

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 коллегах 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*



*Александр Мусихин*

**# ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ  
БЕЗ КРИКОВ,  
УГРОЗ, НАКАЗАНИЙ  
И ИСТЕРИК**

ПРАЙМ



Издательство

АСТ

Москва

УДК 159.922.7      *Никакая часть данной книги не может*  
ББК 88.8            *быть воспроизведена в какой бы то*  
М91                    *ни было форме без письменного*  
                             *разрешения владельцев авторских прав.*

**Мусихин, Александр.**

М91      Воспитание детей без криков, угроз, наказаний  
и истерик / Александр Мусихин. — Москва : Изда-  
тельство АСТ, 2017. — 207 с. — (Академия психоло-  
гии для родителей).

ISBN 978-5-17-103522-8

В наши дни тема раннего развития детей удивительно актуальна. Малышей начинают развивать не просто с рождения, а еще до появления на свет. Но что же мы все-таки понимаем под ранним развитием? Когда и как начинать занятия? На какие методики ориентироваться? Чего ждать в результате? Как можно испортить благие цели — и как обойти подводные камни?

Ответы на эти вопросы предлагает опытный психолог Наталья Царенко (Проценко). Вместе с ней вы научитесь находить ту самую золотую середину, которая позволит вырастить ребенка, словно прекрасный цветок, давая ему возможность раскрыться, но при этом не вытягивая его за лепестки для ускорения процесса и не поливая концентрированными растворами «полезностей» вопреки его желанию.

Макет подготовлен редакцией

ПРАЙМ  
Ψ

ISBN 978-5-17-103522-8      © Мусихин А. Е., 2017  
© ООО «Издательство АСТ», 2018

# СОДЕРЖАНИЕ

Об авторе .....	7
От автора .....	11
Часть первая. Воспитание детей без криков, угроз и наказаний .....	13
Предисловие к первой части, или Зачем мне читать это? .....	14
Общие рекомендации .....	21
1 ступень. Попросить и дать время .....	25
2 ступень. Обратить внимание на потребность ребенка .....	36
3 ступень. Пообещать награду вместо угроз и наказаний .....	40
4 ступень. Приказать .....	52
5 ступень. Сделать по-своему или назначить тайм-аут .....	59
Распространенные ошибки, или При каких условиях эта методика работает .....	66
Памятка для родителей .....	73





Часть вторая. Истерики детей и их родителей . . .	77
Предисловие ко второй части . . . . .	78
Шаг 1. Позаботьтесь о себе . . . . .	80
Шаг 2. Перестаньте поддерживать истерику . . . . .	94
Шаг 3. Выяснить потребность ребенка . . . . .	110
Шаг 4. Четко озвучить, что мы будем и чего не будем делать для ребенка . . . . .	117
Шаг 5. Разрешить проявление чувств, но в действиях стоять на своем . . . . .	126
Памятка, которую необходимо распечатать и повесить на видном месте . . .	135
Часто задаваемые вопросы.	
Вместо заключения ко второй части . . . . .	138
Часть третья. Чему нужно научить детей, чтобы они любили школу . . . . .	143
Предисловие к третьей части . . . . .	144
Создайте положительный настрой на учебу . . . . .	147
Типичные страхи школьников, и что с ними делать . . . . .	154
Организуйте место . . . . .	168
Организуйте процесс . . . . .	174
Поддерживайте хорошее! . . . . .	185
Памятка . . . . .	206



# 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](mailto: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](http://alexandrmusihin.ru)
- **ВКонтакте:**  
[vk.com/alexandrmusihin](https://vk.com/alexandrmusihin)



- **Fb:**

[www.facebook.com/groups/  
415275235324319/](http://www.facebook.com/groups/415275235324319/)

- **OK:**

[ok.ru/group/54942891180062](http://ok.ru/group/54942891180062)



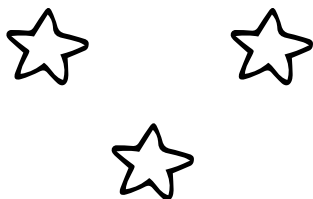
Если вы хотите быть в курсе новостей и получать рассылку, напишите мне смс на номер **+79086 606 475** или адрес своей электронной почты на мой ящик:

**[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:

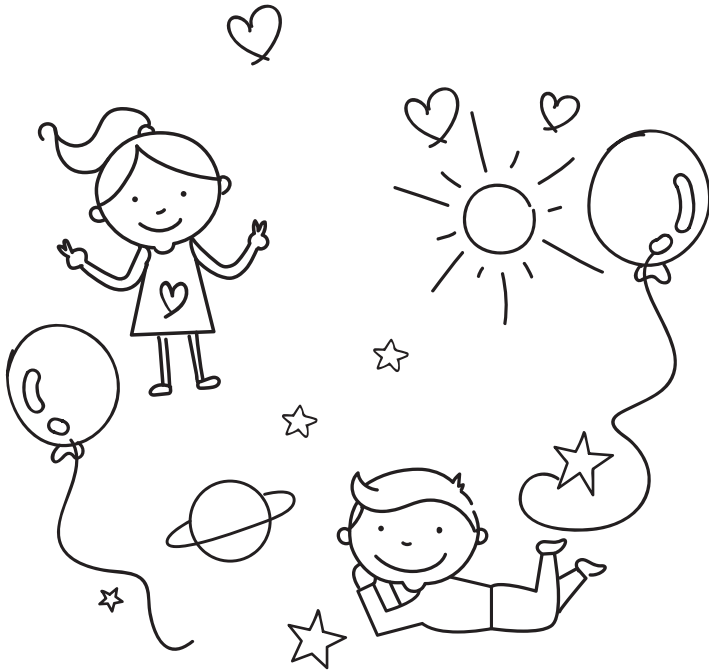
- ✓ как реагировать на истерики ребенка?
- ✓ как уложить его спать вовремя?
- ✓ как собрать его в детский сад без скандала?
- ✓ что сделать, чтобы ребенок собрал игрушки?
- ✓ как уйти с ребенком из гостей, когда он еще хочет играть?

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 ме-

