
КНИГИ ЭТОЙ СЕРИИ:

Новая жизнь к пятнице

Новый секс к пятнице

ГОТОВИТСЯ К ВЫПУСКУ:

**Умные женщины знают,
когда сказать «нет»**

КЕВИН ЛЕМАН

НОВЫЙ РЕБЕНОК

к пятнице

воспитание без криков
и наказаний за 5 дней



Москва 2021

УДК 159.922.7

ББК 88.8

Λ44

Dr. Kevin Leman
HAVE A NEW KID BY FRIDAY

Copyright 2008 by Kevin Leman Originally published in English
under the title Have a New Kid by Friday by Revell,
a division of Baker Publishing Group, Grand Rapids, Michigan, 49516, U.S.A.
All rights reserved

Леман, Кевин.

Λ44 Новый ребенок к пятнице. Воспитание без криков и наказаний за 5 дней / Кевин Леман ; [перевод с английского Н. И. Христофоровой]. — Москва : Эксмо, 2021. — 272 с. — (Измени свою жизнь за 5 дней. Бестселлеры Кевина Лемана).

ISBN 978-5-04-219137-4

Если вам приходится краснеть за ребенка в магазине или в гостях, убирать за ним игрушки или собирать портфель, оправдывать дерзкие выходки «возрастными кризисами» — вы точно делаете что-то не так. Благодаря советам Кевина Лемана — всемирно известного психолога с 30-летним опытом — вы наладите отношения с ребенком, забудете об истериках и ссорах и станете таким родителем, каким всегда хотели быть.

В понедельник вы научитесь быть последовательными и не поддаваться манипуляциям.

Во вторник узнаете, что влияет на характер и поведение ребенка.

В среду определите, какой у вас стиль воспитания и как изменить его к лучшему.

В четверг поймете, как растить детей самостоятельными и ответственными.

В пятницу составите эффективный план действий и увидите первые результаты.

УДК 159.922.7

ББК 88.8

© Христофорова Н.И.,
перевод на русский язык, 2021

© Оформление.

ООО «Издательство «Эксмо», 2021

ISBN 978-5-04-219137-4

Нужна ли вам эта книга?

Чтобы узнать ответ, прочтите утверждения ниже и поставьте галочку напротив тех, с которыми согласны.

- ☐ Я повышаю голос на ребенка, угрожаю или подкупаю, чтобы уговорить сделать простые, рутинные вещи. Например, встать рано утром, почистить зубы, одеться, позавтракать, отправиться в школу, сделать домашнее задание или помочь по дому.
- ☐ Иногда я что-то запрещаю ребенку, но, когда он плачет или истерит, в итоге могу уступить.
- ☐ Иногда я долго оправдываюсь или объясняю ребенку, почему мы не можем сейчас что-то купить или куда-то пойти.
- ☐ Мне трудно вынести, когда ребенок огорчен, зол или обижен на меня.
- ☐ Мне трудно говорить ему «нет».

НОВЫЙ РЕБЕНОК К ПЯТНИЦЕ

- ☐ Я осознаю, что трачу слишком много денег на новые игрушки и праздники по случаю дня рождения ребенка.
 - Родители семилетней Розы наняли целый автобус, чтобы отвезти ее и нескольких друзей дочери за 115 миль (185 км) в другой город. Каждый смог изготовить себе игрушку в специальном магазине. Потом они праздновали и угощались тортом и мороженым в детском кафе.
 - Родители пятилетнего Майка арендовали на весь день спортивную площадку.
 - Марти, мать-одиночка, потратила весь свой месячный доход на празднование дня рождения десятилетней дочери.
- ☐ Я постоянно сравниваю оценки ребенка и его спортивные/творческие успехи с достижениями других детей.
- ☐ Когда мы идем в общественное место или в гости, я часто волнуюсь, что ребенок будет там плохо себя вести.
- ☐ Я регулярно выполняю школьные задания вместе с ним, а иногда и за него.
- ☐ Я часто общаюсь с учителями из-за низких оценок, либо требуя объяснить, почему они так оценили старания моего ребенка, либо оправдывая его плохую подготовку (например, «Нам пришлось уехать на все выходные из города и мы забыли взять с собой его учебники»).
- ☐ Я часто собираю портфель ребенка или проверяю, ничего ли он не забыл.

Нужна ли вам эта книга?

- ☐ Иногда я не могу заставить ребенка убрать за собой игрушки (одежду, вымыть за собой посуду и т.д.) и делаю это сама.
- ☐ Часто ребенок не придает значения моим словам, не слушается с первого раза.
- ☐ Мой ребенок посещает больше одного кружка или секции.
- ☐ Иногда я объясняю плохое поведение моего ребенка возрастным кризисом или сложным периодом адаптации (например, кризис трех лет, волнуется, потому что не привык к школьному распорядку, и т.д.).
- ☐ Мне сложно заставить ребенка пойти спать в обговоренное время.

Если вы согласились с двумя и более утверждениями, вам нужно не только *прочитать* эту книгу, но и *носить ее с собой*. Храните один экземпляр в машине, а другой — дома.

Книга станет для вас средством первой помощи.

Это то чудо, которое вы ждали.

Я гарантирую!

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ. Миром командуют дети... и им всегда мало.....	13
ПОНЕДЕЛЬНИК. Почему дети плохо себя ведут?	19
ВТОРНИК. Отношение. Поведение. Характер	35
СРЕДА. Родитель-друг, родитель-диктатор, авторитетный родитель.....	49
ЧЕТВЕРГ. Повысить самооценку или помочь ребенку чему-то научиться?.....	63
ПЯТНИЦА. План действий.....	77
СПРОСИТЕ ДОКТОРА ЛЕМАНУ	
Советы по воспитанию, которые работают мгновенно	87
ЭПИЛОГ	251
Примечания.....	263
О докторе Кевине Лемане	264
Благодарности.....	265

