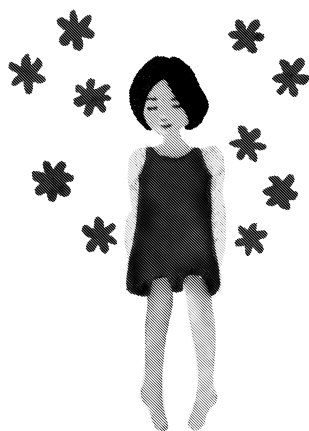


**С А М Ы Е
НУЖНЫЕ КНИГИ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Джин Иллсли Кларк, Конни Доусон,
Дэвид Бредехофт

МНОГО — ЭТО СКОЛЬКО?

КАК НЕ ИЗБАЛОВАТЬ
ЛЮБИМОГО РЕБЕНКА



Москва
2016

УДК 159.922.7

ББК 88.8

К48

Jean Illsley Clarke,
Connie Dawson, David Bredehoft

HOW MUCH IS TOO MUCH?

Raising likeable, responsible, respectful children —
from toddlers to teens — in an age of overindulgence

Copyright © 2004, 2014 by Jean Illsley Clarke,
Connie Dawson, David Bredehoft

Перевод на русский язык Э. Мельник

Художественное оформление Н. Дмитриевой

Кларк, Джин Иллсли.

К48 Много — это сколько? Как не избаловать любимого ребенка / Джин Иллсли Кларк, Конни Доусон, Дэвид Бредехофт ; [пер. с англ. Э. И. Мельник]. — Москва : Издательство «Э», 2016. — 384 с. — (Психология. Самые нужные книги для родителей).

ISBN 978-5-04-167438-0

Как говорили в одной чудесной сказке: «Детей надо баловать, тогда из них вырастают настоящие разбойники!» Сегодня мы живем в эпоху избалованности. Она повсюду вокруг нас. Это новая норма. Ее источник – доброе сердце. Но она причиняет больше страданий, чем мы можем себе представить. Причем избалованность далеко не всегда определяется деньгами. Это возможно при любом уровне дохода. Избалованность – штука небезобидная. Она готовит почву для проблем и неудач наших детей в будущем. Однако не все потеряно. Из этой книги вы узнаете, как можно осознать и изменить ситуацию.

УДК 159.922.7

ББК 88.8

© Мельник Э.И.,
перевод на русский язык, 2016
© Оформление.
ООО «Издательство «Э», 2016

ISBN 978-5-04-167438-0

ИЗ ЭТОЙ КНИГИ

ВЫ УЗНАЕТЕ

- Что можно считать избалованностью, а что — нет — Гл. 1, 2
- Почему избалованность становится новой нормой жизни — Гл. 27, 28
- Почему мы балуем детей, даже если не хотим этого делать — Гл. 2, 5, 10
- Как понять, что мы действительно балуем или рискуем избаловать ребенка — Гл. 3, 4
- Как наше собственное детство влияет на то, как мы балуем детей — Гл. 24–26
- Какие благие намерения родителей приводят к избалованности детей — Гл. 4
- Что такое гиперопека, к чему она приводит и как ее избежать — Гл. 10–15
- Как установить разумные границы для желаний ребенка — Гл. 9, 19, 23
- Что делать, если ребенок в семье стал практически главным — Гл. 21
- Что делать родителям, если детей балуют бабушки и дедушки — Гл. 27, 28

*Посвящается
А т а л и Т е р р и ,
которая ныне обитает
в Стране Изобилия*

СОДЕРЖАНИЕ

Письмо к читателям	12
Введение	14

Часть I. КАК РАСПОЗНАТЬ ИЗБАЛОВАННОСТЬ

1. Что такое избалованность?	19
<i>Действительно ли она имеет значение?</i>	
2. Как балуют детей?	29
<i>Это не только игрушки и одежда</i>	
3. Избалованность: есть или нет?	39
<i>«Тест четырех» — показатели избалованности</i>	
4. 14 рисков избалованности	46
<i>Это не то, к чему стремились заботливые взрослые!</i>	

Часть II. СЛИШКОМ МНОГО — ЭТО СКОЛЬКО?

5. Возьми еще!	59
<i>Способы «перекармливания»</i>	
6. Мне не с чем играть!	63
<i>В детстве родители дарили мне много игрушек</i>	
7. Мне нечего надеть!	68
<i>В детстве мне позволяли иметь любую одежду, какую мне хотелось</i>	
8. Так много дел, так мало времени	79
<i>В детстве родители перегружали мое расписание</i>	
9. Хватит — это сколько?	87
<i>Я не знаю, что значит «хватит»</i>	

Часть III. ГИПЕРОПЕКА

10. Что такое опека?	105
<i>Все способы нашей заботы друг о друге</i>	
11. Я сделаю это за тебя	110
<i>Родители делали за меня то, что мне следовало делать самому</i>	

12. Посмотри на меня!	118
<i>Родители уделяли мне слишком много внимания</i>	
13. Маленькие принцы и принцессы.....	123
<i>В детстве у меня было много привилегий</i>	
14. Хорошо сегодня повеселился?	133
<i>Родители старались, чтобы мне не было скучно</i>	
15. Шоссе опеки	146
<i>Шесть способов заботиться о детях, из которых два полезны</i>	

Часть IV. ПОПУСТИТЕЛЬСТВО

16. Что такое система?	159
<i>Все способы, которыми мы обеспечиваем детям безопасность</i>	
17. Чего вы от меня хотите?	165
<i>Родители не ожидали от меня исполнения домашних обязанностей</i>	
18. Мне не хочется этого делать!	178
<i>В детстве от меня не ожидали усвоения навыков, известных другим детям</i>	
19. Мне не нужны ваши правила!	188
<i>Родители не устанавливали правила или не заставляли меня им следовать</i>	
20. Поступай, как хочешь.....	201
<i>Родители перекармливали меня свободой</i>	
21. Кто здесь главный?	215
<i>Родители позволяли мне лидировать или доминировать в семье</i>	
22. Шоссе системы	229
<i>Шесть способов выстроить систему, два из которых полезны</i>	
23. Магистраль — опека + система	241
<i>Действенный план</i>	

Часть V. ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, КОТОРЫХ БАЛОВАЛИ В ДЕТСТВЕ

24. Балующие взрослые: «кто» и «почему»	249
<i>42 причины, по которым люди сдают</i>	
25. Я никогда этого не сделаю!	256
<i>Как избалованность влияет на воспитание собственных детей</i>	
26. А как же я?	269
<i>Чем рискуют избалованные в детстве взрослые</i>	