

WARTO PRZECZYTAĆ

	<p>Tytuł: Nie musimy się lubić. Musimy się kochać. 50 rozmów, które warto przeprowadzić z dziećmi.</p> <p>Autor: Autor: Olga Hilger</p> <p>Opis:</p> <p>Co to znaczy rozmawiać? – Czy rozmawiać znaczy mówić? A może mówić i słuchać? Rozmowa w tej książce oznacza daleko więcej. Rodzaj wyjątkowej przestrzeni między bliskimi, która pozwala spotykać się i oddalać. Rozmowy, których zarys proponujemy to rodzaj kapitału, który dzieci mogą wynieść z domu rodzinnego. Kapitału bardziej solidnego od nieruchomości.</p> <p>To książka o tym, co łączy ludzi. O rozmowie. W najgorszych momentach to właśnie rozmowy popychają nas do działania, koją, upewniają. Ale przede wszystkim zbliżają. Różnimy się, ale budujemy razem wspólny świat. Ta książka pomaga nam rozmawiać o tym wszystkim, co jest esencją naszego życia. Pomaga się spotkać w zrozumieniu drugiego człowieka. A gdzie rozmowa jest bardziej potrzebna niż w rodzinie?</p> <p>W środku m.in. rozmowy o: życiu, rodzinie, dobru, sensie życia, wolności, wstydzie i 44 innych tematach...</p>
	<p>Tytuł: Jak kochać swoje dziecko i wyznaczać mu granice .</p> <p>Autor: Barbara C. Unell Jerry L. Wyckoff</p> <p>Opis: „Jak kochać swoje dziecko i wyznaczać mu granice” pokazuje, jak budować empatyczne relacje, okazywać dzieciom wsparcie i zapewnić niezbędną ochronę; i jak jednocześnie radzić sobie z napadami złości. Co robić w sytuacjach konfliktowych oraz jak zapobiegać przyszłym problemom.</p>



Tytuł: Sekretne życie mózgu nastolatka.

Autor: Blakemore Sarah-Jayne

Nagroda Towarzystwa Królewskiego w Londynie dla najlepszej książki naukowej!

Opis:

Dlaczego z prostego w obsłudze dziecka wyrasta wymagający nastolatek? Dlaczego tak ciężko zwlec go rano z łóżka? Dlaczego tak często podejmuje ryzykowne zachowania?

Nastolatki nie myślą racjonalnie, nie potrafią ocenić ryzyka, wszystko jest dla nich czarno-białe. Rodzice zaciskają zęby i powtarzają: „Wyrośnie z tego”. Co sprawia, że okres dorastania jest tak wrażliwy? Inaczej mówiąc – co kryje mózg nastolatka?

Wielokrotnie nagradzana profesor neuronauk Sarah-Jayne Blakemore wyjaśnia, co dzieje się w mózgu dorastających dzieci. Wieloletnia praca jej zespołu badawczego pokazała, że okres dorastania jest czasem niezwyklej wrażliwości rozwojowej, ale jednocześnie wyjątkowej kreatywności, która powinna zostać dogłębnie poznana i doceniona.



Tytuł: Rodzicielstwo bez awantur. Jak odzyskać spokój w rodzinie i wesprzeć rozwój dziecka

Autor: Daniel J. Siegel Tina Payne Bryson

Opis:

Bycie rodzicem to najtrudniejsze wyzwanie w życiu. Trzeba przygotować dziecko na wiele codziennych sytuacji, pokazać mu, jak radzić sobie z emocjami, zbudować w nim pewność siebie, ciekawość świata oraz zaszcześcić jak najlepsze wzorce. Pogodzenie tak wielu zadań nie jest łatwe i może rodzić konflikty, dlatego warto sięgać po książki, które czynią rodzicielstwo nieco łatwiejszym.

"Rodzicielstwo bez awantur. Jak odzyskać spokój w rodzinie i wesprzeć rozwój dziecka" to poradnik napisany przez Daniela J. Siegela oraz Tinę Payne-Bryson. Autorzy mają rozległą wiedzę w zakresie psychologii i psychiatrii, dlatego

	<p>proponowane przez nich sposoby radzenia sobie z trudami rodzicielstwa oparte są na latach praktyki i zdobywania wiedzy. Zawarte w książce rady pomagają zbudować spokojną, wypełnioną miłością relację z dzieckiem, ustalić sposób wyznaczania i egzekwowania granic, zrozumieć poszczególne etapy rozwoju dziecka i skutecznie radzić sobie z zachowaniami młodego człowieka.</p> <p>Oprócz życiowych wskazówek książka opatrzona jest zabawnymi ilustracjami oraz autentycznymi historiami. Dzięki tej pozycji każdy rodzic ma szansę nauczyć się pracować z dzieckiem, unikając napięć i pokojowo rozwiązując zaistniałe konflikty.</p> <p>Każdy rodzic chce jak najlepiej wychować swoje dziecko i zapewnić mu wszystko, co niezbędne do prawidłowego funkcjonowania. Ta książka daje szereg cennych wskazówek, jak zrozumieć dziecko i żyć z nim w zgodzie.</p>
	<p>Tytuł: Nastolatki. Kiedy kończy się wychowanie?</p> <p>Autor: Jesper Juul</p> <p>Opis: “Gdy dzieci kończą dziesięć lat, powoli wchodzi w wiek nastoletni. Cztery lata potem jest już za późno na wychowanie” – twierdzi Jesper Juul.</p> <p>Niestety, właśnie wtedy wielu rodziców próbuje w pośpiechu nadrabiać zaległości wychowawcze i naprawiać błędy. Takie turbowychowanie nie przynosi jednak spodziewanych rezultatów. Rodzice wciąż mają duży wpływ na myślenie i postępowanie nastolatka, ale jako partnerzy, którzy poprzez swoje wartości i doświadczenie motywują go do odpowiedzialnego wejścia w dorosłość.</p>



Tytuł: Nastolatki na zakręcie. Jak wspierać zdrowie w głowie młodych ludzi? Poradnik dla rodziców, pedagogów i opiekunów.

Autor: prof. UAM dr hab. Katarzyna Waszyńska

Opis:

Poradnik ten jest częścią ogólnopolskiej akcji społecznej #zdrowiewglowie, która ma na celu dotarcie do tych, którzy mają realny wpływ na życie młodych ludzi i dostarczenie im kompetencji do skutecznego wspierania zdrowia psychicznego nastolatków. Książka nie tylko rozszerza wiedzę czytelników, ale przede wszystkim dostarcza konkretne narzędzia, które pomagają budować trwałe i oparte na zaufaniu relacje z nastolatkami.

To kompendium zawiera praktyczne wskazówki, przykłady sytuacji i scenariusze, które pomagają lepiej zrozumieć młodzież i odpowiednio na nią reagować. Książka jest cennym źródłem informacji i wsparcia dla wszystkich, którzy dbają o zdrowie psychiczne i emocjonalne młodych ludzi.