

Powiatowa i Miejska Biblioteka Publiczna w Brzesku

poleca literaturę specjalistyczną

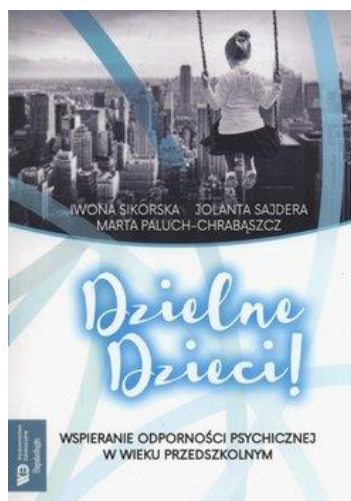
Pandemia COVID-19 zagroziła nie tylko naszemu zdrowiu fizycznemu, ale również zachwiała stabilnością i odpornością psychiczną. Zmiany zachowań, obawy, lęki, stany przygnębienia towarzyszą nam i naszym bliskim w dużym natężeniu. Nie pozostawajmy obojętni wobec smutku lub rozdrażnienia naszych bliskich i sięgnijmy po specjalistyczne poradniki lub literaturę motywacyjną. Przygotowaliśmy dla Państwa, z myślą o różnych grupach wiekowych, wybór publikacji dostępnych w naszej bibliotece, który stanowi pierwszą pomoc w trudnościach dla rodzica, nauczyciela ale również w samodzielnej walce o poprawę nastawienia do życia.

Zbiór podzieliliśmy na cztery kategorie skierowane do:

- dzieci,
- młodzieży,
- dorosłych,
- rodziców, którzy zauważają trudności swoich dzieci i chcą im pomóc.

Zachęcamy do skorzystania z przygotowanej przez nas bibliografii.

Poradniki dla rodziców:



Dzielne dzieci : wspieranie odporności psychicznej w wieku przedszkolnym / I. Sikorska, J. Sajdera, M. Paluch-Chrabąszcz. – Kraków : Wydawnictwo Edukacyjne, 2017.

„Dzielne dzieci! to książka nie tylko dla nauczycieli, chociaż z całą pewnością to z myślą o nich powstawała. Zawiera ona także uwagi, które mogą być niezwykle cenne dla rodziców, którzy chcą pomagać tworzyć pewność siebie i odporność psychiczną u swoich pociech. Poradnik zawiera wiele kluczowych wskazówek - są nimi głównie scenariusze oraz relacje z przebiegu zajęć stworzonych przez autorki. Co więcej, nie są one na tyle skomplikowane, aby (pewnych z nich) rodzic nie mógł samodzielnie przeprowadzić w domu.” [fragment recenzji Kamili Sowy - CzasDzieci.pl]



Mały buntownik : instrukcja obsługi : kiedy kryzys jest motorem rozwoju / Anne-Claire Kleindienst, Lynda Corazza ; przełożyła Katarzyna Bieńkowska - Warszawa : Muza, copyright 2018.

Książka ta jest efektem spotkania dwóch mam. Łącząc swoje punkty widzenia, wrażliwość i doświadczenia, zachęcają wszystkich rodziców do zmiany spojrzenia – by mogli zrozumieć swoje dziecko oraz to, co rozgrywa się na co dzień w konfliktowych relacjach. Wychodząc od idei pozytywnej dyscypliny Jane Nelson, autorki prezentują niezwykle siłą metody wychowawczej opartej na empatii i wzajemnym szacunku. Za pomocą elementów humoru oraz precyzyjnej i dowcipnej wizualizacji, kładą nacisk na inteligencję emocjonalną – tak ważną, by zachować spokój i zrozumieć dziecko w każdej sytuacji. [fragment recenzji]

Poszukaj również w:

1. Bajka jak lekarstwo : zastosowanie bajkoterapii w terapii pedagogicznej / Agnieszka Chamera-Nowak, Lidia Ippoldt. - Warszawa : Wydawnictwo Stowarzyszenia Bibliotekarzy Polskich, 2015.
2. Bajko-terapia: o lękach dzieci i nowej metodzie terapii / Maria Molicka. - Poznań : Media Rodzina, (b.r.w).
3. Depresja i próby samobójcze młodzieży : sposoby przeciwdziałania i reagowania / Alan Carr ; przeł. Jarosław Rybski. - Gdańsk : Gdańskie Wydawn. Psychologiczne, 2004.
4. Depresja nastolatków : jak ją rozpoznać, zrozumieć i pokonać / Konrad Ambroziak, Artur Kołakowski, Klaudia Siwek. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2018.
5. Dzieci a stres : istota zagadnienia / Rosemarie Portmann ; [przeł. Ewa Martyna]. - Kielce : Jedność, cop. 2007.
6. Głowa do góry : krótki podręcznik przetrwania : natychmiastowa pomoc w stresie, złości i innych załamaniach nastroju / Claudia Croos-Müller ; il. Kai Pannen ; tł. Emilia Kledzik. - Poznań : Media Rodzina, cop. 2011.
7. Jak pomóc dzieciom radzić sobie z lękiem : poradnik dla rodziców i wychowawców / Jill Eckersley ; [tł. Ewa Klimas-Kuchtowa]. - Kielce : Jedność, cop. 2008.
8. Jak wychować dziecko, które mówi- Nie ! alkoholowi i narkotykom : to książka dla rodziców troszczących się o swoje dziecko / David J.Wilmes ; przeł. Liliana Okupniak . - Gdańsk : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2002.
9. Jesteś kimś wyjątkowym : relaksacje dla dzieci / Martyna Broda ; ilustracje Karolina Hyla. - Warszawa : Mamania, copyright 2020.
10. Nastolatek a depresja : praktyczny poradnik dla rodziców i młodzieży / Konrad Ambroziak, Artur Kołakowski, Klaudia Siwek. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2018.
11. Niska samoocena u dzieci. Praktyczny poradnik dla specjalistów i rodziców / Margot Sunderland. - [miejsce nieznane] : GWP Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne : Legimi, 2019.
12. Self-Reg. Jak pomóc dziecku (i sobie) nie dać się stresowi i żyć pełnią możliwości / Dr Stuart Shanker; autorzy: Teresa Barker. - [miejsce nieznane] : Grupa Wydawnicza Relacja : Legimi, 2016.

13. Self-regulation : opowieści dla dzieci o tym, jak działać gdy emocje biorą górę / Agnieszka Stążka-Gawrysiak ; ilustracje Anna Teodorczyk - Wydanie II. - Kraków : Znak Emotikon, 2020.
14. Self-regulation : szkolne wyzwania : opowieści dla dzieci o tym, jak działać, gdy emocje biorą górę / Agnieszka Stążka-Gawrysiak ; ilustracje Anna Teodorczyk ; [redakcja merytoryczna dr Jagoda Sikora]. - Wydanie I. - Kraków : Znak Emotikon, 2020.
15. Trudne pytania dla dorosłych : jak rozmawiać z dzieckiem o stracie, tęsknocie i lękach : pogodnie i optymistycznie / Elżbieta Zubrzycka ; il. Katarzyna Bukiert. - Gdańsk ; Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2016.
16. Wszyscy wygrywamy : gry i zabawy uczące, jak pogłębiać relacje z ludźmi / Josette i Ba Luvmour et. al; przeł. Jolanta Bartosik. - Gdańsk : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2003.