

12 полезных книг для родителей: о воспитании, психологии и любви

Зачем родителям вообще что-то читать о воспитании? Если вы задаете другим этот вопрос, то дальше можно не читать. А вот для тех, кому интересно и важно узнать что-то больше интуитивного и бытового знания, журналист Лена Калашникова составила подборку незаменимых для родителей книг о воспитании и жизни с детьми.

1. «Тайная опора», Людмила Петрановская

Людмила Петрановская — один из самых известных современных российских психологов-педагогов. Она работает с родителями и детьми, а свой опыт вкладывает в книги, которые пишет простым понятным языком.

Одна из них — и чуть ли не самая известная — «Тайная опора», в которой автор рассматривает такую сторону отношений как привязанность. Наверняка вам приходилось слышать «он у вас с рук не слезает, приучили к рукам». Так вот из этой книги вы можете узнать, насколько важно для ребенка «с рук не слезать» и как ведут себя взрослые «не приученные к рукам».

2. «Общаться с ребенком. Как?», Юлия Гиппенрейтер

Если вы хоть чуть-чуть интересуетесь детской психологией, то вероятно слышали про Юлию Гиппенрейтер. Она занимается научной работой, проводит тренинги, консультирует в области детских и семейных проблем и, конечно, пишет книги для родителей и педагогов. Ее труды очень популярны, неоднократно переиздавались и во многих семьях стали настольными книгами по воспитанию. Чем же они заслужили такую популярность?

Как часто можно услышать про детей, что они «проблемные», «непослушные», «невозможные», «закомплексованные». Но не менее часто все эти проблемы у детей появляются от неправильных взаимоотношений в семье.

Книга «Общаться с ребенком. Как?» написана в форме уроков с небольшой теоретической частью, примерами и письмами реальных родителей, вопросами и заданиями. Из нее вы узнаете, как развить принятие, научиться не раздражаться, если ребенок делает что-то не то и поймете, что для самостоятельности ребенка важен и негативный опыт.

3. «Самостоятельный ребенок, или Как стать «ленивой мамой», Анна Быкова

Однажды детский и семейный психолог Анна Быкова написала в своем блоге статью «Почему я ленивая мама». Прошло несколько лет, а статью всё еще можно встретить в родительских сообществах и она всегда вызывает горячее обсуждение. Что же такое «ленивая мама» и легко ли ей быть? Секрет вот в чем — для того чтобы ребенок стал самостоятельным... иногда маме нужно просто ничего не делать.

Анна Быкова посвятила теме самостоятельности детей несколько книг. И «Самостоятельный ребенок» — одна из них. Как научить ребенка засыпать в своей кроватке, убирать игрушки и одеваться? Когда стоит помочь ребенку, а когда лучше от этого воздержаться? Чем опасна гиперопека и как ее избежать?

Автор советует иногда включать режим «ленивой мамы», осознавая, что это делается в интересах ребенка. Ведь если всегда подсказывать, помогать и советовать, он так и не научится ничего делать сам.

4. «Здоровье ребенка и здравый смысл его родственников», Евгений Комаровский

Говоря о литературе для родителей, нельзя не упомянуть и книги о здоровье детей. Доктор Евгений Комаровский назвал парадоксом то, что большинство из нас знает, как создавать детей, но почти такое же большинство из нас не знает, что с этими детьми дальше делать. Детский врач и известный телеведущий взялся за важную миссию — заполнять знаниями это парадокс. И он делает это, применяя свой большой опыт и с юмором.

«Здоровье ребенка и здравый смысл его родственников» — это не учебник, не энциклопедия, не сборник инструкций и не руководство по диагностике и лечению. Автор называет книгу путеводителем, который должен помочь родителям избежать многих проблем. Комаровский настаивает на том, чтобы о здоровье детей заботились без паники и со спокойствием, со здравым смыслом и логическим мышлением.

5. «Детская ревность: особенности воспитания нескольких детей в семье», Валентина Паевская

Большинство родителей, конечно же, хотят вырастить братьев и сестер, которые будут дружить, любить друг друга и поддерживать в сложных ситуациях. Но суровая реальность дает о себе знать и порой это кажется непосильным трудом, особенно когда слышишь вопли из детской комнаты или разнимаешь драку. Если в вашей семье больше одного ребенка, вы, скорее всего, уже знакомы с явлением детской ревности, о которой идет речь в книге Валентины Паевской.

Из книги «Детская ревность: особенности воспитания нескольких детей в семье» вы узнаете, как выстроить личностные границы детей, чтобы каждый из них комфортно чувствовал себя и понимал, что мама любит его не меньше, чем братика или сестричку. Если вы только планируете второго ребенка, эта книга поможет вам избежать большинства ошибок родителей и подготовить старшего ребенка к появлению младшего.

6. «Как роман», Даниэль Пеннак

Книга «Как роман» стоит особняком в нашей подборке. Она не о здоровье, не о психологии и не о хороших манерах. Эту книгу французский писатель Даниэль Пеннак написал о том, как сделать так, чтобы ребенок читал. Не заставить, не принудить, не приучить, а так привязать, чтобы эта любовь осталась на многие годы. Автор, работая в школе, на практике выявил свои правила чтения и теперь щедро делится ими с нами в этой книге.

Право не дочитывать и перечитывать, право читать что попало, право читать вслух и молчать о прочитанном. Эти правила чтения Пеннак выводит как заповеди и размышляет над каждым из них.

Но главную мысль автор проносит через всё эссе — любви по принуждению не бывает! Детское нежелание читать — это не следствие плохих способностей или излишней тяги к телевизору. Всё дело в страхе: быть осуждённым за непонимание или получить плохую оценку.

7. «Ваш непонятный ребенок: психологические прописи для родителей», Екатерина Мурашова

Екатерина Мурашова — известный семейный и возрастной психолог, писатель и преподаватель. Ее книга «Ваш непонятный ребенок» посвящена проблемам воспитания и психологического развития детей дошкольного и школьного возраста.

Читайте также:



5 отличных книг о семьях и детях для отпуска

Гиперактивность, агрессивность, застенчивость, трудности школьной адаптации, неуспеваемость. Автор рассказывает много маленьких историй о разных детях и их сложностях. И о том, как родителям находить общий язык в самых сложных ситуациях.

В одном из интервью Екатерина Мурашова поделилась наблюдением: «Нет никакого критерия, сколько времени нужно проводить с ребенком. Нигде не сказано, что столько-то времени уделять — нормально, столько-то — мало, а столько-то — много. Поэтому идея, что можно не волноваться, что я уделяю ему мало времени или наоборот — стоит волноваться, что я уделяю ему мало времени, все это находится исключительно в голове отдельно взятого родителя».

8. «Ступеньки творчества или развивающие игры», Борис Никитин

В 80-е годы вышла книга «Ступеньки творчества» Бориса Никитина. В ней были подробно описаны новаторские игры для развития творческих способностей ребенка. Тогда книга стала настоящим хитом, сейчас она пережила несколько переизданий и дополнений автора. Наверняка вы в детстве занимались «умственной гимнастикой» по методу Никитиных, попробуйте теперь этим заняться и со своими детьми!

В книге вы найдете подробное описание того, как самим сделать игры и как правильно ими играть. Это увлекательное занятие не только для детей, но и для родителей. «Там, где малыша не торопят отгородить от жизни и избавить от трудностей, где ему стараются дать простор для исследований и деятельности, там развивающие игры органично войдут в уклад семьи и смогут стать мощным стимулом развития творческих способностей ребенка».

9. «Тыжемать», Надя Папудогло

Когда у вас только появляется ребенок, к вам привязывается новый негласный статус «ты же мать». «Тыжемать» должна сразу всё знать о здоровье, воспитании и развитии ребенка, принимать и отмечать многочисленные советы и каждый день отвечать на миллион новых вызовов. Книга Нади Папудогло без назиданий и правил рассказывает об одном опыте материнства и просто говорит читательницам — «в этой ситуации ты не одна».

Книга «#тыжемать» ценна именно этим — от страницы к странице здесь утверждается право оставаться собой, не тратя силы на погоню за мнимым совершенством. «Я писала эту книгу только затем, чтобы однажды ее прочитала женщина, недавно ставшая мамой. Она с чем-то не справляется, у нее что-то не получается с ребенком, она очень устала. Прочитала и почувствовала, что кто-то рядом такой же, как она».

10. «Семья. Нам здорово быть вместе», Лариса Суркова

Счастливые дети растут тогда, когда их воспитывают счастливые родители. Книга «Семья. Нам здорово быть вместе» как раз об этом. Ее автор Лариса Суркова — практикующий семейный психолог. Она популяризирует психологию и в инстаграм — у нее более двух миллионов подписчиков и каждый день она дает советы о том, как сделать отношения в семье здоровыми и комфортными. А еще она мама пятерых детей и пишет книги не только для взрослых, но и для детей.

В книгах Сурковой семья — это фундамент, безопасность, поддержка, якорь, к которому всегда можно вернуться. Но автор уверена, что над гармонией в доме надо работать, чувства между супругами необходимо поддерживать, а взаимоотношения с детьми и родственниками — аккуратно строить. В книге «Семья. Нам здорово быть вместе» вы найдете ответы на вопросы об эмоциональном выгорании, конфликтах и понимании.

11. «Психология для самых маленьких: #дунины_сказки», Лариса Суркова

Еще одна книга Ларисы Сурковой «Психология для самых маленьких: #дунины_сказки» для чтения взрослыми детям. Истории из книги всем знакомы — они о детях, которые любят сладкое и отказываются от супа, гуляют по лужам без резиновых сапог, не хотят делиться своими вещами со сверстниками. Через волшебный текст сказки ребенок начнет знакомиться с миром и будет учиться взаимодействовать с ним.

В этой книге Лариса Суркова описывает те ситуации, которые, пусть один раз, но бывали в каждой семье. Эти рассказы помогут в игровой форме объяснить ребенку, что хорошо, а что плохо; почему родители иногда устают; зачем нужно уступать своим друзьям и как важно слушаться маму и папу. По аналогии с рассказами из книги вы научитесь сочинять свои собственные сказки о повседневных вещах.

12. «Как любить ребенка: книга о воспитании», Януш Корчак

И не можем не вспомнить в нашей подборке классика педагогики — Януша Корчака. Он известен своими гуманистическими идеями и печальной судьбой. В годы войны он создал Дом сирот, в котором практиковалась система детского самоуправления, а у детей формировались навыки самопознания и самоконтроля. Позже более двухсот воспитанников и их учитель были уничтожены в газовой камере концлагеря Трелинка.

В книге «Как любить ребенка» Корчак выводит несколько принципов воспитания детей. И один из главных состоит в том, что — родитель, воспитатель, учитель должен любить детей. Также он ведет речь о том, насколько важно предъявлять ребенку реально выполнимые требования, о том, что нужно общаться с ребенком, учитывая его возраст, о том, что нужно уважать ребенка, но и не забывать о правах и возможностях воспитателя.