



Муниципальное автономное учреждение культуры
городского округа « г. Калининград»
«Калининградская централизованная библиотечная система»
Центральная городская библиотека им. А. П. Чехова
Информационно-библиографический отдел



*Наши подростки:
воспитывать, понимать, любить*

*Рекомендательный список
литературы по педагогике и психологии
для родителей*

Калининград

2020 г.

Уважаемые родители!

Подростковый возраст считается одним из самых сложных, и ещё неизвестно, кому в этот период больше требуется поддержка – подросткам или их близким. Как родителям пережить этот кризис в жизни своих детей и выйти из него лучшими друзьями?

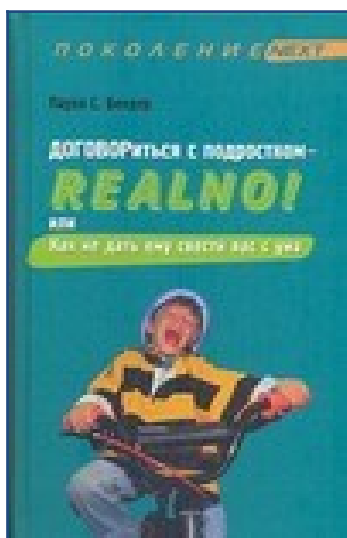
Вы не находите общего языка со своим ребенком, все чаще возникают конфликты, вам трудно понять его проблемы и вы чувствуете, что нуждаетесь в квалифицированном совете?

Быть хорошим родителем непросто. Это особая профессия, которой нужно учиться. И в этом вам помогут советы психологов и педагогов, которые вы найдете в книжных поступлениях, адресованных родителям. Помочь вам могут следующие издания. Предлагаем вам познакомиться с ними, и если книги вызвали у вас интерес, – спрашивайте их на абонементе детской библиотеки.



Балыко, Д. НЛП для родителей: 11 законов эффективного воспитания подростка / Д. Балыко. – Москва : Эксмо, 2009. – 253, [1] с. – (НЛП-допинг).

Автор – практикующий психолог и сертифицированный тренер по НЛП – не поучает, а предлагает простые и действенные рецепты гармоничных отношений между детьми и родителями. Законы нейролингвистического программирования помогут стать Новым Лучшим Предком для своего ребёнка.



Бендер, П. С. Договориться с подростком - REALNO! или Как не дать ему свести вас с ума / П. С. Бендер ; пер. С. А. Векилова. - Екатеринбург : У-Фактория, 2007. – 318 с. – (Психология детства) (Поколение Next).

Как утверждает автор книги Паула Бендер (клинический психолог с многолетней практикой), подростки не являются намеренно безответственными.

Чтобы помочь вам и вашему ребёнку, автор предлагает... заключить с ним "поведенческий контракт", который поможет вашему подростку стать более ответственным.



Бронсон, П. Воспитательный шок: революционный взгляд на воспитание детей и подростков / П. Бронсон, Э. Мерримен ; пер. с англ. А. Н. Степановой. – Москва : Эксмо, 2013. – 285, [1] с. – (Искусство быть родителем: советуют профессионалы).

Особенность книги состоит в отрицании традиционных методов по воспитанию детей и подростков на основании научных данных и исследований. Они предполагают, что большинство методик, взятых нами за образцовые и правильные, на самом деле ошибочны. Книга вызовет у читающих ее родителей воспитательный шок, ведь большинство из них уверены в своих методах воспитания и до конца убеждены, что поступают верно.



Грецов, А. Г. Практическая психология для подростков и родителей / А. Г. Грецов. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 214 с. : ил.

Подростковый возраст – это переход от детства к взрослости. Что происходит в этот период с личностью и разумом взрослеющего человека? Каковы типичные проблемы в отношениях подростков с родителями, сверстниками и учителями? Почему детей притягивают риск и опасность? Неизбежен ли конфликт отцов и детей? Автор отвечает на эти и другие вопросы.



Дерлейн, Р. Уже взрослый, ещё ребёнок: Подростковедение для родителей / Р. Дерлейн ; [предисл. Р. Гандапаса ; пер. с англ. Н. Лисовой]. – Москва : Альпина Паблишер, 2015. - 275, [5] с. – (ЕХ - УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ).

Родители привыкли думать, что их главная задача – обеспечить ребёнку комфорт и безопасность. Но именно они тормозят развитие самостоятельной и независимой личности. Как «отпустить» своего ребёнка во взрослую

жизнь с минимальными потерями для обеих сторон? Доктор педагогики Ребекка Дерлейн в своей книге расскажет о том, как подготовить подростков к трудностям жизни на новом для них этапе.



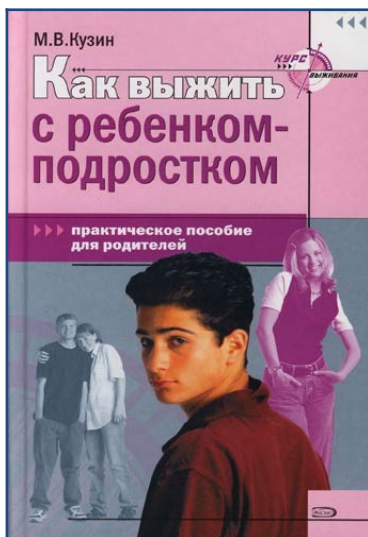
Дольто, Ф. На стороне подростка / Ф. Дольто ; авт. ст. М. М. Безруких ; пер. А. К. Борисова. – Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2010. – 423 с. – (Авторитетные детские психологи).

Французский психолог Франсуаза Дольто поднимает такие "неудобные" темы, как сексуальность и гомосексуальность, одиночество и школьные трудности, употребление наркотиков, самоубийства, взаимоотношения родителей и подростков и др. Автор размышляет о том, каковы социальные предпосылки подростковых проблем, предоставляя читателю возможность подумать, как встать на сторону подростка.



Казанская, В. Г. Подросток: социальная адаптация: [книга для психологов, педагогов, родителей] / В. Г. Казанская. – Санкт-Петербург : Питер, 2011. – 286 с.: табл. – (Краткий курс).

Эту книгу, посвящённую очень важному аспекту воспитания ребёнка – его социальной адаптации, просто необходимо прочитать как педагогам и психологам, так и родителям. Как понять возможности подростка в социальном приспособлении? В книге рассматриваются такие вопросы, как социальная адаптация подростков в школе, роль среды, родителей и сверстников в период взросления, экономическая и юридическая социализация. В ней также описываются способы психологической поддержки, коррекция нарушений.



Кузин, М. В. Как выжить с ребёнком-подростком : практ. пособие для родителей / М. В. Кузин. – Москва : Эксмо, 2007. – 318 с. :ил. – (Курс выживания).

Каждый родитель со страхом ждёт, когда его чадо войдет в опасный переходный возраст. Почему же переходный возраст и само слово «подросток» так пугают?

Как пережить это нелёгкое время вместе, сохраняя уважение к личности подростка и свои собственные нервы? Как вести себя с детьми, чтобы не потерять их доверие, а сохранить хорошие и добрые отношения?

Автор книги - профессиональный психолог - подсказывает пути решения всех этих проблем.

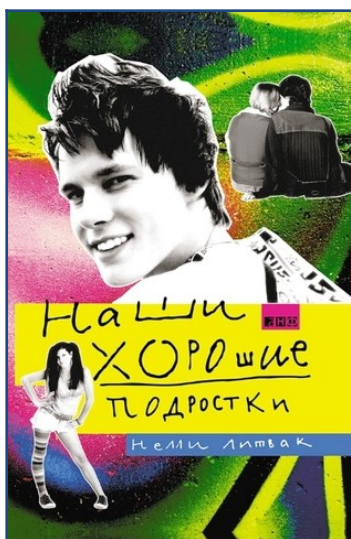


Лемеш, Ю. Общаться с подростком - как? : пособие для умных предков / Ю. Лемеш ; рис. М. Соболевой. – Москва : АСТ ; Санкт-Петербург : Астрель-СПб ; Владимир : ВКТ, 2011. – 286 с. : ил.

Эта книга для родителей неформалов и для всех людей, у которых есть желание их понять и наладить с ними отношения.

Книга не претендует на звание научной. Главная ее цель — заставить читателя, которому не безразлично всё происходящее в душе его ребёнка, посмотреть на проблему с иной, непривычной стороны. Ведь что-то происходит с самим подростком и временами не самое лучшее...

Книга, обозначенная как "пособие для родителей", написана очень талантливо и может помочь найти общий язык с детьми... их язык, предки, если вы не вкурили.



Литвак, Н. Наши хорошие подростки / Н. Литвак. – Москва : Альпина нон-фикшн, 2010. – 252 с.

Эта книга о том, как построить хорошие, интересные и, если удастся, счастливые отношения родителей, бабушек и дедушек со своими детьми и внуками в пресловутом "ужасном" подростковом возрасте.

Автор Нелли Литвак живёт и растит дочек в Голландии, где по статистике "самые счастливые подростки". В предложенном издании описан очень удачный синтез принципов современного отечественного и зарубежного подходов к воспитанию. Ценно, что в книге систематически разбираются конкретные ситуации и приводятся ясные рекомендации. Кстати, многие из них направлены на самовоспитание (или самоперевоспитание) родителей.

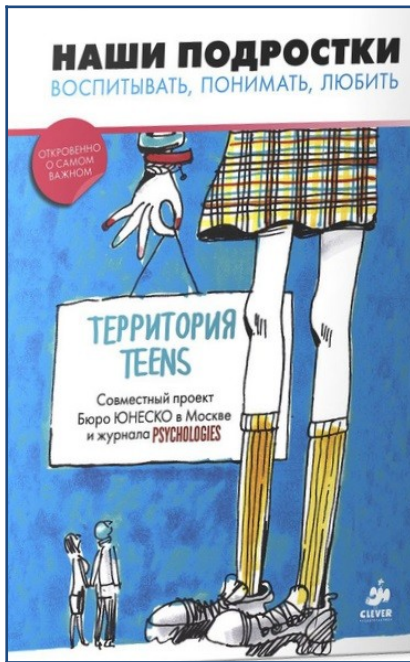
После прочтения вы поймёте, как это легко - любить сложного подростка и как просто, оказывается, найти с ним общий язык.



Мурашова, Е. В. Утешный мир / Е. Мурашова. – Москва : Самокат, 2016. – 361, [7] с. – (Самокат для родителей).

Екатерина Мурашова – известный семейный и возрастной психолог. Помимо своей основной консультационной работы, она пишет научно-популярные книги для родителей о детстве, взрослении и воспитании, а также ведёт свой блог в Интернете. В своих трудах Мурашова рассказывает о людях, которые каждый день приходят к ней за советом. Вслушиваясь в их рассказы, всматриваясь в истории, автор этой книги снова и снова приходит к выводу, что не существует готовых рецептов для всех.

Есть только одно уникальное решение для каждой семьи и простое человеческое понимание для каждого из нас.



Наши подростки: воспитывать, понимать, любить / Журнал "Psychologies" ; ред.-сост. К. Л. Киселева, Т. Епоян. – Москва : Клевер-Медиа-Групп, 2014. – 380, [4] с. : ил. – (Территория Teens).

Эта книга родилась в ответ на потребность многих родителей лучше понимать своих подростков и самих себя, на их желание вместе преодолевать трудности взросления и избежать ошибок. Издание стало результатом совместного проекта Бюро ЮНЕСКО в Москве и журнала «Psychologies. Территория TEENS. Путеводитель для родителей подростков», который был реализован в 2012-2013 годах. Глубокий анализ разных сторон жизни подростков и их отношений с собой, со взрослыми и с окружающим миром помогут родителям

вырастить здоровых и счастливых детей.



Некрасова, З. Перестаньте детей воспитывать, помогите им расти / З. Некрасова, Н. Некрасова ; худ. Л. В. Некрасов. – Москва : АСТ : Астрель, 2011. – 349, [1] с.: ил.

Книга "Перестаньте детей воспитывать - помогите им расти" стала уже не просто книгой, а сборником отличных идей и цитат.

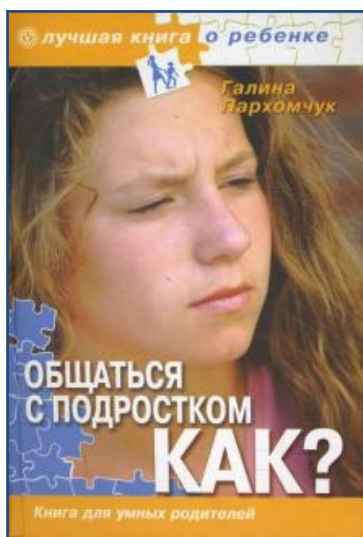
Само название вошло в педагогическую практику разных стран, так же как фразы "растите детей как цветы",

"любить без условий, растить без усилий", "что мешает вам быть счастливыми родителями?", "расти вместе с ребёнком".



Панзарин, С. Ваш подросток от 11 до 14: о том, что творится у него внутри и почему он такой снаружи / С. Панзарин ; пер. И. А. Рудакова. – Екатеринбург : У-Фактория ; Москва : АСТ, 2008. – 254, [1] с. – (Психология детства) (Поколение Next).

Автор книги последние 20 лет посвятила подростковому здоровью. В практическом руководстве, написанном на основе собственного опыта воспитания двух детей-подростков, есть всё, что поможет родителям адаптироваться и пережить время глубоких эмоциональных, физических, интеллектуальных и социальных изменений, происходящих с детьми в возрасте 11 - 14 лет.



Пархомчук, Г. С. Общаться с подростком. Как?: книга для умных родителей / Г. С. Пархомчук. – Санкт-Петербург : Вектор, 2010. – 205 с. + 1 эл. опт. диск (DVD-ROM).

Данная книга - бесценный помощник для родителей. В ней даны ответы на вопросы: как сохранить с ребёнком тёплые, дружеские отношения, как научить его быть успешным и самостоятельным и многие другие.



Подольский, А. И. Подросток в современном мире: заметки психолога / А. И. Подольский, О. А. Идобаева, Л. А. Идобаев. – Санкт-Петербург : КАРО, 2007. – 268 с. – (Психологический взгляд).

Книга позволит читателям побывать во многих семьях, познакомиться на примере реальных жизненных историй с различными стилями воспитания и семейных взаимоотношений, с современными научными взглядами на психическое развитие и воспитание детей. Достаточно глубокий анализ приводимых в книге историй сделает возможным по-новому взглянуть на взаимоотношения в своих семьях и, если это необходимо, скорректировать их.



Сделать счастливыми наших детей. Подростки 11-16 лет / Журнал "Psychologies" ; сост. Н. Никитина, К. Киселева. – Москва : Клевер-Медиа-Групп, 2013. – 221 с.

Если ваш ребёнок — подросток со всеми сопутствующими сложными проблемами взросления, то эта книга для вас!

Новое творение из совместной серии журнала «Psychologies» и издательства «Клевер-Медиа-Групп» поможет родителям вести диалог с подростком, преодолевая отчуждение, агрессию и обиды. Книга поможет примириться с тем, что мы больше для него не на

первом месте, и теперь главная задача - сохранить контакт, преодолеть непонимание и стать ребёнку опорой в жизни.



Фабер, А. Как говорить, чтобы подростки слушали, и как слушать, чтобы подростки говорили / А. Фабер, Э. Мазлиш ; [пер. с англ. Д. А. Куликова]. – Москва : Эксмо, 2013. – 238, [2] с.

Адель Фабер и Элейн Мазлиш - всемирно известные эксперты в области общения с детьми. В своей книге они показали, как, используя свою знаменитую методику, найти контакт с детьми переходного возраста, построить с ними доверительные отношения, говорить на такие сложные темы, как секс, наркотики и вызывающий внешний вид, помочь им стать независимыми, брать ответственность за свои поступки и принимать

взвешенные, разумные решения.



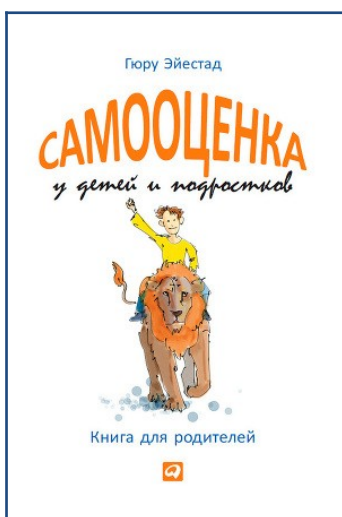
Федосенко, Е. В. Помощь подростку: полное практическое руководство для психологов, педагогов и родителей / Е. В. Федосенко. – Санкт-Петербург : Речь ; Москва : Сфера, 2009. – 320 с.

В книге рассматриваются разносторонние аспекты психолого-педагогической помощи подростку в трудных ситуациях. Особое внимание уделяется методам коррекции и психологической помощи подросткам в зависимости от выявленных проблем: агрессивность, тревожность, отклоняющееся поведение, страхи, социофобия.



Цветке, В. Как развить ум и талант у подростков : самые эффективные упражнения и советы / В. Цветке. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2012. – 156 с. : ил. – (Мир вашего ребёнка).

Данная книга служит замечательным помощником в развитии ваших детей. Все упражнения в ней построены по принципу от простого к сложному, а главное - всё это подано в увлекательной форме и в необычной манере. А самое интересное, что в первую очередь эта книга предназначена именно для подростков, но будет совсем не лишним, если с ней познакомятся и родители.



Эйстад, Г. Самооценка у детей и подростков : книга для родителей / Г. Эйстад ; пер. с норв. Н. В. Шинкаренко. – 2-е изд. – Москва : Альпина Паблишер, 2015. – 292, [4] с.

Все родители хотят, чтобы их дети выросли самодостаточными, гармоничными, целеустремлёнными личностями. Для этого необходимо развивать у детей здоровую самооценку. Практические рекомендации, примеры из жизни и анализ конкретных ситуаций помогут вам использовать полученные знания в воспитании детей, а также развиваться и расти вместе с ними.