

Стив Биддалф

# СДЕЛАЙ РЕБЕНКА СЧАСТЛИВЫМ

Москва, 2017

УДК 159.922.7

ББК 88.8

Б59

*Перевод с английского Ю. Змеевой*

**Биддалф, С.**

Б59      Сделай ребенка счастливым / С. Биддалф ; [пер. с англ. Ю. Змеевой]. – М. : Т8RUGRAM / РИПОЛ классик, 2017. – 238 с. : ил.

ISBN 978-5-519-61153-4

Стив Биддалф – австралийский психолог с мировым именем, его книги по семейной психологии уже стали бестселлерами во многих странах мира.

По мнению автора, самая главная задача любого родителя – вырастить не послушного, а счастливого ребёнка, однако многие, искренне желая счастья своим детям, совершенно не осознанно программируют их на несчастье.

Это полезная книга написана лёгким и доступным языком и адресована тем мамам и папам, которые хотят научиться лучше понимать своих детей и сделать их по-настоящему счастливыми.

УДК 159.922.7

ББК 88.8

ВІС VFX

BISAC PSY004000

© Т8RUGRAM, оформление, 2017

© Steve Biddulph, 1997

© ООО Группа Компаний

«РИПОЛ классик», 2017

ISBN 978-5-519-61153-4

*Огромное спасибо движению трансактного анализа и его приверженцам – особенно Колину Маккензи, Пэт Маккензи, семье Маслен, семье Меллор и Джин Григор. Эти чудесные люди спасли мне жизнь и помогли понять свое предназначение. Спасибо моим родителям за прекрасное начало. Моей любимой девушке, несравненной Шарон Биддалф. Робину Фриману, Филлиппе Сэндалл, Рексу Финчу, всем редакторам «Харпер Коллинз». И родителям всего мира, которые изо дня в день борются со своими детьми и при этом не забывают улыбаться.*



## Об авторе

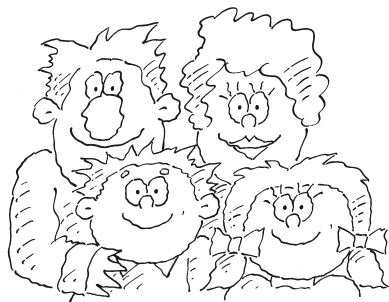
*Стив Биддалф начал карьеру семейного психолога двадцать лет назад. Осознав, что ничего не понимает в психологии, он отправился путешествовать и учился у лучших специалистов в Австралии, США, Новой Зеландии и Сингапуре в период становления семейной психологии. Все это время он помогал сотням семей справляться с ежедневными проблемами и находить выход из экстремальных ситуаций. Но Стив видел, что многие родители страдают от нехватки позитивной и полезной информации о воспитании детей.*



## Стив Биддалф

За всемирным успехом книги «Секрет счастливого ребенка» последовала работа в сфере образования родителей. Стив читает лекции на разнообразные темы – о том, как добиться послушания без рукоприкладства и упреков, как воспитать мальчика сильным мужчиной. Он путешествует по всему миру – от Германии и Англии до Китайской Народной Республики, выступая во всех странах, где были опубликованы его книги. Став специалистом, помогающим людям оправиться от детских психических травм, жестокого обращения и невнимания родителей, Стив передает свои навыки молодому поколению семейных психологов.

Стив живет в штате Новый Южный Уэльс, в Австралии, со своей подругой Шарон и их детьми. Они пишут книги и делают все возможное, чтобы воплотить свои идеи в жизнь!



## История этой книги

Когда я взялся за написание этой книги, я и не мечтал, что она станет такой популярной. Прошло четырнадцать лет с тех пор, как я впервые ударил по клавишам печатной машинки, и с тех пор эту книгу прочитали более миллиона человек на четырнадцати языках мира.

Тогда, четырнадцать лет назад, я был всего лишь начинающим семейным психологом, и меня переполняло искреннее желание помочь мамам и папам найти общий язык со своими детьми. Мне хотелось, чтобы наши дети не переживали унижений и страхов, которые пришлось пережить нам.

На первой странице первого издания сообщалось, что у меня нет детей, а есть маленькие монстры, да и те ведут себя – мало не покажется. Я написал это потому, что так оно и было, но больше всего мне хотелось, чтобы читатели не воспринимали на веру все, что написано в этой книге. Я до сих пор уверен, что эксперты представляют большую опасность для вашей семьи! Прислушайтесь к своему сердцу, и оно подскажет лучший способ воспитания детей. Книжки, специалисты, друзья способны помочь, только если приблизят вас к пониманию того, что вы и так всю жизнь знали.

Сейчас у меня есть дети – маленькие монстры уже выросли! Но переживания остались прежними. Я до сих пор испытываю покалывание в груди, увидев молодую маму с но-

Стив Биддалф

ворожденным младенцем или отца, играющего с детьми. Молодые родители и их подвиги производят на меня куда более сильное впечатление, чем чемпион мира по футболу, звезда рок-н-ролла или магнат с Уолл-стрит!

Часто родители говорят мне, что идеи, почерпнутые из этой книги, пригодились и повлияли на их жизнь. Но и я многому научился у своих читателей – и этот опыт помог сделать книгу еще лучше.

Надеюсь, вам понравится.

Стив Биддалф

## Предисловие

Почему на свете так много несчастных взрослых?

Задумайтесь – наверняка у всех ваших знакомых есть проблемы. Кому-то из них не хватает уверенности в себе, кто-то не способен принимать самостоятельные решения, не умеет расслабляться, не может наладить контакт с другими людьми. Кто-то из них агрессивен, постоянно унижает окружающих и игнорирует желания других. Конечно, есть с виду безмятежные – но, скорее всего, они едва сдерживаются между двумя дозами спиртного или транквилизатора.

В одной из самых богатых и спокойных стран мира депрессия достигла размеров эпидемии. Один из пяти взрослых нуждается в помощи психиатра, один из трех браков



## Стив Биддалф

заканчивается разводом, одному из четырех человек требуются транквилизаторы, чтобы расслабиться. Жизнь прекрасна!

Можно винить во всем безработицу и тяжелую экономическую ситуацию, но депрессией страдают представители всех социальных групп – богатые, бедные и те, что где-то посередине. Похоже, даже большие деньги не в силах решить проблему.

Но, с другой стороны, некоторые люди не перестают поражать постоянной жизнерадостностью и оптимизмом. Так почему же отдельным индивидуумам не испортишь настроение даже стихийным бедствием?

Дело в том, что большинство людей попросту запрограммированы на несчастье. В детстве их ненамеренно приучили быть несчастными, и с тех пор они так и живут по заданному сценарию. Прочитав эту книгу, вы можете случайно обнаружить, что совершенно ненамеренно гипнотизируете своих детей, внушая им ненависть к самим себе, и тем самым провоцируете проблемы, которые будут преследовать их всю жизнь.

Но этого можно избежать. Можно запрограммировать своих детей так, чтобы они выросли оптимистичными, любящими, талантливыми и счастливыми взрослыми. И прожили долгую и благополучную жизнь. Так давайте начнем...