

Рекомендованная литература для родителей.

Я часто слышу от родителей просьбы порекомендовать какую –либо литературу для чтения. Литературу, которая бы популярно и доступно помогла объяснить главным образом, как решать проблемы, связанные с воспитанием детей, а также рассказать про особенности заботы об их физическом и психологическом здоровье . Поскольку эта тема интересует и меня, я со временем познакомилась с многими авторскими идеями и сейчас хотела бы рассказать о тех книгах, которые могут быть на вашей родительской полке. Невозможно объять необъятное и сделать обзор всего, но из того, с чем я знакома лично, могу привести список литературы, который поможет пересмотреть многое в себе и научить относиться к себе, как к родителю более осознанно.

1. Ю.Б. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком. Как?»

Это замечательная книга отечественного психолога, профессора Юлии Борисовны Гиппенрейтер о том как научиться понимать своих детей, как правильно говорить с ними и как правильно слушать. Она о том, что важно сформировать язык общения между взрослыми и ребенком для построения теплых и доверительных внутрисемейных отношений. Эта книга написана очень живым и доступным языком, в ней приведено много примеров из жизни и практических упражнений, отработывая которые читающий овладевает инструментами эффективного общения. К слову сказать, эти инструменты универсальны, как универсальны законы психики, и потому применимы не только в общении с детьми, но и в целом, в общении среди взрослых. Информация на страницах книги предоставляется последовательно, по урокам. Важные мысли вынесены отдельно, то есть материал легок для усвоения и к нему хочется и нужно возвращаться снова и снова, перелистывая страницы назад. Такие книги открывают новые горизонты для личностного развития вне зависимости от возраста читающего. Постигая все тонкие грани взаимоотношений с ребенком, как будто начинаешь трансформироваться и сам, понимаешь, что неразрешимых ситуаций не бывает и что любой конфликт имеет свое решение, главное грамотно им управлять, а еще лучше не доводить до точки кипения.

2. Ю.Б. Гиппенрейтер «Продолжаем общаться с ребенком. Так?»

Это книга-продолжение вышеописанной. Многие вопросы уже освещенные ранее продолжают изучаться уже более глубоко, с использованием новых примеров. И если первая книга показывает особенности внутреннего мира ребенка, рассказывает о том, что может сделать родитель для того, чтобы лучше понимать своего ребенка, его интересы, то вторая книга посвящена тому, как избежать растраты нервов во взаимоотношениях, как выстраивать дисциплину, приучать ребенка к порядку и повседневным делам без

конфликтов. В ней автор рассказывает о том, как наказание влияет на поведение ребенка, его характер и развитие и о том, как пресекать неправильное поведение, не унижая растущую личность. Вообще книги Юлии Борисовны хороши тем, что их можно читать в любом возрасте и советы, наблюдения ее подходят как к детям младшего возраста, так и к подросткам. Это книги, к которым возвращаешься снова и снова, каждый раз с очередным прочтением, открывая что-то новое.

3. А. Фабер, Э. Мазлиш «Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили»

Авторы книги – известные эксперты в области общения с детьми. Их книги переведены на 24 языка мира и входят в списки бестселлеров, заслужив благодарности родителей и признание профессионального сообщества. Данная книга полностью оправдывает свое название, она именно о том, КАК говорить с детьми. Даны пошаговые инструкции, приведено много диалогов, описаны реальные ситуации. Много книг посвящено важности того, что детей нужно слушать, проявлять к ним интерес и уважение, выражать свой гнев без нападок и оскорблений. Эта книга помогает перейти к действиям, описывая конкретные шаги, слова для построения конструктивного, правильного диалога. Язык, который используется авторами доброжелательный, легкий для восприятия и понимания. Материал воспринимается легко за счет живых диалогов, таблиц, заданий, памяток.

4. Я. Корчак «Как любить ребенка»

Януш Корчак – писатель, педагог, врач и общественный деятель. Из – под его пера вышло много замечательных произведений и все они так или иначе показывают его природу педагога с большой буквы, бесконечно любящего и уважающего детей, тонко чувствующего их природу. Описанная книга открывает целый мир, задевает потаенные струны души, показывая, как самоуверенны и грубы бывают родители и учителя по отношению к детям, когда логикой и разумом вторгаются в мир детских чувств. В книге Януша Корчака нет готовых рецептов и свода правил автор не подсказывает, как сделать ребенка покладистее и послушнее. Но она помогает задуматься о многом, заглянуть в самую суть, чтобы попытаться отыскать источник проблем, понять первопричины. Она призывает поразмыслить над тем, что есть ребенок, о его правах и месте в нашем мире. Корчак говорил, что педагогика есть наука не только о ребенке, но и о человеке. Он тонко и мудро подмечает мотивы детских поступков, но не они ли лежат в основе взрослого человека тоже? Ведь в каждом из нас живет ребенок! Принуждать человека к любви нельзя, но дать новое направление его мыслям подобными точными наблюдениями возможно. И как знать, может быть новое восприятие привычной действительности откроет в родителях, во взрослых новые горизонты, новый уровень отношений с детьми и с окружающими людьми.

5. И. Млодик «Современные дети и их несовременные родители, или о том, в чем так непросто признаться»; И. Млодик «Книга для не идеальных родителей, или жизнь на свободную тему»

Ирина Млодик – известный психолог и психотерапевт, кандидат психологических наук. Эти ее книги о воспитании, но не для детей, а именно для родителей. Автор помогает разобраться не столько в том, почему ребенок совершает те или иные действия, а то, почему мы реагируем на эти действия именно так, а не иначе. Ирина Юрьевна показывает нам ошибки, совершаемые нами, указывает на то, какие стереотипы и неверные установки мешают нам в процессе общения с ребенком, в его воспитании. Она же помогает понять, как эти ошибки и несовершенства можно устранить, разобраться в себе. В этой книге нет конкретных практических советов и универсальных решений. На примере своей практики автор показывает как делать НЕ надо, демонстрируя незащитность ребенка перед взрослым, его острую зависимость. Еще эти книги о том, что родитель не должен стремиться к тому, чтобы быть идеальным. Идеальный родитель детям не нужен. Дети нуждаются в живых. Чувствующих, любящих взрослых.

6. Эда Ле Шан «Когда ваш ребенок сводит вас с ума»

В этой книге признанным специалистом в области развития детей, разбираются конкретные проблематичные ситуации, которые встречаются во многих семьях. Автор анализирует причины и предлагает варианты их решений. Почему ребенок грубит капризничает? Как научиться прощать? Десять важных вещей, которым родитель может научить своего ребенка и так далее. Эта книга может быть интересна не только родителям, но и педагогам, психологам, тем людям, чья профессиональная деятельность связана с детским воспитанием, преподаванием, семейным консультированием.

7. А. Нилл «Саммерхилл – воспитание свободой»

В 1921 году Александр Нилл основал собственную школу «Саммерхилл», воплощая свои педагогические идеи и подтверждая их жизнеспособность 50-летней практикой. Автор говорит о том, что все дети любознательны и дисциплинированы по своей природе, каждый наполнен внутренней мотивацией к труду и учебе, а трудновоспитуемыми их делают навязываемые взрослыми стандарты, принуждение и наказания. Автор призывает отказаться от власти и дать детям свободу, отменить унижающие наказания и бесконечные поучения, заменить учебу по принуждению игрой. Многие из этих идей заставляют задуматься над тем, как же разорвать порочный круг давления со стороны взрослого и следующего за ним негативизма ребенка.

8. В. Леви «Нестандартный ребенок»

Книга была написана популярным советским психотерапевтом в конце 1980-х гг. и она пропитана советской действительностью, из которой мы родом и которая оставила в нас след. В то время книга была откровением и находкой, сейчас кому-то уже может показаться простоватой, хотя не потеряла своей актуальности. Книга позволяет проникнуться духом наших родителей, понять их, посочувствовать и в чем – то простить. Автор предлагает поразмышлять над тем, что каждый ребенок нестандартен, уникален и НЕ является продолжением своих родителей. Каждый из нас – живая душа и тайна.

9. Д. Ньюмарк « Как воспитывать эмоционально здоровых детей»

Книга очень проста, в ней приводятся житейские ситуации на примере которых автор показывает основные потребности ребенка, удовлетворение которых обеспечивает его здоровое эмоционально-психическое состояние.. Рекомендации автора просты и доступны. В приложении приводится перечень занятий для совместного времяпрепровождения с детьми; даются советы по совмещению карьеры и воспитательного процесса; по организации и планированию своего дня; приводится пошаговый план по восстановлению и налаживанию отношений между родителями и ребенком.

Уверена, что после прочтения этих книг родители смогут по-другому взглянуть на многие вопросы воспитания собственных детей. Призываю вас к тому, чтобы читать, ставить все новые вопросы, находить на них ответы и строить гармоничные отношения в семье!