


КНИГИ, О КОТОРЫХ ГОВОРЯТ > ЭФФЕКТИВНО

КЕВИН ЛЕМАН
ПСИХОЛОГ

НОВЫЙ ребенок К ПЯТНИЦЕ

ВОСПИТАНИЕ БЕЗ КРИКОВ
И НАКАЗАНИЙ
ЗА 5 ДНЕЙ

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 159.922.7

ББК 88.8

Л44

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

Законодательством РФ установлена уголовная и административная ответственность за незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ, их аналогов и прекурсоров, растений или их частей, содержащих наркотические средства, психотропные вещества либо их прекурсоры, незаконное культивирование растений, содержащих наркотические средства, психотропные вещества либо их прекурсоры. Незаконное потребление наркотических средств, психотропных веществ и потребление аналогов наркотических средств, психотропных веществ вызывает психические расстройства, расстройства поведения и иные заболевания.

Леман, Кевин.

Л44 Новый ребенок к пятнице : воспитание без криков и наказаний за 5 дней / Кевин Леман ; [перевод с английского Н. И. Христофоровой]. — Москва : Эксмо, 2026. — 352 с. — (Книги, о которых говорят).

ISBN 978-5-04-234816-7

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 40-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», 2026

ISBN 978-5-04-234816-7

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».
- Я осознаю, что трачу слишком много денег на новые игрушки и праздники по случаю дня рождения ребенка.

Нужна ли вам эта книга?

- 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 (напри-

мер, «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.
- 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.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.	
Миром командуют дети... и им всегда мало	15
ПОНЕДЕЛЬНИК.	
Почему дети плохо себя ведут?	23
Вторник.	
Отношение. Поведение. Характер	43
СРЕДА.	
Родитель-друг, родитель-диктатор, авторитетный родитель	61
ЧЕТВЕРГ.	
Повысить самооценку или помочь ребенку чему-то научиться?	81
ПЯТНИЦА.	
План действий	97
СПРОСИТЕ ДОКТОРА ЛЕМАНА.	
Советы по воспитанию, которые работают мгновенно	109
ЭПИЛОГ	329
ПРИМЕЧАНИЯ	345
О ДОКТОРЕ КЕВИНЕ ЛЕМАНЕ	347
БЛАГОДАРНОСТИ	349

*Это то чудо, которое вы ждали.
Я гарантирую!*

Моему сыну,
Кевину Андерсону Леману II.
Ты всегда был замечательным сыном.
Мы так гордимся тем, чего ты уже добился
в жизни.

Получить две премии «Эмми» —
совсем неплохо!

Должен признать, я не сразу привык к тому,
что люди подходят ко мне и спрашивают,
правда ли я отец Кевина Лемана,
но я собираюсь продолжать наслаждаться
этой ролью всю оставшуюся жизнь.

Правда, для нас с мамой самое важное то,
каким человеком ты стал.

Мы ценим твою добрую, внимательную, вдум-
чивую натуру.

Мы не могли бы любить тебя больше,
и я молюсь, чтобы Бог продолжал
благословлять твою жизнь.

С любовью,
твой полуизвестный отец.

ВВЕДЕНИЕ

Миром командуют дети...
и им всегда мало

У меня для вас новости. С незапамятных времен дети объединены одной целью — свести вас с ума. Не верите?

Оглянитесь. Посмотрите, что творится в торговых центрах, магазинах, кафе и даже в вашей собственной квартире.

Что вы скажете про девочку, которая плачет до тех пор, пока не возьмет маму измором, чтобы та разрешила ей прокатиться на карусели — и не разок, а целых три?

А как вам подросток, который орет на родителей, не выбирая выражений, с силой хлопает дверью и уходит, ворча проклятия?

Или взгляните на отца, позволяющего своему двенадцатилетнему сыну с явным лишним весом набивать тележку «твиксами», «сникерсами», кока-колой и пирожными. Мужчина молча по-