

Александр
Мусихин

#ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ
без КРИКОВ,
УГРОЗ, НАКАЗАНИЙ
и ИСТЕРИК



ПРАЙМ
Ψ

АКАДЕМИЯ

ПСИХОЛОГИИ



ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



Академия психологии для родителей

Александр Мусихин

**Воспитание детей без криков,
угроз, наказаний и истерик**

«Издательство АСТ»

2017

УДК 159.922.7
ББК 88.8

Мусихин А. Е.

Воспитание детей без криков, угроз, наказаний и истерик /
А. Е. Мусихин — «Издательство АСТ», 2017 — (Академия
психологии для родителей)

ISBN 978-5-17-103522-8

Как известно, все мы прекрасно знаем, как правильно воспитывать детей... пока у нас не появляются свои собственные. Став родителями, все мы сталкиваемся с одними и теми же вопросами: что делать, если ребенок не желает слушаться? Как справляться с детскими истериками? Как пережить "кризис трех лет" и подростковый возраст? Как мотивировать ребенка на учебу? Что делать, когда перепробовано уже все и ничего не помогает? На эти и многие другие вопросы родителей отвечает Александр Мусихин, психотерапевт с 14-летним стажем, лектор, ведущий тренингов в центре психологии, писатель, отец двоих детей. Пошаговые инструкции, позволяющие выстроить с ребенком отношения сотрудничества, простые правила, проверенные на практике и применимые в любой ситуации, живой язык и юмор автора делают эту книгу настоящим спасательным кругом для родителей. В формате a4.pdf сохранен издательский макет книги.

УДК 159.922.7

ББК 88.8

ISBN 978-5-17-103522-8

© Мусихин А. Е., 2017

© Издательство АСТ, 2017

Содержание

Об авторе	7
От автора	9
Часть первая	10
Предисловие к первой части, или Зачем мне читать это?	10
Какие результаты можно получить с помощью этой методики?	12
Как пользоваться книгой, чтобы получить максимальную пользу?	13
Общие рекомендации	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Александр Мусихин

Воспитание детей без криков, угроз, наказаний и истерик

Все люди, которые встречаются на протяжении нашей жизни, даны нам для чего-то. Встретить такого человека, как Александр, – большая удача, ведь он профессионал своего дела, и очень важно, что он умеет доходчиво и понятно делиться своим опытом и знаниями. Всем родителям очень рекомендую прочесть книгу «Воспитание детей без криков, угроз и наказаний». Она помогает родителям лучше понять ребенка, его эмоции, переживания. А также наладить гармоничные и доверительные отношения ребенка и родителей. От всей нашей семьи огромное спасибо автору.

Инна

Александр, спасибо за вашу книгу про работу с детскими истериками! Когда ребенок впадает в истерику, обычно это всегда неожиданно и «на пустом месте», как нам кажется. Не знаешь, как себя вести, хочется быстрее это прекратить тем или иным способом, испытывая чувство вины (ведь истерика – это не просто так, наверное, во многом я как мама виновата), гнева (ooo, гром и молнии, и ребенок пугается!), а уж если это происходит во дворе, то и чувство стыда (весь двор смотрит и с сожалением, и с осуждением, а кто-то и с интересом, в общем, жуть!). И вот тут на помощь пришла книга Александра, написанная кратко и понятно, не запутанный психологический талмуд, а все кратко и по делу. Будем работать! Александр, огромное вам спасибо!

Оксана

Четко, последовательно, понятно и коротко, что немаловажно. Руководство, как надо и как не надо делать. Возьму на вооружение.

Ира

Проверила на коллегам и подчиненных, тоже отлично работает! Спасибо!

Екатерина

Побывала у Александра на лекции и скачала эту книгу, и вот уже больше месяца как мы разговариваем с сыном на одном языке. Нет, это не случилось в одно мгновение, но те знания, которые дал Александр, очень помогают мне понять сына, понять, как с ним говорить, понять, что ему надо и чего он хочет! Помогают мне сдерживать себя, а некоторые моменты, которые меня раньше жутко раздражали, стали смешными! Книга для меня – это конспект лекции, самые важные ее моменты. Отдельное спасибо за схему в конце: повесила на холодильник, чтобы она всегда была перед глазами.

regrader

Замечательное руководство к действию. Большое спасибо автору за то, что помогает нам, неопытным родителям, наладить отношения с нашими детьми и стать лучше.

Елена

Идеальная модель взаимоотношений родителей и ребенка. Прекрасная книга по воспитанию детей. Написана легким языком. Впервые вижу книгу, где ясно и без воды описаны методы и к тому же приведены примеры, и это все в столь малом объеме. Очень удобная разбивка на этапы, что позволяет идти к цели шаг за шагом. Рекомендую! Спасибо автору!

Без подписи

Автор обещал, что через неделю будет лучше, – так и получилось. Ребенок стал спокойней, с ним легче договариваться, и вообще легче. Спасибо, отличная книга! Особенно понравилось, что книга небольшая, и вся она фактически – одна инструкция.

Без подписи

Это работает! Десять дней живем по новым правилам и уже отличный результат: то, что раньше делалось за три-четыре часа со скандалом, оказалось возможным за 40–50 минут. Достаточно просто создать нужную атмосферу и соблюдать правила. Работает не только со школьными уроками, но и с репетитором, и художка пошла! Я довольна, сын тоже.

Ирина

Известные истины, которые собрали вместе и разложили по полочкам. Удобно. Четко установили процесс, и ребенок начинает все делать без нытья и родительской помощи, САМ! Спасибо!

Виола

Кратко и доступно. Автор пишет хорошим и понятным простому обывателю языком. Содержание максимально сжато и лаконично. Вполне достойный материал.

Игорь

Об авторе

Александр Мусихин



Психолог-консультант, врач-психотерапевт, тренер.

Стаж работы с 2003 года.

Провел более 10 000 консультаций.

Более 3500 часов групповых занятий.

Автор нескольких десятков статей по психологии.

Более 20 авторских тренингов.

Писатель, папа 2 детей.

Читаю лекции и провожу занятия, в том числе посвященные взаимоотношениям детей и родителей:

1. Воспитание без криков, угроз и наказаний.
2. Истерики детей (и родителей).
3. Здоровье детей: мифы и реальность, на что обратить внимание.
4. Дети и школа.

5. Как правильно вырабатывать привычки у детей?
6. Что нужно знать о развитии ребенка, чтобы заложить основы счастливой и успешной жизни?
7. Кризис 3 лет: что делать родителям?
8. Как общаться с подростком?
9. Как понять своего ребенка в любом возрасте (от зачатия до 30 лет).

Контакты

Если вам нужна консультация, скайп-консультация или тренинг, пожалуйста, свяжитесь со мной одним из следующих способов.

- **Телефон:** +79086 606 475
- **E-mail:** musihin-ae@yandex.ru
- **Скайп:** musihin-ae

На моем сайте и в группах вы всегда сможете найти мои статьи, видео и другую полезную информацию для тех, кто интересуется психологией, а также расписание занятий.

- **Сайт:**
alexandrmusihin.ru
- **ВКонтакте:**
vk.com/alexandrmusihin
- **Fb:**
www.facebook.com/groups/415275235324319/
- **ОК:**
ok.ru/group/54942891180062

Если вы хотите быть в курсе новостей и получать рассылку, напишите мне смс на номер **+79086 606 475** или адрес своей электронной почты на мой ящик:

[**musihin-ae@yandex.ru**](mailto:musihin-ae@yandex.ru)

Александр Мусихин

От автора

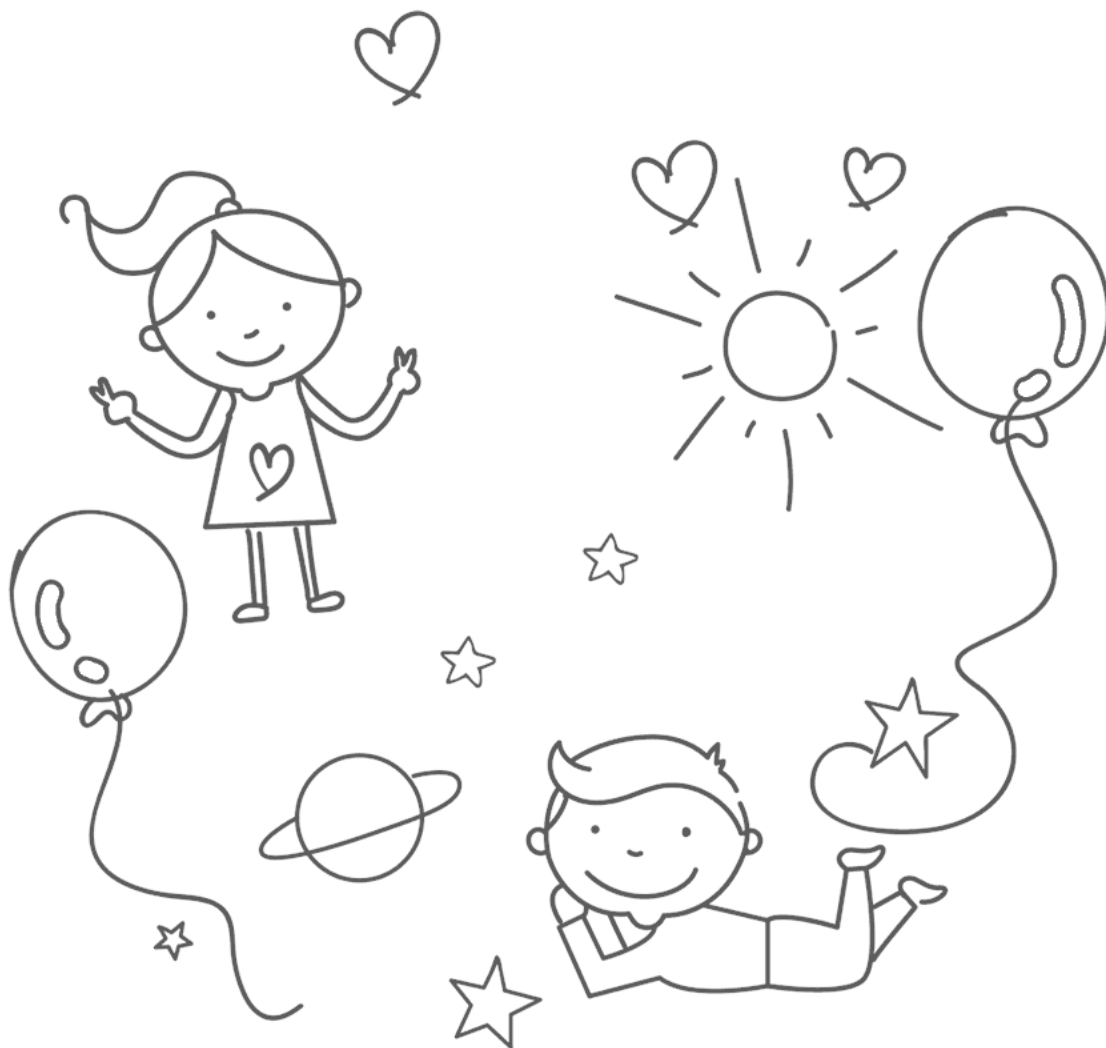
Когда я мечтал о том, что у меня будут дети, я думал, что буду воспитывать их не так, как воспитывали меня мои родители. Я не буду на них кричать, не буду применять наказания. Сначала все шло хорошо, однако когда у моего старшего сына начался кризис трех лет, я понял, что я прекрасно знаю, как я НЕ хочу. Но я не знаю, какие средства использовать вместо криков и наказаний. Кризис трех лет у ребенка – серьезное испытание для родителей. И я осознал, что не представляю, что делать с самыми простыми ежедневными проблемами:

- как реагировать на истерики ребенка?
- как уложить его спать вовремя?
- как собрать его в детский сад без скандала?
- что сделать, чтобы ребенок собрал игрушки?
- как уйти с ребенком из гостей, когда он еще хочет играть?

Тогда я стал учиться, как быть родителем. Я читал книги и ходил на тренинги к другим психологам. То, что работало на моих детях, я стал записывать – и в результате появилась эта книга. К настоящему моменту я уже много лет никак не наказываю своих детей. При этом дети стали значительно сговорчивее и послушнее, наша привязанность укрепилась, дети гораздо больше мне доверяют и с удовольствием сотрудничают.

Часть первая

Воспитание детей без криков, угроз и наказаний



Предисловие к первой части, или Зачем мне читать это?



В этой части книги вы найдете ответы на следующие вопросы родителей:

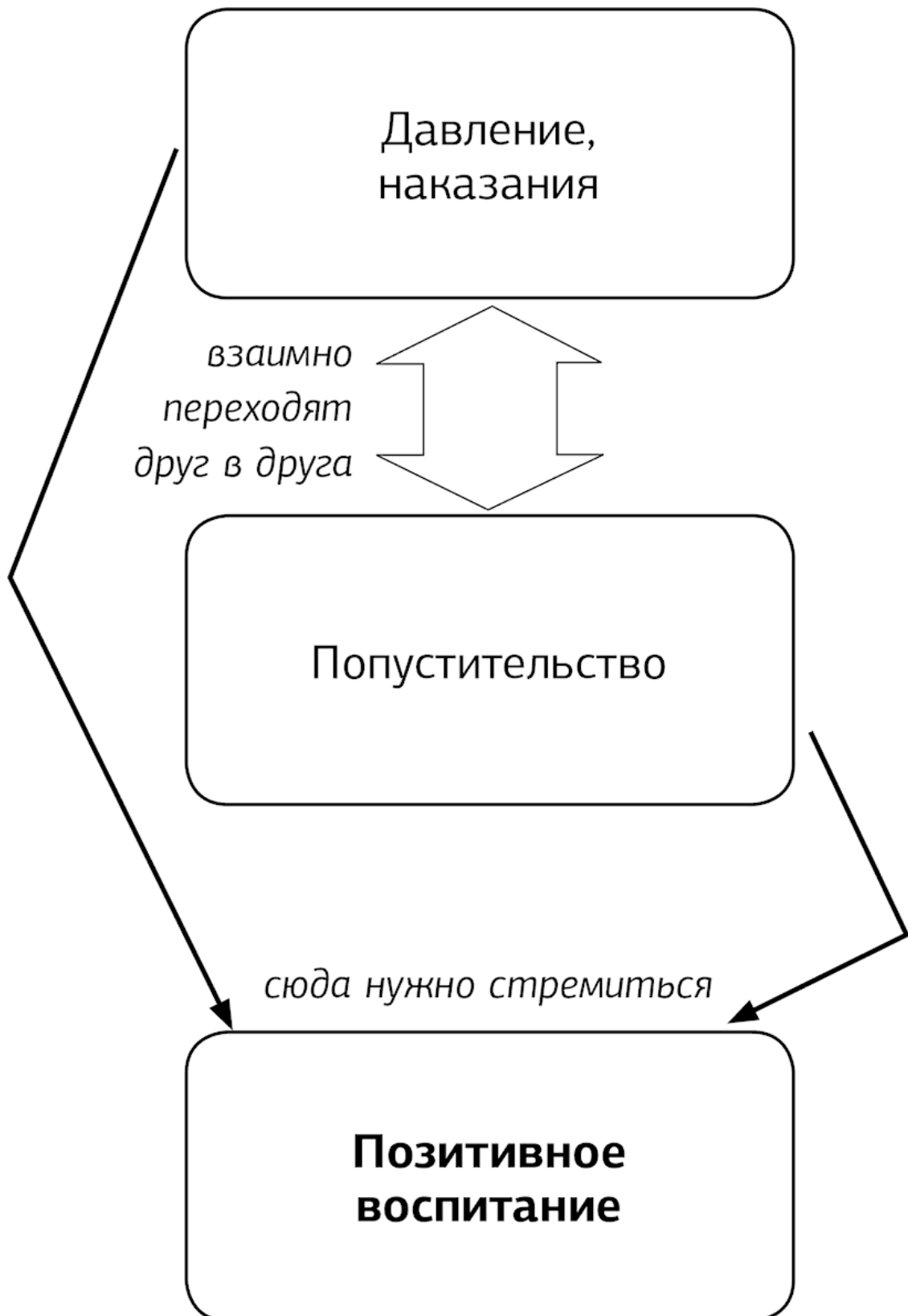
- *Что делать, если ребенок не слушается?*
- *Как мотивировать ребенка сотрудничать с родителями?*
- *Как это сделать без криков, угроз и наказаний?*

Большинство родителей, которых я знаю, не хотели бы применять к детям физические и другие наказания. Однако, столкнувшись с непослушанием ребенка, эти родители не знают, что делать. И тогда они остаются в беспомощности, без средств воздействия на ребенка, потому что другим, позитивным средствам их никто не научил.

Если родители не обучены позитивным методам воспитания, им приходится либо попустительски воспитывать детей (все разрешать), и тогда дети «салятся родителям на шею», либо все-таки применять запугивания и угрозы, чтобы хоть чего-то от детей добиться.

Когда у родителя нет позитивных методов воспитания, а есть только запугивания, угрозы и наказания, то, как бы родители ни старались жить мирно со своим ребенком, они неминуемо будут срываться.

Поэтому я глубоко убежден, что родителям необходимо учиться позитивным методам воспитания, осваивать их на практике, пробовать на своих детях и замечать результат. Эта книга призвана заполнить пробел в знаниях о позитивных методах воспитания.



Какие результаты можно получить с помощью этой методики?

1. Родители договариваются с детьми намного быстрее, тратят меньше сил на споры.
2. Уже через неделю количество скандалов снижается в несколько раз.
3. Снимается чувство вины за негативные методы воспитания.

4. Дети становятся более самостоятельными и требуют меньше родительского внимания.
5. Родители чувствуют себя более уверенно и компетентно.
6. Дети растут счастливыми и успешными, реже болеют.
7. Дети становятся более сговорчивыми и послушными.
8. Дети устраивают меньше истерик и учатся выражать свое недовольство и просьбы.
9. Дети меньше тревожатся и становятся более уверены в себе, раскрепощены и жизнерадостны. Они легче встраиваются в компании сверстников, в том числе легче адаптируются к детскому саду и школе.
10. У детей школьного возраста улучшается успеваемость.
11. Дети менее агрессивны, они реже дерутся, при этом умеют отстаивать свои интересы другими способами.

Как пользоваться книгой, чтобы получить максимальную пользу?

Лучший способ получить пользу от этой книги – *применить на практике* все, что тут написано.

На опыте нескольких сотен родителей доказано, что регулярные занятия по этой методике дают ощутимый результат даже через неделю.

Очень рекомендую сделать так:

ШАГ 1

Прочитайте методичку



ШАГ 2

Распечатайте себе или запишите и прикрепите на видном месте (а лучше — в нескольких местах) памятку-приложение



ШАГ 3

Проведите эксперимент: в течение недели применяйте эти способы воспитания и НЕ применяйте старые, связанные с угрозами и наказаниями



ШАГ 4

Через неделю оцените результат, отметьте изменения, которые произошли с вами и с детьми



ШАГ 5

Прочитайте методичку еще раз и обратите особое внимание на те пункты, которые вы еще не делаете

Общие рекомендации



Приступаем к главному. Здесь изложена пятиступенчатая схема преодоления детского сопротивления. Другими словами, что делать родителям, если ребенок не слушается. Например, как сделать, чтобы ребенок собрал игрушки или лег спать. И самое главное – как сделать это без криков, угроз и наказаний.

Во взаимодействии с детьми каждый раз я рекомендую *последовательно идти по 5 описанным ниже ступеням*, кроме ситуаций экстренного характера, когда у родителей нет времени.

Чтобы экстренные ситуации возникали реже, в первые несколько дней *берите себе запас в 20 минут* (например, начните собирать игрушки на 20 минут раньше, чем обычно). Через неделю вашей работы с методикой дети станут более сговорчивыми и это время сократится.

В первые несколько дней берите себе запас в 20 минут

Пропускать какую-либо ступень крайне нежелательно, это может разрушить всю работу. Например, приказы (4 ступень) быстро перестанут работать, если у ребенка осталась неудовлетворенная потребность (2 ступень).

Не обязательно приступать к следующему шагу, если проблема решилась. Например, если вы попросили (1 ступень) и ребенок сделал, то переходить ко 2 ступени и мотивировать его дальше не нужно. Просто поощрите ребенка улыбкой и ласковым словом:

– *Спасибо, что собрал игрушки, мне это нравится!*

Ни в коем случае не пропускайте ступени!

Если вы *регулярно и последовательно*

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.