





**НИКОЛАЙ КОЗЛОВ**

**ПРОСТОЕ  
ПРАВИЛЬНОЕ**

---



**ДЕТСТВО**

---

**КНИГА ДЛЯ УМНЫХ И СЧАСТЛИВЫХ РОДИТЕЛЕЙ**

---



Москва  
2019

УДК 159.922.7

ББК 88.8

К59

### Козлов, Николай Иванович.

К59 Простое правильное детство : книга для умных и счастливых родителей / Николай Козлов. — Москва : Эксмо, 2019. — 400 с.

Эта книга — для вас, для умных, осознанных людей, для любящих родителей. Понятно, что не все мы всегда оказываемся умны, не всегда действуем осознанно, да и наша любовь к детям чередуетя нередко с чем-то другим — все бывает! — однако вы приобрели и открыли эту книгу. Значит, это вам важно. Значит, пора учиться самой важной на свете науке — науке воспитания детей. В этой книге:

— беспристрастный «разбор полетов» наших любимцев: почему они плачут, зачем обижаются, что хотят от нас и от мира, как нас копируют, каким образом нами управляют;

— ответы на вопросы о любви к детям: что это такое на самом деле и всегда ли она во благо;

— советы для неравнодушных: как помочь своему ребенку, как исправить его недостатки, чем отличается воспитание мальчика от воспитания девочки;

— пристрастный разбор типичных родительских ошибок, и после каждого выявленного набора педагогических несовершенств автор предлагает практические упражнения по работе над собой и исправлению воспитательных недостатков;

— многие узнают в описанных ситуациях себя, но задача автора не критиковать, а помочь — и помочь не в теории или в виде благопожелательных банальностей, а помочь деятельно: проверенными на тысячах родителей упражнениями или приглашением на тренинги в многочисленные отделения психологической школы «Синтон». Самое удивительное в том, что, для того чтобы сделать детей счастливыми, каждый родитель сам должен стать совершенной и счастливой личностью.

Рукописи книги высоко оценили научные эксперты. Она может быть полезной в качестве научно-популярного практикума по воспитанию не только для родителей, но и для студентов педагогических специальностей, а также для воспитателей, школьных и социальных педагогов, психологов и преподавателей вузов.

УДК 159.922.7

ББК 88.8

*Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.*

Научно-популярное издание

**Козлов Николай Иванович**

**ПРОСТОЕ ПРАВИЛЬНОЕ ДЕТСТВО**

**Книга для умных и счастливых родителей**

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*. Ответственный редактор *А. Серов*  
Художественные редакторы *П. Петров, А. Дурасов*

В оформлении переплета использованы иллюстрации:  
*nuranvectorgirl, syntika, Smokhov / Istockphoto / Thinkstock / Getty Images*

ООО «Издательство «Эксмо»

123308, Москва, ул. Спирит, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)  
Финдир.: «ЭКСМО» ИФБ Басманная, 123308, Москва, Россия. Спирит номер 1, ул.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Турар багали: «Эксмо»

Интернет-магазин: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Интернет-дүкен: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортер в Республике Казахстан ТОО «РДБ-Алматы»  
Казахстан Республикасындағы импорттаушы «РДБ-Алматы» ЖШС.  
Дистрибуторлар ұйымының негізгі мақсаты — құқықтарды қорғау, өнімді, а  
в Республике Казахстан: ТОО «РДБ-Алматы»

Казахстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арна-талпаулары

құқықтарының иегері «РДБ-Алматы» ЖШС.

Алматы қ., Дембеловский көш., 3-а, литер Б, офис 1

Тел.: 8 (707) 321-09-00 (9) 02. Е-пай: [RDB@book24.kz](mailto:RDB@book24.kz)

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы мәселеді сайтта: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Сөздері о қолданылған нұсқаның өзіндік құнына қарамастан РДБ

о техникалық реттеулеріне қарамастан өзіндік құнына қарамастан РДБ

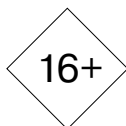
www.eksmo.ru/certification

Өндіріс мамлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 25.10.2019.

Формат 70x100<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Печать офсетная. Усл. печ. л. 32,41 + вкл.

Доп. тираж 1500 экз. Заказ



В электронном формате книга доступна только на сайте и в приложении [www.litres.ru](http://www.litres.ru)



ISBN 978-5-699-82871-5  
ISBN 978-5-699-83127-2

© Козлов Н.И., текст, 2013

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

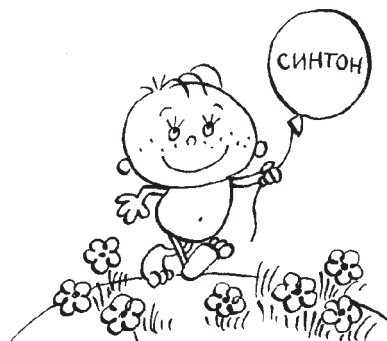
## Оглавление

О РОДИТЕЛЯХ	15
О ЛЮБВИ К ДЕТАМ И О ТОМ, КТО В СЕМЬЕ ГЛАВНЫЙ	45
КАК ВОСПИТАТЬ ДЕТЕЙ, КОТОРЫМИ МЫ БУДЕМ ГОРДИТЬСЯ	75
МАЛЫШИ И ДОШКОЛЯТА: МАЛЕНЬКИЕ ДЕТКИ, МАЛЕНЬКИЕ БЕДКИ	117
ГЛАВНЫЙ СЕКРЕТ ВСЕХ ДЕТЕЙ	183
НУ И КАК ЖЕ ИХ ВОСПИТЫВАТЬ?	221
ШКОЛЬНИКИ: ПОДГОТОВКА К ВЫХОДУ В БОЛЬШУЮ ЖИЗНЬ	293
ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ДЕТЕЙ	309
ВОСПИТАНИЕ МАЛЬЧИКА	323
ВОСПИТАНИЕ ДЕВОЧКИ	359
ЛЮБОВЬ ДЕТЕЙ К РОДИТЕЛЯМ	369



## Содержание

<b>Предисловие</b>	<b>12</b>		
<b>О РОДИТЕЛЯХ</b>		<b>15</b>	
<b>Мои родители</b>	<b>16</b>	Неблагополучные дети и проблемные родители	
<b>Малыши развиваются только тогда, когда их развивают родители</b>	<b>21</b>	Что делают с детьми обычные родители	
<b>Что от нас зависит, а что — нет?</b>	<b>23</b>	Чему учить обычных родителей?	
<b>А нужно ли воспитывать наших детей?</b>	<b>25</b>	Продвинутые родители	
<b>Методы воспитания нужно подбирать «под рост» родителей</b>	<b>30</b>	Ну и какие мы, родители?	
		<b>Как работать над собой?</b>	
		<b>Упражнение «Ошибочка»</b>	<b>40</b>
		Как осваивать упражнение «Ошибочка»	42
<b>О ЛЮБВИ К ДЕТЯМ И О ТОМ, КТО В СЕМЬЕ ГЛАВНЫЙ</b>			<b>45</b>
<b>О доброй любви к детям</b>	<b>49</b>	Мама и ребенок против папы: кто кого?	68
<b>Стоит ли полагаться на материнскую любовь?</b>	<b>51</b>	Семья с неправильной властью — плохая семья	69
<b>Нехватка родительского внимания и любви: мифы и реальность</b>	<b>54</b>	Семья, где есть порядок	72
<b>Курс «Дистанция»: начинаем «Дневник эмоций»</b>	<b>58</b>		
<b>Родители, вы меня не любите!</b>	<b>61</b>		
<b>Кто в семье главный: муж или ребенок?</b>	<b>65</b>		
<b>Мифы о материнском инстинкте</b>	<b>65</b>		
<b>Ребенок против мамы: кто кого?</b>	<b>67</b>		



## КАК ВОСПИТАТЬ ДЕТЕЙ, КОТОРЫМИ МЫ БУДЕМ ГОРДИТЬСЯ 75

<b>Секрет процветания Сингапура</b>	<b>76</b>	<b>Правильное воспитание: какое оно?</b>	<b>97</b>
Какими мы хотим видеть наших детей?	81	Узкий коридор, железные рукавицы: жесткое воспитание	98
<b>Курс «Дистанция»: продолжение «Дневника эмоций»</b>	<b>84</b>	Чисто поле, лес густой: естественное развитие	99
<b>Воспитание, которого лучше бы не было</b>	<b>86</b>	Просторный дом: мир разумных ограничений	101
Минное поле в тумане: воспитание по-русски	88	Просторный дом с линией развития	104
<b>Сравнение западной и азиатской традиций воспитания:</b>		<b>Системное воспитание</b>	<b>107</b>
как взять лучшее?	90	<b>Задача воспитать детей, которые воспитают детей, которые...</b>	<b>111</b>
<b>Курс «Дистанция»: «Плюс — помощь — плюс»</b>	<b>95</b>	<b>Курс «Дистанция»: ложимся спать вовремя</b>	<b>114</b>

## МАЛЫШИ И ДОШКОЛЯТА: МАЛЕНЬКИЕ ДЕТКИ, МАЛЕНЬКИЕ БЕДКИ 117

<b>Детский плач</b>	<b>119</b>	Работа со страхами у детей	143
Ребенок плачет: как к этому относиться и что с этим делать?	119	Как правильно не бояться плавать?	145
Манипулятивный плач ребенка	121	<b>Вредные привычки у ребенка</b>	<b>147</b>
<b>Дети устраивают истерики: что с этим делать?</b>	<b>125</b>		
<b>Как стеснительная Верочка «строит» взрослых</b>	<b>130</b>		
<b>Когда детям болеть невыгодно</b>	<b>133</b>		
<b>Курс «Дистанция»: «Бодрое утро!»</b>	<b>137</b>		
<b>Детские страхи, или Как дети учатся бояться</b>	<b>140</b>		



<b>Тупость</b>	<b>150</b>	Правило «Стоп!», или Волшебный способ прекращать детские ссоры (автор Ксения Голубцова)	167
<b>Копуша</b>	<b>153</b>	Метод «Будем разбираться»	168
<b>Курс «Дистанция»: «Волшебное расслабление»</b>	<b>157</b>	Альтернатива детским дракам (автор Наталья Коваленко)	170
<b>Ломает, разбрасывает, оставляет... Как научить ребенка бережному отношению к вещам?</b>	<b>159</b>	<b>Как отвечать на детские вопросы? (в соавторстве с Марией Подшиваловой)</b>	<b>173</b>
<b>Сделайте так, чтобы ребенка учили не вы, а обстоятельства</b>	<b>162</b>	<b>Как втягивать ребенка в новое для него дело? (в соавторстве с Марией Подшиваловой)</b>	<b>176</b>
<b>Ребенок дерется, или Что делать с детскими драками?</b>	<b>165</b>	<b>Курс «Дистанция»: «Королевская осанка»</b>	<b>178</b>

## ГЛАВНЫЙ СЕКРЕТ ВСЕХ ДЕТЕЙ 183

<b>Как младенцы управляют своими родителями</b>	<b>186</b>	<b>Взрослые обучают детей взрослым эмоциям</b>	<b>205</b>
Как относиться к младенческому плачу?	188	<b>Дети учатся маскировать свои манипуляции</b>	<b>207</b>
<b>Копируем взрослых</b>	<b>190</b>	<b>Защита от сверстников и подстройка под них</b>	<b>210</b>
Эмоции детей — не реакции, а то, чем они на вас влияют	191	<b>Выход во взрослую жизнь</b>	<b>212</b>
<b>Мастерство плача на службе ребенка</b>	<b>193</b>	<b>Управление эмоциями ребенка</b>	<b>214</b>
<b>Освоение ребенком эмоций детской культуры</b>	<b>195</b>		
<b>Обучение эмоциям</b>	<b>197</b>		
Природа обиды, или Как дети учатся обижаться	197		
О подавлении эмоций	199		
Защита Дурика в исполнении детей и взрослых	202		
Тренируемся: «Чтение в темноте»	203		





Лена расстроилась, а папа запретил...	215	<b>Курс «Дистанция»: наши успехи и удачи</b>	217
<b>НУ И КАК ЖЕ ИХ ВОСПИТЫВАТЬ?</b>		221	
<b>С чего началась педагогическая система А. С. Макаренко</b>	222	<b>На такую просьбу ребенок отреагирует</b>	262
<b>Ритуалы, сохраняющие отношения</b>	228	<b>Курс «Дистанция»: ваши достоинства</b>	268
И о чем мы будем сегодня разговаривать?	233	<b>У умных родителей послушные дети</b>	271
<b>Чему научит ребенка бабушка?</b>	235	А самостоятельность? А творчество?	272
<b>Чему научит ребенка школа?</b>	238	<b>Приучайте ребенка вас слушать и слушаться</b>	274
<b>Чему научат вашего ребенка правила вашей семьи?</b>	240	Шаг 1: Пристройка	276
Правила для ребенка 3–6 лет (дошкольник)	243	Шаг 2: Приручение: приучить приходить, когда зовут	276
<b>О доброй любви к детям</b>	245	Шаг 3.	277
<b>Не разрушает ли требовательность родителей контакт с ребенком?</b>	248	Учимся договариваться	278
Требовательность родителей к детям — не право сильного, а обязанность старшего	249	Шаг 4: Нет капризам	278
<b>Курс «Дистанция»: сильные стороны и достоинства вашего ребенка</b>	253	Шаг 5: Требования	278
<b>Когда и как наказывать нельзя?</b>	254	Шаг 6: Обязанности	279
Как ребенок воспринимает ситуацию наказания?	255	Шаг 7: Самостоятельность	280
<b>Когда ребенок проверяет родителей на прочность</b>	259	Шаг 8: Ответственность	281
		<b>Когда ребенок вам врет</b>	282
		<b>Курс «Дистанция»: убираем «нетки»</b>	288



**ШКОЛЬНИКИ: ПОДГОТОВКА К ВЫХОДУ  
В БОЛЬШУЮ ЖИЗНЬ** 293

<b>Самолеты, летящие в небо</b>	<b>294</b>	<b>Какую судьбу мы подарим нашим детям?</b>	<b>302</b>
Чем увлечется ваш ребенок?	297	<b>Курс «Дистанция»: «Тотальное Да»</b>	<b>305</b>

**ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ДЕТЕЙ** 309

<b>От детей должна быть польза</b>	<b>313</b>	Вещи детей – чья собственность?	316
Избалованный ребенок и права детей	314	<b>Ребенок стал совершеннолетним: что это значит?</b>	<b>319</b>

**ВОСПИТАНИЕ МАЛЬЧИКА** 323

<b>Психологический эскорт (автор Алексей Мельников)</b>	<b>326</b>	Сыну 12 лет: воспитание ответственности	
<b>Демиан, бассейн, обида</b>	<b>330</b>	(автор Александр Некрасов)	344
<b>Воспитание в императорской семье</b>	<b>334</b>	<b>Дети и компьютерные игры</b>	<b>348</b>
<b>«Мужчины не плачут» как педагогическое внушение детям</b>	<b>341</b>	Сереза хочет отдыхать за компьютером	350
		<b>Курс «Дистанция»: «Говорим тезисами»</b>	<b>354</b>

**ВОСПИТАНИЕ ДЕВОЧКИ** 359

Здоровье и физическое развитие	361
<b>Только для девочек!</b>	<b>361</b>
Опрятность	362
Маленькая хозяйка любого дома	363
Хранительница красоты	364
Деятельное Солнышко	365
Умница	366



<b>«Пусть мама выйдет из души»</b>	<b>372</b>
<b>Объясните мне, что это такое – любить?</b>	<b>374</b>
<b>Дети уже взрослые</b>	<b>378</b>
Совершеннолетние дети и Любовь с большой буквы	378
Как следует любить своих родителей	380
<b>Прощаемся, чтобы встретиться!</b>	<b>382</b>
 Примечания	 385



# Предисловие

Хорошую книгу о воспитании детей написать невозможно. Дело не в том, что все дети разные: для хорошего педагога это не трудность. Трудность в другом: в том, что разными являются родители. Каждому родителю нужна своя книга о воспитании, книга, подходящая под его уровень развития и жизненную философию. И если уровень книги не совпадет с уровнем конкретного родителя, будет беда.



К сожалению, если бы большая часть родителей вдруг решила написать книгу о воспитании детей, эпиграфом они могли бы взять классическое «Так вышло», а заглавием — «Что выросло, то выросло». Меньшая часть родителей знают, что они делают и для чего. Умных всегда меньше.

Но — здравствуйте, такие родители!

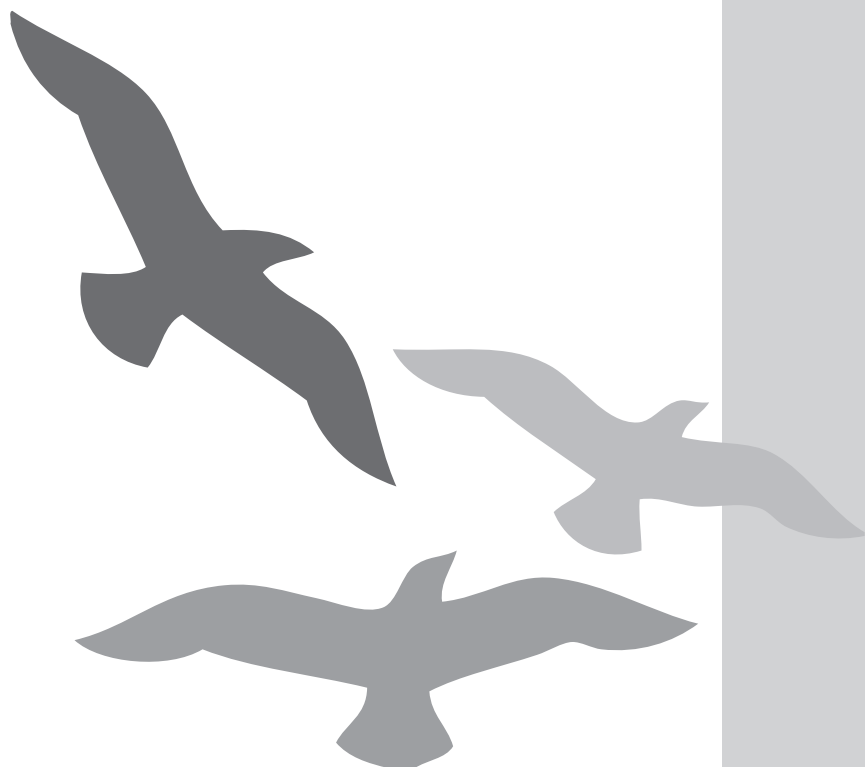
Известно: то, что дозволено Юпитеру, не позволено быку. Умным и талантливым родителям можно все, и я могу рассказать им удивительные, фантастически работающие вещи. Но если эти методы и приемы попадут в руки неумных родителей — будет

плохо. Еще хуже то, что это невозможно предупредить: если написать в предисловии, что эта книга не для всех, а только для самых продвинутых родителей, то вы можете быть уверены: как раз самые продвинутые родители засомневаются, что это про них. Они самокритичны. А вот другие родители, которым книга не по росту, как раз с энтузиазмом за предложенные автором методы схватятся. А когда спохватятся — будет уже поздно...

И что делать в этой ситуации? Я все равно написал эту книгу. У меня ее просили много лет, я обещал ее написать — и вот она перед вами. Понимая, что кому-то эта книга принесет прямой вред, я написал ее, потому что она нужна лучшим родителям. Когда-то эта книга все равно должна была появиться — пусть это произойдет сейчас!

Эта книга — для вас, для умных, осознанных людей, для любящих родителей. Понятно, что не все мы всегда оказываемся умны, не всегда действуем осознанно, да и наша любовь к детям чередуется нередко с чем-то другим — все бывает! — однако вы приобрели и открыли эту книгу. Значит, это вам важно. Значит, пора учиться самой важной на свете науке — науке воспитания детей.





О РОДИТЕЛЯХ