

УДК 159.922.7
ББК 88.41:88.753
К93

Переводчик Ирина Евстигнеева
Редактор Любовь Любавина

Курчинка М.

К93 Ребенок с характером: Как его любить, воспитывать и не сойти с ума / Мэри Шиди Курчинка ; Пер. с англ. — М. : Альпина Паблишер, 2017.— 596 с.

ISBN 978-5-9614-5139-9

Задиры, плаксы, ябеды, лгунишки, задаваки, хвостуны и виртуозы игры на нервах — это никакие не монстры, а всего лишь дети, которым только предстоит стать взрослыми. Им бывает очень трудно справиться с собой без нашей помощи, и формой защитной реакции становятся протест или замкнутость. А мы зачастую не умеем помочь нашим детям потому, что не знаем как. Автор этой книги, ставшей мировым бестселлером, Мэри Шиди Курчинка — опытный педагог, психолог и специалист по вопросам воспитания. Ее мудрые советы помогли сотням тысяч взрослых найти правильный подход к детям с непростым характером. Мэри уверяет: чтобы понять ребенка, нужно уметь ставить себя на его место в самых разных ситуациях, учиться видеть, что его раздражает, радует и огорчает, внимательно слушать и слышать то, что он пытается сказать вам — нередко без помощи слов.

УДК159.922.7
ББК 88.41:88.753

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу mylib@alpina.ru

© Mary Sheedy Kurcinka, Ed.D., 2015
© Издание на русском языке,
перевод, оформление.
ООО «Альпина Паблишер», 2017

ISBN 978-5-9614-5139-9 (рус.)
ISBN 978-0-06-240306-3 (англ.)

Содержание

Предисловие.....	9
ЧАСТЬ I	
Учимся понимать своего ребенка.....	15
Глава 1	
Что значит «ребенок с характером»	17
Глава 2	
Другая точка зрения	33
Глава 3	
Откуда у детей непростой характер	49
Глава 4	
Совпадение или несовпадение темпераментов	81
ЧАСТЬ II	
Воспитание ребенка с характером.....	93
Глава 5	
Экстраверт или интроверт?.....	95
Глава 6	
Управление эмоциями	133
Глава 7	
Как научить ребенка навыкам саморегуляции	151

Глава 8	
Эмоциональные срывы	189
Глава 9	
Настойчивость. Когда говорить «да»	223
Глава 10	
Настойчивость. Когда говорить «нет»	255
Глава 11	
Чувствительность	277
Глава 12	
Рассеянный или восприимчивый?	297
Глава 13	
Адаптивность	321
Глава 14	
Непостоянство, уровень активности, первая реакция и настроение	347
ЧАСТЬ III	
Если в семье есть ребенок с характером	385
Глава 15	
Формула успеха	387
Глава 16	
Сон, подготовка ко сну и ночные пробуждения	413
Глава 17	
Питание	451
Глава 18	
Одевание	477
ЧАСТЬ IV	
Социальное поведение детей с характером	505
Глава 19	
Общение со сверстниками	507

Содержание

Глава 20	
Праздники и каникулы: трудные времена	535
Глава 21	
Как стать успешным в школе	563
Эпилог	
Наслаждайтесь своим непростым чадом	589
Благодарности.....	593
Об авторе.....	595