

BIBLIOTECZKA RODZICA

W księgozbiorach bibliotek oraz zasobach Internetu, można znaleźć wiele pozycji książkowych adresowanych do rodziców. Często trudno dokonać wyboru tych, z którymi warto zapoznać się na początku. Przedstawiam Państwu moją propozycję listy książek, które uważam za nieocenioną pomoc w procesie poznawania i rozumienia nastolatków oraz budowania z nimi mądrej relacji.

1. Siegel D., Hartzell M., *Świadome rodzicielstwo. Wychowaj szczęśliwe dziecko dzięki większej samoświadomości*, Podkowa Leśna, Wyd. MiND, 2015.
2. Siegel D., *Burza w mózgu nastolatka. Potencjał okresu dorastania*, Podkowa Leśna, Wyd. MiND, 2016.
3. Jensen F., Nutt A., *Mózg nastolatka. Jak przetrwać dorastanie własnych dzieci*, Warszawa, Grupa Wydawnicza Foksal, 2014.
4. Flores S., *Sfejsowani. Jak media społecznościowe wpływają na nasze życie, emocje i relacje z innymi*, Warszawa, Wyd. MUZA, 2017.
5. Cheevers P., *Stres w rodzinie. Jak radzić sobie z trudnymi relacjami*, Kielce, Wyd. Jedność, 2010.
6. Faber A., Mazlish, *Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły*, Poznań, Media Rodzina, 2013.
7. Faber A., Mazlish E., *Jak mówić do nastolatków, żeby nas słuchały. Jak słuchać, żeby z nami rozmawiały*, Poznań, Media Rodzina, 2006.

8. O'Neil T., *Siła małych celów. Zasada 1%, czyli jak osiągnąć spektakularne sukcesy dzięki drobnym zmianom*, Warszawa, Wyd. PWN, 2015.
9. Covey S., *7 nawyków szczęśliwej rodziny*, Poznań, Wyd. Rebis, 2018.
10. Juul J., *Nastolatki. Kiedy kończy się wychowanie*, Podkowa Leśna, Wyd. MiND, 2013.

Agnieszka Klimek
pedagog szkolny