

Министерство культуры Краснодарского края  
Краснодарская краевая юношеская библиотека им. И.Ф. Вараввы

# *Компетентная мама*

Рекомендательный список литературы



Краснодар  
2019

ББК 74.90

К 63

Составитель: О.М. Солдатенко

Редактор: С.В. Норец

Компьютерная верстка: О.М. Солдатенко

Ответственный за выпуск: О.В. Кучерова

Компетентная мама: рекомендательный список литературы / Краснодарская краевая юношеская библиотека им. И.Ф. Вараввы, информационно-библиографический отдел; сост.О.М. Солдатенко; отв. за выпуск О.В. Кучерова. – 2019. – 24 с.



Восславим женщину – Мать,  
чья любовь не знает преград, чьей грудью вскормлен весь мир!  
Все прекрасное в человеке – от лучей солнца и от ласки матери.  
М. Горький

## Уважаемые читатели!

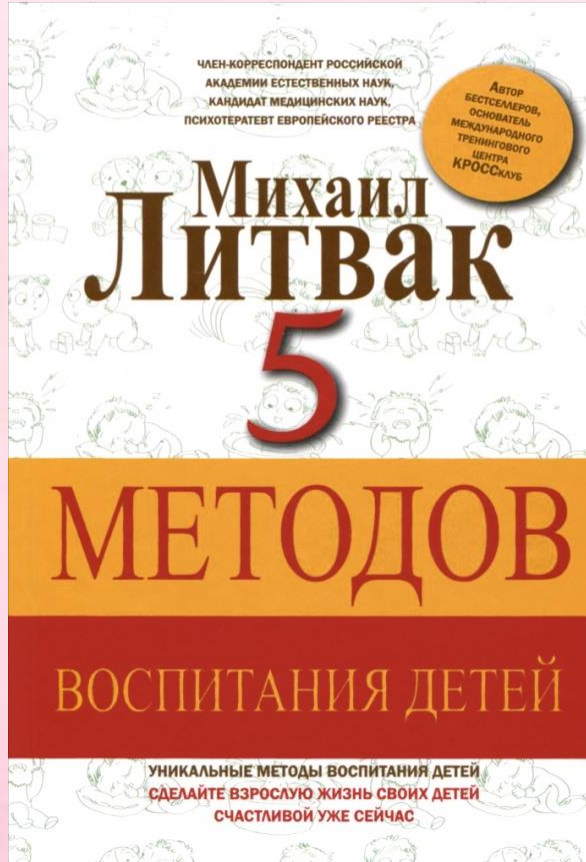
*Если вы хотите узнать о новых методиках воспитания и ухода за своими детьми, желаете освоить принципы организации времени, имеете широкий круг интересов или просто решили стать компетентной мамой, которая успевает работать и воспитывать здоровых, талантливых и умных детей, то мы предлагаем вам ознакомиться с рекомендованными Вам книгами из фонда нашей библиотеки.*





**Литвак Михаил  
Ефремович**

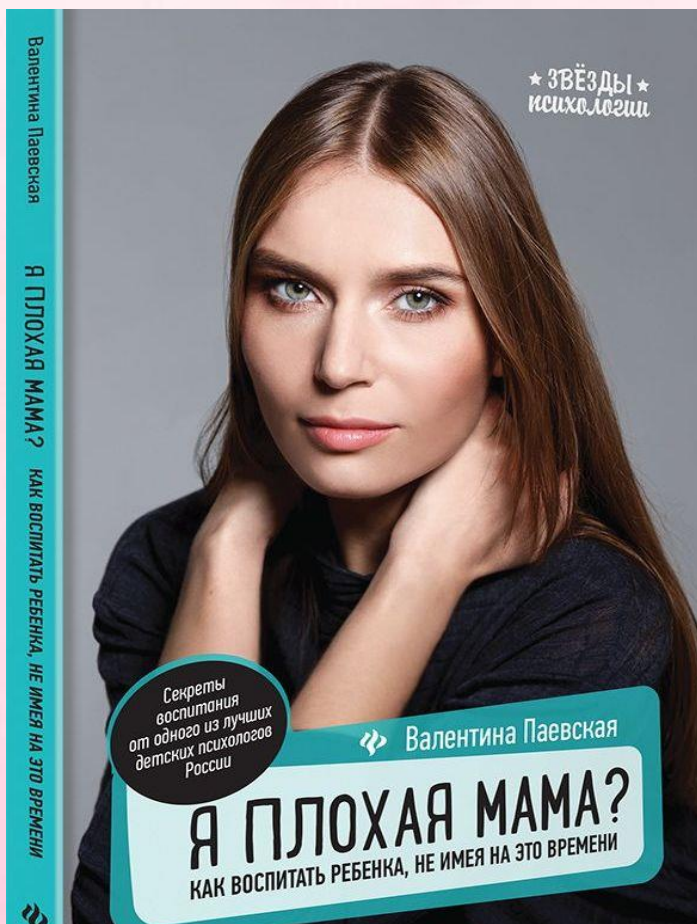
*Врач-психиатр  
высшей  
категории*



**Литвак, М. Е.** 5 методов воспитания детей  
/ М. Е. Литвак. - Москва : [б. и.], 2016. -  
285 с. - (Принципы Литвака).

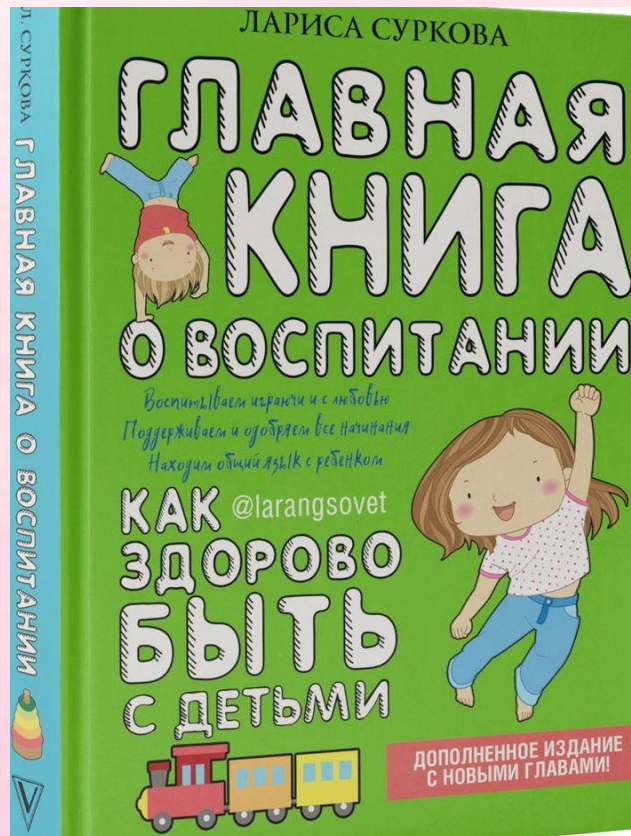
Автор объяснит, как воспитывать воспитателей, как воспитывать своего еще не родившегося ребенка, как воспитывать грудничков, детсадовцев, подростков и даже бабушек с дедушками!

Но самое важное - Литвак научит главному: как нам всем, наконец, научиться любить друг друга? Искренно, нежно, просто так, ни за что.



Эта книга научит вас видеть в воспитании ребенка приоритеты и распределять свое время таким образом, чтобы ребенок с вашей помощью развивался максимально гармонично при минимальных затратах времени. С ее помощью процесс воспитания ребенка станет удовольствием, интересным и полезным для обеих сторон.

**Паевская, В.** Я плохая мама?: как воспитать ребенка, не имея на это времени / Валентина Паевская. - 8-е изд., испр. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2019. - 141 с. -(Звезды психологии).



В этой книге собраны советы от Ларисы Сурковой для детей всех возрастов – от младенцев до подростков. Автор - мама 5 детей, кандидат психологических наук и практикующий психолог.

Автор подскажет, как найти подход к ребенку в любом возрасте.

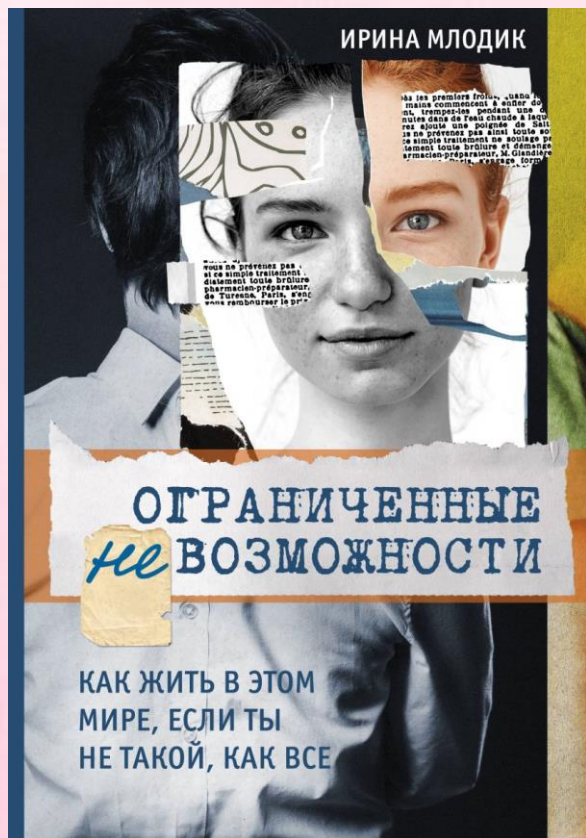
**Суркова, Л.** Главная книга о воспитании: как здорово быть детьми / Л. Суркова. - 2-е изд., доп. и изм. - Москва : АСТ, 2018. - 416 с. - (Большая книга воспитания).



**Ньюман, Д.** Сири с любовью: история необычной дружбы / Джудит Ньюман ; перевод. с английского. Е. Фатеевой. - Москва : ЭКСМО, 2019. - 272 с. - (Героем может быть любой).

Автор книги рассказывает историю о необычной дружбе своего сына Гаса и Сири – голосового помощника Apple. Мама Гаса говорит о воспитании сына, чей диагноз – аутизм, который полностью изменил жизнь семьи и позволил взглянуть на мир совершенно с другой стороны.

Это смешная, грустная и пронзительно искренняя история о том, что особенные люди – рядом с нами и каждый из них достоин полноценной и счастливой жизни.



Автор пишет в своей уникальной манере: первую половину книги составляет психологический текст, вторую – художественный, иллюстрирующий и развивающий идеи, высказанные в первой.

Психолог обращается к жанру антиутопии, предлагая читателю представить общество, в котором совершенство стало нормой, а не способные его достичь оказались под запретом.

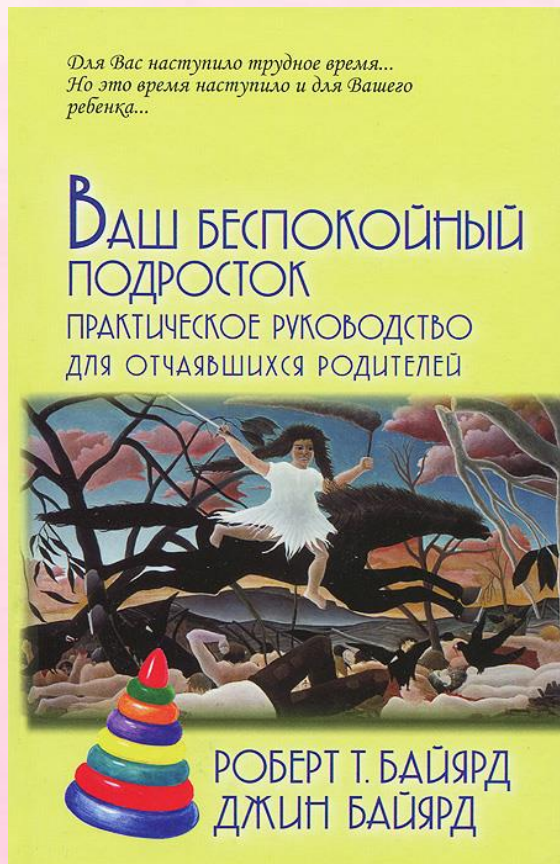
**Млодик, И.** Ограниченные невозможности : как жить в этом мире, если ты не такой, как все / Ирина Млодик. - Москва : Бомбора : ЭКСМО, 2019. - 272 с. - (Психологический бестселлер).





**Дмитриева, Н. Ю.** Детская психосоматика. Почему болеют наши дети? / Н. Ю. Дмитриева. - 11-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2019. - 152 с. - (Психология).

Книга рассказывает о психосоматических проявлениях у детей, которые возникают под воздействием психических факторов (стрессов, неправильного воспитания в семье, учебных перегрузок и др.) и проявляются в виде бронхиальной астмы, невроза, нейроциркуляторной дистонии, гастрита и других часто встречающихся болезней. Многие из них можно вылечить с помощью коррекции поведения ребенка и родителей.



**Байярд, Роберт Т.** Ваш беспокойный подросток.  
Практическое руководство для отчаявшихся  
родителей / Р. Т. Байярд ; Д. Байярд. - 9-е изд. -  
Москва : Академический проект, 2016. - 219, [2] с  
(Психологические технологии).

Если вы испытываете чувство озабоченности или беспокойства в отношении своего ребенка-подростка, то эта книга для вас, как средство, которое облегчит вашу ношу.

Авторы делятся своим опытом детско-родительских отношений и методами разрешения трудностей и конфликтов в семье.



Вы готовы разрешать ребенку все, считая, что именно так он лучше всего почувствует вашу любовь? Или, наоборот, вы считаете, что должны контролировать и ограничивать каждый его шаг?

Как найти золотую середину в вопросах контроля и разрешений, рассказывает в новой книге известный психолог Адриана Имж.

**Имж, А.** Воспитание - это не только контроль. Книга о любви детей и родителей / Адриана Имж. - Санкт-Петербург : Питер, 2019. - 240 с. : ил. - (Родителям о детях).



**Попова-Яковлева, Е.** Мамания. Простые истины или воспитание с любовью / Е. Попова-Яковлева. - Москва : АСТ, 2015. - 224 с. : ил.

Жизнь настоящей женщины немислима без детей - наших лучиков света, прекрасных ангелочков и порой даже самых строгих учителей. Они растут, меняются, изменяя вас и мир вокруг.

В этой книге автор поделится с вами своим опытом:

- как воспитывать ребенка и изменяться самой;
- получать удовольствие от процесса достижения результата;
- уделять внимание всем граням развития вашей крохи... и оставаться любимыми женами, уверенными в себе бизнес-леди и настоящими супермамами".



**Джей, Мэг.** Важные годы. Почему не стоит откладывать жизнь на потом / М. Джей ; перевод. с английского. Н. Яцюк. - 3-е изд. - Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2016. - 304, [2] с.

Доктор Мэг Джей, клинический психолог, утверждает, что годы с двадцатого по тридцатый - самое важное десятилетие в жизни человека с точки зрения развития важных сфер жизни: работы, любви, физического и интеллектуального развития.

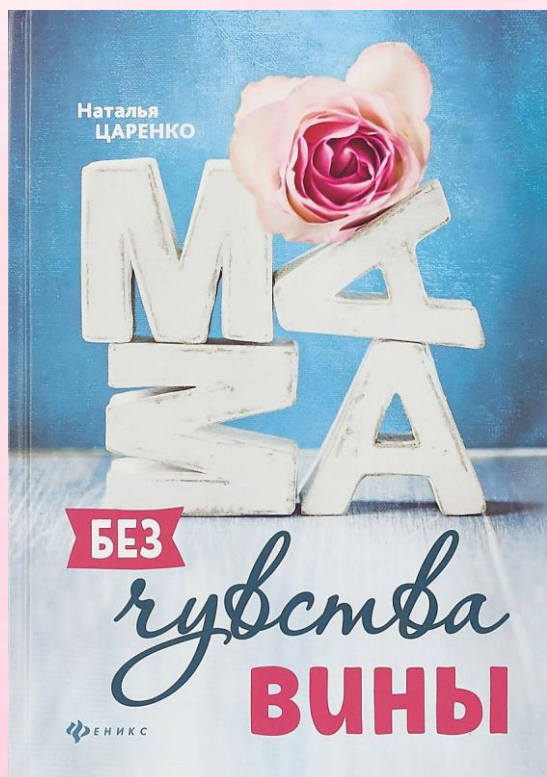
То, что вы делаете и чего не делаете в период с двадцатого по тридцатый год, может оказать огромное воздействие на вашу карьеру, личностный рост, развитие мозга, ваши взаимоотношения и на построение деловых и личных связей.

Это умная и конструктивная книга о годах, которые нельзя тратить впустую.



Ульева, Е. Безопасность превыше всего, или Как уберечь ребёнка от любых опасностей и угроз / Е. Ульева. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2019. - 143 с. - (Энциклопедия для мам).

Из этой книги вы узнаете, как научить ребенка быть осторожным и внимательным, как сделать жизнь малыша максимально безопасной, как оказать первую помощь в экстремальной ситуации. С помощью практических советов, игр, рассказов, упражнений, описанных в книге, ваш ребёнок легко усвоит все необходимые правила. Сделайте жизнь своего малыша счастливой и безопасной.



**Царенко, Н.** Мама без чувства вины: советы для "неуспевающих мам" / Наталья Царенко. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2019. - 167 с. - (Психологический практикум).

*Время – это никакой не ценный дар, не что-то важное, время – это иллюзия. Бесценный дар – это настоящий момент, это единственная подлинная реальность, от которой мы, как правило, отказываемся ради иллюзорного будущего и прошлого.*  
*Рами Блект*

Если вы - мама, уставшая от хаоса, рутины и чувства вины, эта книга для вас!

Автор расскажет молодым мамам, как можно успевать не за счет нервов, потери себя или нерациональной траты денег, а за счет грамотной организации времени, пространства и людей вокруг себя.



**Бурмистрова, Е. А.** Взрослеем с подростком: воспитание родителей / Екатерина Бурмистрова. - Москва : Дарь, 2017. - 352 с.

Екатерина Бурмистрова – замечательный психолог, уже более пятнадцати лет занимающаяся проблемами семейных отношений.

Она написала своего рода путеводитель по сложному периоду в жизни семьи, который призван помочь родителям проанализировать взаимоотношения со своим подростком и найти уникальный путь построения новой модели поведения.





У детей хороших родителей, стремящихся всеми силами помочь своему ребенку получить максимальное развитие, бывают особые трудности, поскольку не преподаются ни в каких родительских университетах основы возрастной психологии. Поэтому родители просто не знают, на какие сигналы в детской жизни нужно обращать внимание.

В книге описываются эти сигналы и трудности, стоящие за ними, а также варианты помощи детям и подросткам в этих случаях.

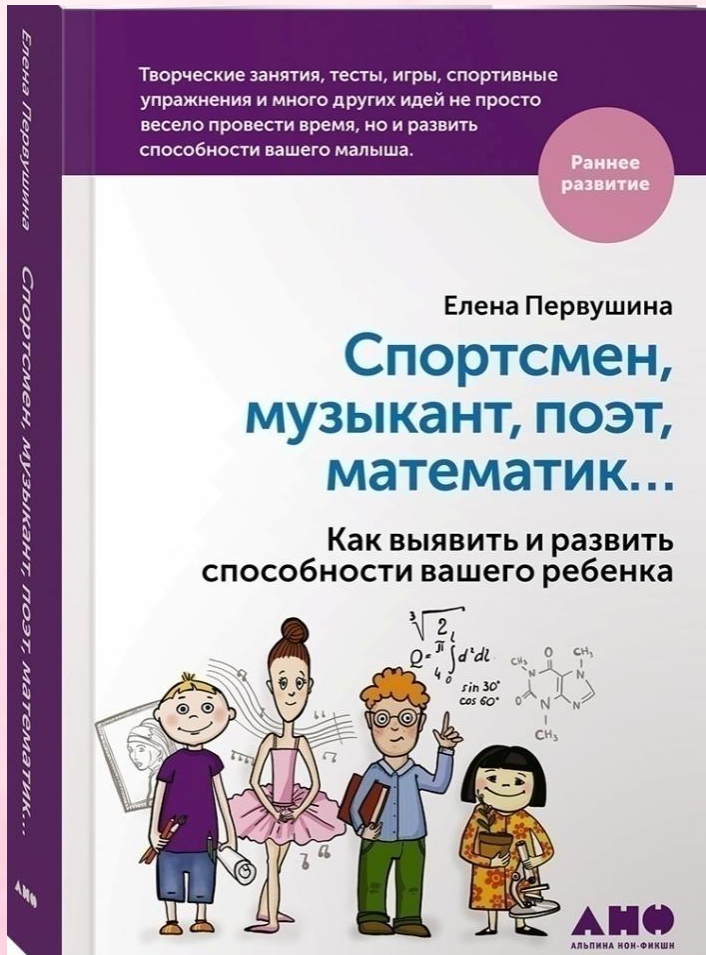
**Хухлаева, О. В.** Трудности детей хороших родителей / О.В. Хухлаева. - Москва : Академический Проект, 2017. - 126 с. - (Мы и наши дети).



Через творчество дети приоткрывают дверь в свой внутренний мир. Чуткие родители многое узнают о том, что радует или печалит ребенка, внимательно глядя на его рисунки.

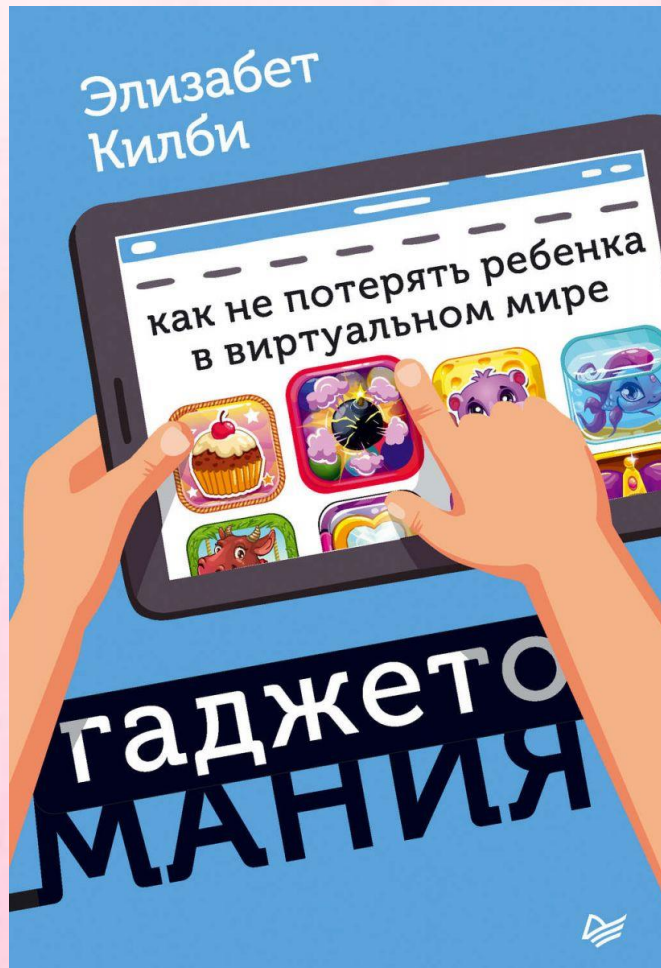
Доктор психологии Розалин Давидо в своей книге расшифровывает для родителей те символы, которые скрываются в детских каракулях.

**Давидо, Р.** Секретный мир детей в рисунках. Что вы не знаете о своих детях / Розалин Давидо ; [перевод. с французского. Л. Казариной, Е. Чебучевой]. - Санкт-Петербург : Питер, 2019. - 304 с. : ил. - (Родителям о детях). - Словарь психиатрических терминов: с. 301-304.



Из этой книги вы узнаете, как предоставить дошкольнику режим максимального благоприствования в том возрасте, когда его действиями руководит природная любознательность и познание нового является не обязанностью, а наградой. Как помочь ему получить базовые знания о себе и мире, наилучшим образом подготовить его к новому этапу жизни - школьным годам.

**Первушина, Е.** Спортсмен, музыкант, поэт, математик...: Как выявить и развить способности вашего ребенка / Е. Первушина. - Москва : Альпина нон-фикшн, 2017. - 426 с. - (Раннее развитие).



Известный британский детский психолог, телеведущая и блогер Элизабет Килби на примере реальных историй из своей клинической практики покажет, как сделать виртуальный мир верным помощником в воспитании, выработать у ребенка здоровые привычки пользования цифровыми устройствами и вернуть его интерес к активной жизни.

**Килби, Э.** Гаджетомания: как не потерять ребёнка в виртуальном мире / Элизабет Килби ; [перевод с английского Д. Седова]. - Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2019. - 256 с. : ил. - (Родителям о детях).



Авторы книги "О чем молчал аист..." Заряна и Нина Некрасовы дают конкретные советы и рекомендации по воспитанию малышей. Тесты и практикумы, которые есть в этой книге, касаются самых сложных моментов жизни малыша - сна, еды, приучения к горшку и других всевозможных капризов.

**Некрасова, З.** О чём молчал аист: сон, еда, горшок. капризы. Решение проблем от 0 до 5 лет / З. Некрасова, Н. Некрасова. - Москва : Академический Проект, 2017. - 226 с. - (Мы и наши дети).



**Мурашова, Е. В.** Утешный мир / Е. В. Мурашова. - Москва : Самокат, 2016. - 368 с. - (Самокат для родителей).

Екатерина Мурашова — известный семейный и возрастной психолог. Помимо своей основной, консультационной, практики, она пишет научно-популярные книги для родителей о детстве, взрослении и воспитании.

В своих работах она рассказывает о людях, которые каждый день приходят к ней за советом. Вслушиваясь в их рассказы, всматриваясь в их 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.

## ВОСПИТАТЕЛИ – ДЕБЮТАНТЫ

Как завоевать  
авторитет в глазах  
ребенка?



Ванесса Сааб

Авторитет родителей способен помочь ребенку почувствовать себя под надежным и теплым крылом, раскрыть творческие способности и развить потенциал.

Книга содержит массу полезной информации для родителей, которые хотят стать авторитетом для своего ребенка.

**Сааб, В.** Воспитатели - дебютанты. Как завоевать авторитет в глазах ребенка? / В. Сааб ; перевод. с французского Т. Михайловой. - Москва : РИПОЛ классик, 2015. - 192 с. - (Родители-дебютанты). - Библиогр.: с. 182-183.

Краснодарская краевая юношеская библиотека им. И.Ф. Вараввы

# Компетентная мама

Рекомендательный список литературы

350051,

г. Краснодар, ул. Офицерская, 43

Тел. 224-06-45, 224-91-91

E-mail: [bibliokkub@mail.ru](mailto:bibliokkub@mail.ru)

Сайт: <http://krkrub.kubannet.ru>

*Составление, компьютерный дизайн – О.М. Солдатенко  
Редактор – С.В. Норец*