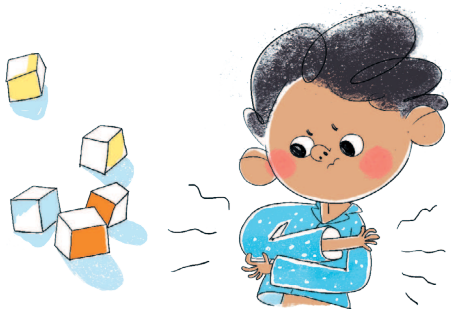
— Сегодня тебя ждёт сюрприз, — сказала мама однажды утром. — Только надо потерпеть до обеда.

«Интересно, какой сюрприз?» — Я не мог дождаться, чтобы узнать.

Всё утро я ходил по дому и думал о сюрпризе. Я начал собирать замок из кубиков, но постоянно отвлекался и никак не мог построить хоть что-то. Тогда я решил поиграть в поезд и железную дорогу, но мне стало неинтересно. Затем я решил построить самую быструю гоночную машину. Но всё, о чём я мог думать, — это мамин сюрприз. Когда же, наконец, я узнаю, что это?!



Моё сердце громко билось в груди.



Моя кожа покрылась мурашками.



Я не мог усидеть на месте.



Я сгорал от **НЕТЕРПЕНИЯ!**



Мама ласково обняла меня.  
— Осталось недолго ждать, — сказала она.

Вдруг в дверь позвонили. Мама посмотрела на меня и улыбнулась.

— Не хочешь открыть дверь? — спросила она.

Я побежал к двери и распахнул её.

На пороге стояли бабушка и дедушка, широко открыв свои объятия!

— Сюрприз! — радостно воскликнули они. — Как же ты вырос!



Мои глаза заблестели.



Я широко улыбнулся.

Я начал прыгать.