

## Seznam literatury k zapůjčení

### Anna a Anička – M. Špínková (1ks) – 4h samostudia

- Obrázková knížka o babičce Anně a její vnučce Aničce. Anička se narodí na svět, kde se jako většina z nás potká se svou babičkou. Hraje si s ní, učí se od ní, povídají si spolu a mají také tajemství. Jak Anička roste a poznává svět, babička pomalu odchází. Anička je s babičkou až do konce a dokáže si s ní hrát i potom. Jak se to stane? Knižka je postavená na skutečných příbězích a tím také děti i rodiče oslovuje – doufáme, že se v ní trochu poznají, při čtení se společně potkají, a k tomu, o čem se zvláště dospělým mluví těžko, jim knížka otevře dveře.

### Bezpečná vazba mezi náhradními rodiči a dítětem - K. Cairns (1ks) - 8h samostudia

- Kvalita interakcí mezi dítětem a jeho rodiči v prvních měsících života do velké míry rozhoduje o tom, jaký bude jeho budoucí život, jaké bude mít vztahy, jak dokáže využít svůj vrozený potenciál i jaký z něj jednou bude rodič. Dítě, které prožilo první týdny či měsíce bez kontaktu s člověkem, který je jen jeho, může trpět řadou problémů. Nedokáže zpracovat svůj strach či vztek, neumí si uvědomit smysluplnost své existence. Nedostatek lásky v raném dětství je nepochybně traumatem. Kniha Kate Cairns vysvětluje základní pojmy, kterými jsou bezpečná vazba, trauma a psychická odolnost, a nabízí strategie, které mohou rodičům a vychovatelům dětí, které byly na začátku svého života opuštěné, pomoci překonat toto počáteční trauma. Lásky a smysl, to jsou témata knihy i životní témata každého z nás. Kniha je určena náhradním rodičům a také sociálním pracovníkům a terapeutům, kteří pracují s pěstouny a adoptivními rodiči.

### Budování citového pouta – D. A. Hughes (1ks) – 8h samostudia

- Přelomová kniha pro jakéhokoli rodiče nebo kohokoli jiného, kdo chce lépe porozumět sobě sama, svým vztahům a životu. O co jde? Každý člověk se rodí s dvěma základními potřebami: potřebou autenticity a potřebou pouta, bez jejichž naplnění není zdravý a šťastný život možný. Čím více může být člověk tím, kým je (autenticita), tím lépe je v kontaktu se svým vnitřním nastavením a svými potřebami. Potřebu pouta či vazby (attachment) má každý druh, který se organizuje do smečky, hejna či stáda. V divočině byl základem přežití, dnes je základem zdravého vývoje člověka a procesu učení. Pochopení těchto souvislostí mění život a zvědomuje klíčové principy rodičovství, dětství a výchovy.

### Co se ti stalo? – B. D. Perry, O. Winfrey (1ks)

- Řekli jste si někdy: „Co jsem to udělal?“ nebo „Proč jsem své chování neudržel na uzdě?“ Ostatní mohli nad vaším chováním uvažovat a říkat si, co je asi tak na vás špatného. Když přemýšlíme o svých pocitech, nemáme daleko k sebeobviňování nebo z toho, co děláme, udělat jakýsi podivný standard. Během hluboce osobních rozhovorů Oprah Winfrey s odborníkem na lidský mozek a trauma Brucem Perrym se otázka: „Co je na tobě špatného?“ proměnila v: „Co

se ti stalo?". Oprah Winfrey otevírá příběhy ze své minulosti, traumatické zkušenosti a nepřízeň osudu, a Bruce Perry nabízí poznatky o traumatu, psychické odolnosti a uzdravení z odborného pohledu. Kniha je plná příběhů, spojují se v ní prožitky známé americké moderátorky s tím, co zažily děti, s nimiž pracoval doktor Perry.

#### **Co, kdy a jak ve výchově dětí – Z. Matějček (1ks) – 6h samostudia**

- Kritické periody vývoje, těhotenství, první chvíle spolu, jak na školáky, pocit méněcennosti, výchova k odpovědnosti, strach a úzkost dětí. Prof. Matějček odpovídá na základní otázku: "Kdy je při výchově pro co vhodná doba a co kdy nepromeškat?" Ve svém výkladu srozumitelně spojuje poznatky dnešní vědy i praktické zkušenosti vlastní i dalších psychologů a pedagogů. Kniha je určena především rodičům, ale i učitelům a vychovatelům a všem, kdo přemýšlejí o výchově a jejich možnostech.

#### **Dary se přece nevracejí – L. Janáková (1ks) – 8h samostudia**

- Rodiny vznikají různým způsobem - tahle se prostě našla. Kniha je nejen o vzniku jedné atypické rodiny, ale také o radostech a úskalích pěstounské péče z pohledu ženy, která se netradičním způsobem stala pěstounkou a opatrovnící dvou starších děvčat.

#### **Dcera padajícího listí – T. Nagy Štolbová (1ks) – 8h samostudia**

- Autorka místy až s brutální upřímností a citovou hloubkou líčí dětství dítěte, které opustila matka, ocitlo se v ústavu a poté v péči adoptivních rodičů. Pohled dítěte, které naráží na zeď nedorozumění, je vyličen velmi sugestivně. Toto rané trauma a život bez mateřské lásky měly dalekosáhlé důsledky na psychiku holčičky a později dospívající dívky v podobě velkého osamění, mentální anorexie, sebepoškozování a sebevražedných tendencí.

#### **Dědeček Měsíc, babička Lampion a malý Bo – P. Winnette (1ks) – 4h samostudia**

- Příběh malého chlapce, který vyrůstá v pěstounské péči a má velké trápení. Jeho maminka bere drogy, má několik tatínek a milovaný bratr je na útěku. Ze všeho mu jde hlava kolem a zdá se mu, že je v tom docela sám. Pomůže mu dědeček Měsíc a babička Lampion? Pomůžou mu jeho náhradní rodiče? Vše se dozvíte v příběhu skoro detektivním a určitě kouzelném. Autorka napsala unikátní knížku na složité téma s hlubokým porozuměním pro děti a jejich touhu po rodičích a šťastné rodině. Příběh je určený dětem a jejich rodičům nebo náhradním rodičům. Mohou si knížku číst sami nebo spolu a mohou si o ní povídat.

#### **Děti, které se rodí v srdci - M. Striová (1ks) – 6h samostudia**

- Příběh adoptivní a pěstounské maminky. Knížka vypráví o dětech, které se narodily v srdci svých náhradních rodičů, které si do života přinesly různé problémy a genetickou zátěž. Život s nimi nebyl a není procházkou růžovým sadem a knížka popisuje „jiné“ rodičovství s otevřeností a zároveň v sobě nese naději pro všechny, kdo by rádi dítě osvojili nebo přijali do pěstounské péče a

bojí se, zda to zvládnou. Kniha je retrospektivou, ohlédnutím za dvěma desítkami let rodinného života rodičů a jejich adoptivních dětí a dětí, které rodina přijala do pěstounské péče. Manželé Striovi postupně přijali do své rodiny osm dětí. Kniha osloví zájemce o skutečné příběhy pěstounských a adoptivních rodin.

#### **Dítě je dítě – B. Weningerová (2ks) – 2h samostudia**

- Poté, co se po tatínkovi Žabákovi a mamince Žabákové slehla zem, dvě jejich malé žabičky zůstaly opuštěné. Paní Kosová, pan Krtek a pan Ježek by jim rádi pomohli, ale žádný z nich neví jak. Pak se ale objeví maminka Myšková a rozhodne se o žabičky postarat se slovy: "Dítě je dítě. A všechny děti potřebují střechu nad hlavou, místo na hraní, dobré jídlo a někoho, kdo je má rád!" Všichni společně se malé žabičky postarají.

#### **Dilemata náhradní výchovy – A. Škoviera (1ks) – 8h samostudia**

- Téma opuštěných dětí a jejich přijímání do náhradních rodin je předmětem zájmu široké veřejnosti i státních orgánů. V souvislosti s touto problematikou se objevuje řada otázek, na které často nelze jednoznačně odpovědět. Je pro dítě lepší "špatná" rodina, nebo "dobrá" výchovná instituce? Podle kterých kritérií vybírat rodiče pro konkrétní dítě? Jaká by měla být náhradní péče pro děti s postižením? Jsou lepší státní, či nestátní instituce náhradní péče? Jaký typ dětského domova je nejlepší? Kam by měly být umísťovány děti s vážnými poruchami chování? Ve dvanácti kapitolách knihy, z nichž každá řeší jedno dilema, nalezneme podrobný rozbor různých rodinných a výchovných situací. Autor probírá argumenty z obou stran, uvádí zajímavá výzkumná zjištění a příběhy z vlastní praxe.

#### **Dítě traumatizované v blízkých vztazích – O. Matoušek (1ks) – 8h samostudia**

- Cílem publikace je seznámit čtenáře s traumatem u dětí, které způsobila pečující osoba, a popsat způsoby podpory, resp. léčby traumatizovaného dítěte.

#### **Dítě na zabití – P. Štípek (1ks) – 8h samostudia**

- Příručka pro rodiče dětí a dospívajících s problémovým chováním Děti, o nichž kniha pojednává, chodí většinou na druhý stupeň základní školy. Jsou hyperaktivní (neposedné), nepozorné a zlobivé. Takové děti většinou nevydrží chvíli v klidu, vrtí se, pozorují vše kolem, vypadá to, že nás ani neposlouchají a nevnímají, neustále si s něčím hrají, houpají nohama, vyrušují, nedokončují, co začaly, jsou hlučné, náladové, vznětlivé, vzdorovité, vždy v opozici, nepořádné, roztržité. Kniha může sloužit jako průvodce na cestě porozumění rodinným vztahům a pomoci dítěti. Je určena především rodičům, kteří se chtějí dozvědět, co dělat, kde hledat odborníka, případně co a jakým způsobem mohou sami změnit. Kniha je orientována specificky jako příručka, snaží se být jednoduchá, srozumitelná, návodná. Vychází z předpokladů a z principů rodinné terapie, že cokoli se děje jednomu členu rodiny, děje se rodině celé. Je oživena mnohými terapeutickými příběhy z autorovy terapeutické praxe.

### **Dítě v nové rodině – K. B. Purvis (1ks) – 8h samostudia**

- Ústřední postavou publikace je adoptované dítě v nové - náhradní rodině. Kniha poskytuje praktické rady jak rodičům, kteří se rozhodli poskytnout dítěti nový domov, tak profesionálním pracovníkům, kteří jim v této péči pomáhají. Uvádí i konkrétní případy, na kterých jsou demonstrovány teoretické poznatky v praxi. Čtenář tak dostane rady, jak se chovat v případě dítěte z odlišné kultury, komunity, ze zahraničí, z problémového prostředí, se zvláštním chováním nebo s odlišnými či zvláštními emočními potřebami.

### **Dobry pěstoun (Asociace poskytovatelů sociálních služeb) (1ks) – 8h samostudia**

- Kniha se věnuje problematice pěstounství z mnoha úhlů pohledu. Přináší ucelený souhrn nejen z oblasti pěstounství, ale i oblastí souvisejících (mediace, rodinná terapie, komunikace, traumata, závislostní chování apod.). Zahrnuje aktuální legislativu, reaguje na potřeby pěstounů i doprovázejících organizací. Hledá rovněž řešení problémových situací vyvolávajících etická dilemata a uvádí také kazuistiky a praktické ukázky řešení konkrétních situací.

### **Domov je místo, odkud tě nevyhodí – D. Zezulková (1ks) – 6h samostudia**

- Autorka, lékařka a pěstounka, připravila ke druhému vydání pokračování životů svých přijatých i biologických dětí. S neuvěřitelnou pokorou a laskavostí se rozhodla spolu s dětmi zveřejnit jejich osudy až do dospělosti, protože jejím přesvědčením je, že děti patří domů. Kniha vypráví o Dospívání dětí – o období, které bývá nejtěžší kapitolou celého rodičovství. Jak proběhla puberta, jak děti dnes žijí, jak se odvíjejí jejich osudy? Tím, že autorka popisuje 15 let běhu života své rodiny, od přijetí prvních dětí, po jejich dospělost, poskytuje cenný a nezkraslený pohled na problematiku dětí žijící v dětských domovech a náhradních rodinách. Autorka svými texty ovlivnila i celou řadu jiných osudů – těch, kteří o náhradním rodičovství přemýšleli, ale i těch, kterých se téma adopcce, pěstounská péče, hostitelská péče jakkoli dotýká.

### **Duhové příběhy – T. Horká (1ks) – 6h samostudia**

- Kniha prostřednictvím příběhů otevírá různé pohledy na problematiku náhradní rodiny. Autorka se nechala inspirovat skutečným životem dětí v pěstounské péči. Příběhy pěstounů, kteří se na tuto klikatou cestu vydali. Kniha zachycuje také život biologických dětí pěstounů a jejich konfrontaci s jejich novým sourozencem.

### **Ginny napořád – B. Ludwig (1ks) – 8h samostuidia**

- Odzbrojující román o autistické dívce, která si se světem nerozumí, přestože se o to snaží celým svým srdcem. Ginny je třináct a bydlí v pěstounské rodině. K snídani musí mít přesně devět kuliček hroznového vína, všechno chápe doslovně a zbožňuje seznamy. Na předním místě jejího nejdůležitějšího seznamu stojí: Utéct zpátky k mámě a postarat se o panenku. Její odhodlání a strach, že se panence, kterou před čtyřmi lety nechala v kufru pod postelí, něco

zlého stalo, ji pohání napřed s urputností, která je zprvu nepochopitelná a posléze fascinující.

### **Hejno bílých vran aneb Tvoje volba – G. Křivánková a spol. (1ks) – 3h samostudia**

- Kniha mapuje životní osudy lidí, kteří prošli dětským domovem a pěstounskou péčí a následně v životě uspěli.

### **Holka, kterou nechtěli – T. L. Hayden (1ks) – 8h samostudia**

- Jessie je holka, kterou nechtěli. Holka s dramatickým osudem, který se nakonec povede proměnit, i když to je za cenu náročné práce lidí kolem ní a také samotné Jessie. Torey Hayden v knize popisuje složité úsilí o získání důvěry malé holčičky, která už se bojí k někomu přilnout. Jessie neuvěřitelně lže, její lhaní je až patologické a slouží jí jako adaptační mechanismus. Alespoň někdy je za hrdinku, i když si to vybájí, a lži jí mají sloužit k tomu, aby ji někdo bral vážně. Díky vytrvalé terapeutické práci se jí ale podaří tuhle „ochranu“ postupně opustit a stát se tím, čím doopravdy je – malou, citlivou holkou.

### **Holka ze sekáče – T. Kratochvílová (1ks) – 8h samostudia**

- Nejsem žádná holka, která prodává oblečení v second handu. Jsem holka, kterou vlastní mamka nechala napospas v porodnici. Rozhodla jsem se vyprávět svůj příběh o tom, jaký to je být adoptovaným dítětem, teenagerem bez biologických rodičů a dospělým, co se s tím vším musí nějak vyrovnat. Píšu o hledání vlastní identity a kořenů. Odkrývám překerní situace, s nimiž se adoptovaní setkávají. Jsem sice holka z druhé ruky, ale taky originál a strůjce vlastního života.

### **Instamozek (Stres, deprese a úzkosti zapříčiněné moderní dobou – A. Hansen (1ks) – 8h samostudia**

- Máte potíže s usínáním? Dokážete se delší dobu soustředit jen s obtížemi? Toužíte po dokonalém životě celebrit ze sociálních sítí? Kniha renomovaného švédského psychiatra se zabývá dopadem „digitálního věku“ na fungování našeho mozku. Stres, který zažíváme dnes, není stejný jako u našich předků. Jak se s ním vypořádat, když nás mobilní telefony zásobují dopaminem, a podporují tak vytváření závislosti? Navíc narušují naši schopnost soustředění už jen tím, že se nacházejí v naší blízkosti, ani je nemusíme používat. Když si je s sebou bereme do postele, ovlivňuje to kvalitu našeho spánku, a neustálé porovnávání s ostatními na sociálních sítích nám také na klidu nepřidá. U dětí už byla zaznamenána nejdrastičtější behaviorální změna všech dob a není zdaleka jasné, jak používání mobilních telefonů a čtení elektronických materiálů do budoucna ovlivní naši schopnost učení. Nemluvě o prohlubujícím se pocitu sociální izolace. Autor nabízí „první pomoc“ v podobě tipů, jak významně změnit životní styl ve svůj prospěch, uvádí nejnovější poznatky výzkumníků této oblasti a v závěru se zabývá úvahami o tom, zda se náš mozek dokáže na změněné podmínky adaptovat. Anders Hansen je švédský psychiatr a autor velmi populárních knih o mozku.

### **Jak mluvit, aby nás děti poslouchaly – A. Faber (1ks) – 8h samostudia**

- Vynikající pomůcka pro komunikaci rodičů s dětmi vycházející z praxe zkušených autorek, nyní v rozšířeném vydání, obohaceném o zkušenosti již dospělé dcery jedné z autorek. Kniha poskytuje návody krok za krokem ke zlepšení a posílení vzájemných vztahů v rodině, porozumění mezi rodiči a dětmi. Vhodnou pomůckou jsou kreslené ukázkové situace s doporučeným průběhem dialogu.

### **Jak mluvit, aby nás teenageři poslouchali – A. Faber (1ks) – 8h samostudia**

- Názorný, srozumitelný a velmi čtivý návod jak vycházet s teenagery. Název přesně vystihuje obsah knihy. Ukázkové dialogy a situace řeší jak s teenagery mluvit, aby slova dospělých brali vážně, a poskytují rady jak teenagerům naslouchat, aby v dospělých viděli partnera, nikoliv nepřítel.

### **Jak naučit děti pravidlům – A. Kast-Zahn (1ks) – 8h samostudia**

- Děti potřebují, aby jim rodiče určili hranice. Ale jak takové výchovné hranice stanovit a jak děti naučit, aby dodržovaly určená pravidla? V knize naleznete: Proč děti pravidla potřebují a proč nemohou „růst jako dříví v lese“. Doporučená a věku přiměřená pravidla, která jsou již děti schopny akceptovat. Jak pravidla nastolit a jak je dětem sdělit, aby jejich účinek byl co největší. Proč se děti někdy chovají nevhodně a proč dělají „naschvály“. Dodávat dítěti sebevědomí, jak děti chválit a odměňovat, jak v nich podpořit to nejlepší. Kde se dopouštějí rodiče nejčastěji výchovných chyb a jak to napravit. Proč je důležité být ve výchově důsledným, a kam vede nedůslednost. Pomocné pohádkové příběhy, které vašemu dítěti pomohou zvládnout některý z problémů (např. jak se zbavit dudlíku).

### **Jak si lidé hrají – E. Berne (1ks) – 8h samostudia**

- My všichni bez přestání hrajeme hry – sexuální hry se zástupci druhého pohlaví, manželské hry s našimi partnery, mocenské hry s našimi šéfy, soutěživé hry s našimi přáteli... Berne nás nechává porozumět tajným trikům a nevědomým manévřům, které jsou součástí našich důvěrných vztahů. Po přečtení knihy se všichni v nějaké hře poznáme a poznáme i naše partnery, rodiče, kolegy. Některé věci se změnilo, tak jako doba, ale některé se nemění. Proto zůstává tato kniha i po letech stále aktuální a přínosná pro pochopení vztahů mezi lidmi a chování vlastní i ostatních.

### **Jak zacházet s dětským strachem – L. Cohen (1ks) – 8h samostudia**

- Ve své knize nabízí autor rodičům řadu praktických postupů a cvičení, které vedou k uvolnění vnitřního napětí dítěte, k rozvoji jeho sebedůvěry, k prohloubení vztahu mezi dětmi a rodiči, ke zlepšení jejich vzájemné komunikace a v důsledku toho ke snížení hladiny úzkosti. Sází při tom na empatii, hravost a fantazii dětí.



### **Jeho královská maličkost – S. Lloyd-Jones (1ks) – 3h samostudia**

- Byla nebyla jedna šťastná rodina. Až do jednoho strašlivého, neblahého dne, kdy se narodil nový vládce... Zábavný příběh o strastech malého děvčátka, které musí čelit ústrkům od novorozeného bratříčka, doplňují velkoformátové ilustrace. Princezna Mariánka, nejkrásnější a nejhodnější děvče na světě, žije šťastně se svou maminkou, tatínkem a pískomilem. Ale jen do chvíle, než do rodiny přibude Jeho královská výsost, novorozený syn. Je to smraďoch. Je to křikloun. A v celém království se nemluví o nikom jiném. Zažil někdy někdo tak zlotřilého vládce?

### **Kniha pocitů – E. Stará, M. Starý, J. Draberová (1ks) – 6h samostudia**

- KNIHA POCITŮ je určena dětem od osmi let bez ohledu na to, jestli jsou na své pocity odborníci, nebo jim spíš nerozumí a snadno se v nich ztrácí. Ve třinácti kapitolách budou moct prozkoumat klid, překvapení, radost a štěstí, smutek, strach, odvalu, stud, hněv, závist a žárlivost, znechucení, nudu, zájem a lásku. S těmito pocity se v knize seznámí prostřednictvím pětice kamarádů. Každý je jiný, a i proto odlišně prožívají situace, ve kterých se ocitají. Čtenáři s nimi porovnají své zkušenosti, připomenou si, kdy se cítili podobně. Dočtou se, za jakých okolností pocit vnímáme, k čemu nám je, jak ho fyzicky cítíme v těle a co s ním ještě souvisí. Zároveň zde najdou tipy, jak s pocitem pracovat, přijmout ho, poučit se z něj. Není ovšem snadné své pocity popsat, svěřit se s nimi, povídat si o nich. KNIHA POCITŮ pomůže dětem začít. Proto je vítané přizvat ke čtení sourozence, rodiče nebo třeba kamaráda. Stejně tak můžou knihu využít pedagogové, psychologové a další odborníci, kteří pracují s dětmi na rozvoji psychosociálních dovedností, ať už individuálně nebo ve skupině.

### **Krtkův černobílý svět – T. Šedivá (1ks) – 2h samostudia**

- V černočerném doupěti pod zemí bydlel Krtěk. Žil sám. Všude kolem bylo jen vlhko a tma. Nic jiného neznal. Až jednou se doslechne o báječném světě barev.. Okouzlivý příběh a ilustrace Terezy Šedivé jsou plné touhy, naděje, radosti a hledání světla v temnotě. Zkrátka někdy stačí jen sebrat trochu odvahy a vykročit neznámou cestou.

### **Léčba traumatu – P. A. Levine (1ks) – 6h samostudia**

- Vědecké studie ukazují, že lidé, kteří přežili nehody, přírodní katastrofy nebo traumata v dětství, často trpí dlouhodobými příznaky od úzkostí a depresí přes nevysvětlitelné bolesti a únavu po různé druhy onemocnění a psychického „odehrávání“. Terapeuti a klienti jak na poli bodyworku, tak v oblasti psychoterapie, se dnes stále častěji obracejí k somatickému prožívání, revoluční metodě Petera A. Levina, která jim umožňuje tyto výzvy překonat. Kniha Léčba traumatu je „návodem k použití“ teorie, kterou Dr. Levine poprvé představil ve svém celosvětově proslulém díle Probouzení tygra. Dozvíte se, jak můžete díky rozvoji vědomí vlastního těla „znovuvyjednat“ svá traumata tím, že je nahlédnete, nikoli tím, že je znovu prožijete. Osvojíte si základy „první pomoci“ pro případy nouze a na příkladech ze světa zvířat odhalíte fyziologické kořeny svých emocí. „Trauma je nevyhnutelným životním faktem,“ konstatuje Dr. Levine, „nemusí být ale doživotním trestem.“ Tento praktický manuál vás naučí

základům sebeléčebné metody, která sleduje příznaky traumatu až k jejich skrytému zdroji v těle a vrací tak lidem jejich ztracenou přirozenost.

### **Máma pro Papíka – K. Kasza (2ks) – 2h samostudia**

- Malý papoušek Papík nemá maminku, a tak se jí vydává hledat. Na své cestě potkává paní Žirafovou, paní Tučňákovou a paní Mrožovou. Žádná z nich se mu ale nepodobá dost na to, aby mohla být jeho maminkou. Jenže potom Papík natrefí na paní Medvěďovou a ta se na problém podívá úplně jinak. Kniha, která byla původně napsána pro všechny 2 až 5leté adoptované či osvojené děti, odpovídá na zásadní otázku, kterou si může položit každé – vlastní i nevlastní – dítě: „Podle čeho poznám opravdovou maminku?“

### **Maminek není nikdy dost – P. Suchánková (1ks) – 8h samostudia**

- Tato knížka umožňuje nahlédnout pod pokličku života s dítětem v pěstounské péči. Vypráví o radostech i trápeních jedné pěstounské rodiny během deseti let od přijetí holčičky Kristýnky z dětského domova do doby, kdy dorůstá v mladou slečnu. Ze své osobní zkušenosti popisuje autorka vztah, který určitě není bezproblémový, ale naplňuje život láskou a štěstím. První část je „časosběrným dokumentem“ líčícím rozhodnutí ujmout se opuštěného dítěte, přípravnou fází včetně psychologického posuzování a pak i sžívání se holčičky s novou rodinou, včetně řady nevšedních situací, které to s sebou nese. Druhá část je deníkem jednoho covidového roku, který zastihuje Kristýnku už jako teenagerku. Knížka je určena nejen těm, kdo přímo zvažují možnost stát se pěstouny (najdou v ní i praktické informace o postupu přidělení dítěte a následných zdrojích rady a pomoci), ale i všem, koho tato tematika jakkoli zajímá, a vůbec všem, kdo mají rádi děti.

### **Manuál hravého rodiče – A. Hlásková (1ks) – 6h samostudia**

- Chtěli byste, aby vaše dítě zvládalo běžné činnosti bez odmlouvání a vztekání? Unavuje vás, že své dítě neustále usměřňujete a ono stejně neposlouchá? Co to zkusit jinak: s menší námahou a lepším výsledkem! V knížce najdete 200 konkrétních tipů pro rodiče, prarodiče, tety, strejdy, chůvy nebo pedagogy, jak pomocí drobných hravých nápadů děti jdou ochotně spinkat, mýt se nebo na procházku. Knížka je řazená podle témat, která rodiče nebo vychovatelé potřebují s dětmi zvládnout.

### **Mé dítě má ADHD – A. Thompson (1ks) – 8h samostudia**

- Mé dítě má ADHD je upřímné a velmi dojemné osobní vylíčení zkušenosti matky, jejíž dítě má ADHD. Pro Alison Thompson byl život s jejím synem Danielem nekončící přívalem neposlušnosti, odmlouvání, drzosti, nadávek a agresivity. V tomto statečném vyprávění o prvních osmnácti letech jeho života autorka odhaluje své obavy, pochybnosti i mimořádnou kuráž, kterou prokázala prakticky ve všem, čím si musela projít. Alison Thompson napsala knihu, kterou uvítá každý rodič, jenž se snaží porozumět svému dítěti s ADHD a tomu, jak mu nejlépe pomoci. Je to informacemi dobře podložený a srozumitelně napsaný průvodce plný praktických tipů pro rodiče i profesionály – zvláště pak učitele.



### **Medvídek Mojko – P. Pávková, M. Oujeská (2ks) – 2h samostudia**

- Příběh medvídka, který nemohl zůstat u své mamky medvědice a přes dočasný pobyt u zaječice se dostal do trvalé péče veverek. Medvídek Mojko skvěle slouží náhradním rodičům k hovoření o příběhu dětí, hodí se jak pro děti adoptované, tak pěstounské. V příběhu naleznete spoustu paralel, i kdyby jejich příběh nebyl úplně totožný jako měl Mojko.

### **Náhradní rodinná péče v praxi – J. Kovařík a kol. (1ks) – 6h samostudia**

- Sborník je určen pěstounům, osvojitelům a všem, kteří se problematikou náhradní rodinné péče zabývají. Nejde o texty teoretické, ale užitečnou a praktickou pomůcku pro řešení každodenních problémů života náhradní rodiny, kde mohou najít odpovědi na nejčastější otázky, které si náhradní rodiče kladou.

### **Neboj, neboj! – M. Rezková, L. Urbánek, J. Kaše (1ks) – 6h samostudia**

- NEBOJ, NEBOJ! je kniha o strachu pro malé strašpytle i velké nebojsoy. Čti ji od začátku, od konce či zprostředka. Na pořadí nezáleží a strach k životu prostě patří. Dokonce i máma s tátou se občas bojí! Napadlo tě někdy, že strachu není třeba se bát? Víš, co se děje s mozkem, když dostaneš strach? Proč se říká „Pokakal se strachy“? Existují lidé, kteří se nikdy nebojí? Dá se strach zneužít? A víš, že slon má strach z mravence a žralok z delfína? Nahlédni na strach z různých úhlů. Představ si ho jako úzkost, paniku, fobii, ale také jako odvalu. K ruce je ti chlapec Jirka, který se strachem prožívá plno dobrodružství. Dokáže tě rozesmát na celou stránku, tomu věř. Kdo se bojí, ten do lesa klidně může. Ale půjde se líp tomu, kdo si obavy dokáže přiznat, pojmenovat je a pochopit. To všechno a milionkrát víc se dozvíš uvnitř! Tak strachu zdar!... A neboj, neboj.

### **Nebud' p\*ča aneb jak (ne)pracovat s dětmi – T. Morávek (1ks) – 6h samostudia**

- Toto je kniha o dětech žijících v ústavní péči – o dobré práci s nimi i o špatné práci s nimi, o jejich příbězích, o rozhodnutích dospělých i o možných lepších volbách. Čtenář zde nalezne anonymizované, ale reálné příběhy dětí, základní teoretické (odborné) minimum i přímé citace samotných dětských hrdinů. Takové, které mohou inspirovat, anebo třeba někomu pomohou otevřít oči a uvědomit si, že i ten „zlý rozmazlený spratek“ má pro své špatné chování důvody. Že to může být výkřik nesouhlasu, odporu a zhnusení některými lidmi, s nimiž se dítě setkalo. Stejně tak kniha vyjadřuje hluboký obdiv a poděkování některým lidem, kteří v této sféře pracují. Kniha je upřímná a surová – pojmenovává věci a situace reálnými slovy s reálnými pocity, nehledá ani líbivé fráze, ani korektně přijatelné opisy. A přestože je název knihy vulgární (a čtenář po přečtení několika stránek brzy pochopí proč), není kniha nijak podbízivě senzační, ale naopak pevně zakotvená v terénní praxi i odborném psychologickém, psychoterapeutickém a pedagogickém zázemí.

### **Neklidné dítě – J. Prekopová, Ch. Schweizerová (1ks) – 8h samostudia**

- Dvě třetiny českých rodičů se domnívají, že jejich děti jsou výrazně neklidnější a nesoustředěnější než děti ostatní. Někdy to není jen subjektivní pocit plynoucí ze snížené tolerance přirozeného dětského temperamentu. Některé děti svou zvýšenou dráždivostí, neposedností a rozjívěností dovádějí k zoufalství rodiče, učitele, vychovatele i lidi, k nimž nemají žádný vztah. Neklid se u nich stává vývojovou poruchou, kterou je třeba brát vážně. Kniha vysvětluje příčiny hyperaktivity vrozené i získané, přináší poznatky z oblasti neurofyzologie i sociologie a seznamuje s možnostmi nápravy-terapie. Nabízí podporu a rady rodičům neklidných dětí, doporučení učitelkám v mateřských školách a pedagogům ZŠ.

### **Němé zpovědi – P. A. Levine (1ks) – 10h samostudia**

- Tato kniha je vyvrcholením autorovi celoživotní práce. Peter A. Levine objasňuje podstatu transformace traumatu v těle, mysli a psychice. Čerpá při tom z bohatých zkušeností z klinické praxe, komparativních studií mozku, vlastního bádání v oblasti stresu a pečlivého pozorování zvířecího světa. Kniha Němé zpovědi vychází z myšlenky, že trauma není ani onemocnění, ani porucha, nýbrž zranění způsobené pocitem děsu, bezmoci a ztráty, zranění, které je možné zhojit, zapojíme-li naši vrozenou schopnost samoregulace silně vybuzených a emocionálních stavů. Kniha, která navíc poskytuje i přehledný teoretický rámec, elegantně mísí nejnovější poznatky z biologie, neurovědy a bodyterapií, aby dokázala, že když v sobě propojíme zvířecí instinkt a rozum, můžeme se stát celistvějšími lidskými bytostmi.

### **Nenásilná komunikace, řeč života – M. B. Rosenberg (1ks) – 8h samostudia**

- Řada lidí v naší společnosti byla vychovávána k posuzování, soutěživosti, kladení požadavků a komunikaci s lidmi v termínech, co je „správné“ a co „špatné“. Komunikace v tomto smyslu často vede k nedorozuměním a přerušení spojení. Nenásilná komunikace představuje nejen určitou metodu, ale ucelený pohled na svět. Je založena na naslouchání sobě i partnerovi a ochotě vnímat potřeby a pocity sebe samého i toho druhého. Tak napomáhá k řešení konfliktů a názorových rozdílů a rozvíjí vztahy založené na vzájemné úctě, vcítění a spolupráci.

### **Nervy – R. Telgemeier (1ks) – 6h samostudia**

- Jídlo nás všechny spojuje, ale co když má člověk z jídla strach a bojí se, že mu některé potraviny nedělají dobře? Právě tím si puberťačka Raina prochází, spolužáci si přitom libují v nechutnostech a největší událostí je, když ve škole řadí střevní chřipka. Rainu ale její žaludeční potíže neopouští, do toho má spoustu starostí s dospíváním, školními povinnostmi a udržováním kamarádů. Co se to děje? Celosvětově nejčtenější autorka komiksu vypráví empatický příběh podle skutečných událostí. Ukazuje, že není ostuda, když si člověk chce o své úzkosti s někým popovídat. Naopak - první krok k překonání našich obav uděláme, když se někomu svěříme.

### **O chlapci, který si kolem sebe postavil zeď – A. Redfordová, K. Simpsonová (2ks) – 2h samostudia**

- Obrázková knížka ukazuje pomocí jednoduché metafory, jak se děti, jež v minulosti prožily bolestivé nebo traumatické zážitky, mohou uzavřít před okolním světem.

### **O smrti smrtoucí – P. Stalfelt (1ks) – 2h samostudia**

- Švédská spisovatelka píše pro děti o tom, že život je konečný a lidé časem umírají. Těžké téma je zobrazeno překvapivě svižně a s milým humorem, zároveň i s něhou a důstojností. Kniha je plna kouzelných obrázků a nebude děti lekat ani strašit. Je určena čtenářům přibližně od 5 do 12 let a také jejich rodičům, prarodičům a vychovatelům jako branka, která dětem otevře nelehké téma smrti.

### **O ztraceném dítěti a cestě do bezpečí – P. Vrtbovská (1ks) – 6h samostudia**

- Kniha věnovaná attachmentu, poruchám citového pouta a vztahů mezi dítětem a rodičem a léčení. Je první takto zaměřenou a specializovanou knihou, která vychází v českém jazyce. Zejména je potřebná pro odbornou veřejnost, která se zabývá péčí o děti s raným traumatem, zkušeností s ústavní péčí a životem v zanedbávající či týrající rodině. Velmi užitečnou ji shledají náhradní rodiče.

### **Prevence traumatu u dětí – P. A. Levine (1ks) – 8h samostudia**

- Je zarážející, kolik dětí je úzkostlivých, depresivních, hyperaktivních a odtažitých – a je jich stále víc! Milióny dětí byly šikanovány, zažily násilí nebo zneužití. Mnoho dalších dětí bylo traumatizováno v důsledku „obyčejnějších“ událostí, jako jsou děsivé lékařské zákroky, nehody, ztráta či rozvod. Kniha Prevence traumatu u dětí pomáhá rodičům, kteří chtějí pomoci svým ustaraným a utrápeným dětem. Nabízí jednoduché, avšak velmi mocné nástroje, které děti chrání před nebezpečím a pomáhají jim, jak se znovu navrátit k rovnováze poté, co zažily strach a pocit přehlcení. Děti nemusejí být pasivní kořisti predátorů či nevinými oběťmi životních událostí.

### **Probouzená tygra – P. A. Levine (1ks) – 8h samostudia**

- Kniha srozumitelně popisuje symptomy traumatu a kroky, které je třeba podniknout k jejich léčení. Trauma často vzniká následkem zdánlivě běžných zážitků a zkušeností. Kniha je průvodcem, který nás zavede do světa téměř nepostřehnutelných, ale velmi mocných impulsů, jež řídí naše reakce na zdrcující životní události. Najdeme zde řadu cvičení, která nám pomohou zaměřit se na tělesné vjemy. Budeme-li těmto vjemům věnovat více pozornosti, můžeme trauma léčit.

### **Přehlížená holka – T. L. Hayden (1ks) – 8h samostudia**

- Eloise je energická a zajímavá dívka, která do Toryina života vstoupí poněkud nečekaně. Má za sebou řadu náročných životních peripetií, na dvanáctileté děvče toho prožila opravdu hodně. Zvládat různá zklamání a traumata jí

pomáhá její bohatý vnitřní život, imaginární svět, který je jí útočištěm i pastí. Prostředí, ze kterého Eloise pochází, je plné různých sociálních patologií. Otec závislý na drogách skončí ve vězení, laxní matka, které je osud jejích dětí naprosto lhostejný, matčin přítel, jemuž násilí na dětech není cizí. Eloise se ocitne v kolotoči pěstounské péče a snaží se zvládat věci po svém, což ale nedopadne vždycky tak, jak by chtěla. Navíc se u ní vzhledem k pohnutému osudu rozvinou poruchy chování. I když se ale zdá, že Eloise se už ze svého vzorce chování nevymaní, objeví se životní šance. Otec opustil drogy, našel si mladou přítelkyni a má s ní chlapečka. A chtěl by, aby poznal svou starší sestru. Eloise tedy odejde k němu, a i když ani poté není život tak jednoduchý, jak by si možná přála, povede se jí navázat úžasný vztah k malému bratrovi i k partnerce svého otce. Dospěje a postaví se na vlastní nohy, potvrzuje to, že „nikdy není pozdě na šťastné dětství“.

#### **Předávání dítěte z pěstounské péče na přechodnou dobu do následné péče – P. Míchal, A. Sleničková (1ks) – 8h samostudia**

- Kniha je určena všem přechodným pěstounským rodinám a náhradním rodičům, kteří přebírají dítě z přechodné pěstounské péče. Dále je určena pracovním a pracovníkům orgánů sociálně-právní ochrany dětí, doprovázejících organizací, lektorům příprav náhradních rodičů, psychologům a dalším odborníkům, kteří se účastní nastavování předávacího procesu. Kniha přináší vysvětlení širokého kontextu nastavení předávacího procesu, nastínění možných bezpečných postupů i praktických tipů, a to s respektem k potřebám svěřeného dítěte, možnostem předávající a přebírající rodiny a k právnímu nastavení soudních procesů a lhůt.

#### **Příhody kostlivce Johana – T. Laan (1ks) – 4h samostudia**

- Johan je vysloužilá anatomická kostra. Teď bydlí u dědy a stařenky na venkově. Má tam důležité úkoly: lekat nezvané hosty a odhánět strašidla zpod postelí, sáňkovat s vnoučaty, postavit sněžnou opici, chovat kočku na klíně – a jednou, až děda umře, dělat mu v rakvi společnost. To tedy bude překvapení pro archeology! Kniha pro děti o smrti.

#### **Pod vlivem Jupiteru – G. D. Schmitd (1ks) – 6h samostudia**

- Je mu čtrnáct let a hledá svou dceru... Joseph toho má na svůj věk poměrně dost za sebou. Říká se o něm, že byl ve vězení pro mladistvé za pokus o zabití učitele. Má násilnického otce, a také má dceru. Jmenuje se Jupiter a narodila se, když mu bylo třináct. Nikdy ji neviděl a i přesto ji miluje a touží se s ní setkat. A udělá proto cokoli. Klidně znovu poruší všechna pravidla... Když přijde do pěstounské rodiny, jeho do té doby pochmurný život začne měnit své temné kontury. Nová rodina poznává Josephovu kladnou stránku, vnímá to, co ostatní nikdy neviděli. Ale bude stát za ním i ve chvíli, kdy plánuje udělat něco, co zákony nedovolují?

#### **Poruchy vztahové vazby – K. H. Brisch (1ks) – 8h samostudia**

- Vztahová vazba (attachment) je vrozený systém fungování mozku, díky němuž dítě přirozeně vyhledává blízkost, nejčastěji matky (otce nebo jiné náhradní

osoby). Bezpečná vztahová vazba dítěti umožňuje s blízkými komunikovat a zvyšuje se tím jeho šance na přežití. Jestliže dítě nemá příležitost navázat vztah blízkosti nebo je tato potřeba narušena (např. separací či patologickým chováním rodiče), může tato zkušenost vést k řadě psychologických, behaviorálních a psychosomatických problémů, které se objevují v průběhu života. Autor nejprve podrobně osvětluje teorii vztahové vazby. V dalších kapitolách podává teoretický úvod do problematiky terapie. Stěžejní část publikace ilustruje na jednotlivých případových studiích, jak aplikovat teorii attachmentu při vyšetření a psychoterapii pacientů všech věkových kategorií.

#### **Pomoc dětské duši – A. Večeřová Procházková (1ks) -**

- Ordinance dětských psychologů a psychiatrů jsou přeplněné k prasknutí. Co se to s dětmi děje? Místo, aby si užívaly nejhezčí životní období, trpí úzkostmi či depresemi... a roky pandemie situaci rozhodně nezlepšily. Psychiatrička Alena Večeřová Procházková na základě své profesní i rodičovské praxe vysvětluje příčiny potíží a nabízí jasná východiska. Dětská psychika je nesmírně křehká – a pochopit její mechanismy je prvním krokem k prevenci i řešení problémů.

#### **Psychický vývoj dítěte v NRP – M. Vágnerová (1ks) – 8h samostudia**

- Text se zabývá problematikou náhradní rodinné péče z pohledu rodičů i dětí. První část je věnována postojům dospělých lidí k rodičovství, druhá část popisuje průběh jednotlivých fází psychického vývoje a jejich možné ovlivnění rodiči.

#### **(Re)design rodiny pro 21. století – A. Hlásková (1ks) – 6h samostudia**

- Účinná řešení pro nejčastější situace, které vás s dětmi čekají od miminek až po jejich samostatnost. Ověřeno rodinou, kterou prošlo 30 dětí v různých životních situacích a zdůvodněno současnými poznatky o fungování mozku.

#### **Rozbitá – C. Glass (1ks) – 8h samostudia**

- Jodie patří mezi děti, které jejich rodina zneužívá a zanedbává. Brutální sexuální zneužití, nedostatečná péče a bezohlednost k potřebám malé Jodie vedly k tomu, že úřady tuto osmiletou dívku odebraly rodičům a hledaly pro ni náhradní rodinu. Příběh začíná ve chvíli, kdy se po čtyřech měsících náhradní péče Jodie ocitne ve své páté pěstounské rodině. Péče o Jodie není „procházkou růžovou zahradou“ a její pěstounka nenajde zázračné řešení, které by dokázalo spravit Jodiin rozbitý život. Dokáže ale prolomit její nedůvěru k dospělým a ukázat jí i to, že když ji má někdo rád, nemusí to dávat najevo sexuálním chováním. Kniha představuje náročný úkol pěstounů a adoptivních rodičů, kteří někdy dostanou do péče dítě, které se i přes jejich nejlepší snahy nedokáže vymanit z toho, co prožilo, a následky týrání či vážného zanedbávání si nese po celý život.

### **Rozbouřený mozek dospívání, teenageri a jejich výchova – D. J. Siegel (1ks) – 8h samostudia**

- Puberta dává často zabrat dospívajícím dětem i jejich rodičům. Daniel J. Siegel, zakladatel oboru interpersonální neurobiologie, přichází ve své další knize s novým pohledem na toto „nesnesitelné“ období, v němž nejednou dochází k vzájemným nedorozuměním. Nepovažuje dospívání za problém, který je potřeba vyřešit, ani za náročnou vývojovou fázi, kterou je nutné přetrpět. Vysvětluje, že dospívání je obdobím nesmírné kreativity a mnoha možností. Na základě nejnovějších poznatků o mozku a jeho vývoji nabízí rodičům i „puberťákům“ účinné nástroje pro rozvoj osobnosti a individuálních schopností, pro celkové zklidnění a soustředění a také pro lepší pochopení sebe samých i svého okolí. Tento návod, jak zachovat dobré vztahy mezi rodiči a dětmi a žít i nadále spokojeným životem, nepochybně využije každá rodina.

### **Sama bych se v nebi bála – L. Janáková (2ks) – 6h samostudia**

- Volné pokračování knihy Dary se přece nevracejí je o třetí holčičce, která přišla do rodiny ve svých pěti letech. Eliška byla od začátku dítětem se zvláštními projevy a trvalo dlouho, než jí byla stanovena diagnóza. Právě o hledání diagnózy, o sžívání s Eliškou a o tom, jak se dítě s deprivací a s handicapem může projevovat a jak může obohacovat své blízké, je kniha Sama bych se v nebi bála.

### **Sborník dobré praxe (kazuistiky z náhradních rodin) – J. Lexová, H. Pazlerová, T. Štokrová, O. Matoušek (1ks) – 4h samostudia**

- Sborník přináší soubor profesionály komentovaných kazuistik, které dokumentují problémy náhradních rodin a možnosti jejich řešení.

### **Sebeúcta u dětí – Jak ji pěstovat a chránit – H.-P. Rohr (1ks) – 8h samostudia**

- Kniha známého psychoterapeuta Heinze-Petera Röhra ukazuje, že pouze když mají děti silné sebevědomí, mohou se dobře rozvíjet. Poruchy vývoje sebevědomí často ústí v psychologické problémy v dospělosti a v problémy chování. Je proto třeba, aby rodiče podporovali rozvoj svých dětí. To je však možné pouze tehdy, pokud mají sami dostatečný pocit vlastní hodnoty. Jen tak pochopí, co podkopává sebevědomí jejich dětí, a mohou jim pomoci najít cestu k nalezení jejich sebeúcty.

### **Sebranka – T. L. Hayden (1ks) – 8h samostudia**

- Sedmiletý klučina, který není schopen mluvit, pokud do toho nepočítáme nekonečné opakování předpovědi počasí a echolalické odpovědi... Roztomilá holčička, kterou její biologičtí rodiče týrali, a proto má poškozený mozek a nedokáže číst... Desetiletý „drsník“, který na vlastní oči viděl, jak jeho nevlastní matka zabila jeho otce, a který putuje od jedněch pěstounů k druhým... A nakonec plachá dvanáctiletá dívka, která do speciální třídy přišla z katolické školy. Co je její problém? Je těhotná. Čtyři děti, z nichž každé si už stihlo prožít svoje, se sejdou v jedné třídě, aby se společně učily nejen číst a počítat, ale také překonat své problémy, nebo se s nimi „jenom“ vyrovnat.



### **Slzy raného dětství – A. Solterová (1ks) – 8h samostudia**

- Cítíte se pláčem a záchvaty vzteku svého dítěte zaskočeni? Nevíte, jak se k němu postavit, nemáte k jeho řešení potřebnou trpělivost nebo vás rozčiluje? Máte problém zorientovat se v záplavě rad, které si navzájem protřečejí? Tato kniha vám dodá potřebnou sebedůvěru a pomůže vám zůstat s dítětem i během náročnějších okamžiků v citovém spojení. Slzy raného dětství, dosud přeloženy do jedenácti jazyků, popisují nový způsob zacházení s dětským pláčem od okamžiku narození až do osmi let věku. Tento ohleduplný a revoluční přístup má mnoho výhod, mezi něž patří například následující: - pomáhá dětem prospat celou noc - předchází kázeňským problémům - pomáhá dětem udržet déle pozornost - redukuje agresivitu a hyperaktivitu - pomáhá dětem vyrovnat se s traumatem.

### **Sourozenci bez rivality – A. Faber (1ks) – 8h samostudia**

- Zažíváte doma sourozenecké třenice nebo žárlivé scény? Tato kniha vám pomůže, abyste své děti spravedlivě vychovávali a zabránili jejich věčným sporům, ale současně z nich vychovali samostatné a sebevědomé osobnosti. V knize naleznete: Jak s dětmi komunikovat, abychom v nich nepodporovali sourozeneckou žárlivost. Umění dát dětem najevo, že je máme rádi stejným dílem a žádného ze sourozenců nepreferujeme. Jak naučit děti spravedlivě se dělit se sourozenci. Kreslené vzorové scénky s doporučenými dialogy, které vám pomohou vyřešit nejčastější situace. Jak děti vzájemně neporovnávat, aby se vždy cítily jako plnohodnotný člen rodiny.

### **Spratek – T. L.. Hayden (1ks) – 8h samostudia**

- Příběh dítěte, které nikdo nemiloval. Kniha představuje skutečný příběh šestileté Sheily, která se dostane do speciální třídy pro děti s poruchami chování. Její učitelkou a zároveň prvním člověkem, který jí projeví lásku, je Torey Hayden. Ta po čase zjistí, že dívka má nadprůměrnou inteligenci, je učenlivá a dřímá v ní skrytý génius. Kniha je pozitivním svědectvím o síle pedagogických a terapeutických prostředků, a pedagoga představuje jako přítele, který neváhá pro dítě překonávat různé těžkosti.

### **Terapeutické rodičovstvo – S. Naish (1ks) – 8h samostudia**

- Terapeutické rodičovstvo je hlboko vyživující výchovný štýl špeciálne účinný v prípade detí s problémami s pripútaním alebo s traumou z detstva, nápomocný však môže byť pre každého rodiča a každé dieťa. Kniha obsahuje mnoho jednoducho opísaných výchovných štýlov rodičovstva a poskytuje všetko, čo potrebujete vedieť, aby ste mohli efektívne terapeuticky vychovávať. Tým, ktorí sa zaujímajú o náhradnú rodinnú starostlivosť, ponúka modely intervencie, ale dokáže pomôcť aj biologickým rodičom. Vo všeobecnosti učí rodičov používať také spôsoby výchovy, ktoré budú efektívne pri riešení problémov s deťmi. Nájdete tu šesťdesiat bežných problémov, ktorým rodičia čelia – od agresívneho správania až po problémy so spánkom. Pri každom probléme sú uvedené príčiny, ktoré môžu takéto správanie spúšťať, ako aj rady terapeutického rodičovstva so zreteľom na vhodnú a účinnú reakciu rodiča.

### **Tělo sčítá rány – B. Van Der Kolk (1ks) – 10h samostudia**

- Trauma nelze obejít. Jeho následky zažívají mnozí – možná vy, možná vaši blízcí. Vždy však ovlivňuje životy všech okolo. A není v silách trpícího, aby projevy v podobě depresí, chronických potíží, alkoholismu, sebepoškozování či pocitů studu a osamělosti zvládl bez pomoci. Bessel van der Kolk popisuje s laskavostí a otevřeností příběhy, s nimiž se setkal v klinické praxi, a dělí se o výsledky svých výzkumů v oblasti terapie posttraumatické poruchy. Prokázal jimi, že zanedbávané či zneužívané děti, účastníci nehod a katastrof, váleční veteráni či oběti násilných činů potřebují víc než medikamenty. Skutečné uzdravení vede přes hledání cesty k sobě samým, k vlastnímu tělu, které si v nekonečné smyčce udržuje otisk prožitého utrpení.

### **Trauma očima dítěte – P. A. Levine (1ks) – 10h samostudia**

- Základní pravda, kterou autoři v knize Trauma očima dítěte přinášejí, je, že dospělí mají nejprve věnovat pozornost vlastnímu emočnímu stavu, protože děti mohou uvolnit své napětí pouze v přítomnosti klidného, schopného a konejšivějšího dospělého. To, kdo jsme, je důležitější než to, co děláme. Přesněji řečeno, to, kdo jsme tváří v tvář znepokojivé situaci, ovlivní podobu i následky toho, co děláme. Levine a Klineová nám dávají příležitost naučit se léčit trauma tím, že budeme následovat toho nejlepšího učitele: naše vlastní tělo a pocity. Techniky prevence traumatu, které Levine a Klineová v této knize přinášejí, jsou dokonalé svou moudrostí a jednoduchostí, pozorností k detailu, tím, jak postupujeme krok za krokem, a jasnými principy toho, jak jich použít. Autoři dbají na to, aby byly tyto principy využívány praktickým způsobem tak, aby mohly být naplněny specifické potřeby dětí v různých stádiích vývoje, od raného dětství po dospívání.

### **Trauma a paměť – P. A. Levine (1ks) – 8h samostudia**

- Kniha je dalším pozoruhodným příspěvkem Dr. Levina k problematice léčby traumatu. Srozumitelným a poutavým jazykem, s odkazy na seriózní neurovědeckou literaturu, popisuje různé typy paměti, jejich základní neurologické mechanismy a jejich význam v práci s traumatem. Trauma a paměť je neocenitelnou publikací pro terapeutů, kteří se chtějí zdokonalit ve své praxi, pro laiky, kteří chtějí lépe porozumět tomu, jak mysl a mozek uchovávají a rozřešují traumata, i pro vědce, jež zajímá, jak body-psychotherapie využívají při práci s traumaty poznatků moderní neurovědy.

### **Třinácté komnaty dětské duše – V. Oaklander (1ks) – 10h samostudia**

- Kniha obsahuje mnoho konkrétních ukázek z terapeutické práce s dětmi. Ukazuje čtenáři množství rafinovaných technik, jak nenásilně zjistit, kde dítě v jeho psychickém a emocionálním životě tzv. "tlačí pata". Nahlédnutí do dětské duše prostřednictvím kreseb, práce s hlínou, sny, přehrávání životních rolí a situací... a mnoha dalších terapeutických technik. Autorka, psycholožka a terapeutka věnující se práci s dětmi, sděluje své osobní zkušenosti z praxe.

### **Tygrice – T. L. Hyden (1ks) – 8h samostudia**

- Pokračování knihy Spratek. V předchozí knize Spratek se Sheila rozloučila se svou učitelkou a ta o ní neměla několik let žádné zprávy. Když se Torey dozví, že se v letním programu pro děti s handicapem, kde bude pracovat, objeví jako praktikantka studentka střední školy Sheila, přijde jí to nejdříve jako zajímavá náhoda. Záhy zjistí, že to je ta „její“ Sheila a osudy obou hrdinek se na čas znovu propojí. Dospívající Sheila se vyrovnává nejen s tím, že její učitelka zveřejnila jejich příběh knižně, ale také dává Torey a celému okolí najevo, že ona přece není žádná literární postava. Navíc je v ní stále velmi živá bolest z toho, že ji její matka opustila a že neví, kde a jak žije její mladší bratr. Snaží se zapojit do práce v letním kempu pro děti s handicapem, ale bohužel to provede hodně „po svém“ – nechce se jí respektovat pravidla a má dojem, že odhadne lépe než učitelé, co se v dětech skrývá. Její iniciativa „na vlastní pěst“ vyvrcholí tím, že unese chlapce Aleja, který má přejít do jiné školy, aby ho „zachránila“. Její dospívání je plné zvrátů, ale Sheila, která se postupně vyrovnává s traumaty z dětství, nakonec vypěje a je z ní spokojená mladá žena.

### **Užitečný rádce pro (náhradní) rodiče – P. Winnette (1ks) – 4h samostudia**

### **Uvolněné rodičovství – P. Koucká (1ks) – 8h samostudia**

- Snaha o dokonalost, maximální bezpečí a optimální rozvoj potomkových schopností vede k vyčerpaným rodičům a přetíženým dětem. V reakci na takové děti a rodiče rozvíjí autorka koncept uvolněného rodičovství. Zabývá se například zacházením s emocemi, nasloucháním rodičovské intuici, vyváženým uspokojováním potřeb všech členů rodiny, pozorností, kterou děti potřebují, zvyšováním psychické odolnosti... Zjistíte, že spoustu věcí lze dělat méně vyčerpávajícím a více uspokojujícím způsobem, než jsme zvyklí a že i v dnešním městském prostředí lze dětem dopřát to, čeho měly vždy dostatek, a nyní jim schází: obyčejnou neorganizovanou hru a pohyb na čerstvém vzduchu. Kniha vám pomůže k tomu, abyste si své rodičovství užívali. Aby ve vaší rodině vládla příjemná atmosféra a z vašich dětí vyrostli stabilní, pohodoví, citliví a zodpovědní lidé s rozvinutými vztahy a vazbami.

### **V hlavě v pohodě – Péče o duševní zdraví pro teenagery – A. James (1ks) – 6h samostudia**

- Bavit se o tělesném zdraví je běžné, ale málokdy řešíme, jak být v pohodě i psychicky. Co cítíme? Na co myslíme? Co nás trápí? V této příručce o duševním zdraví pro mládež je vysvětleno, proč pocítujeme emoce a co je může ovlivňovat – od vztahů přes sociální sítě až po šikanu, rozvod či ztrátu blízké osoby. Najdete v ní spoustu tipů, jak žít zdravý duševní život, a rad pro chvíle, kdy není vše úplně stoprocentní.

### **V říši hladových duchů – G. Maté (1ks) – 10h samostudia**

- Toto je kniha o závislostech, tj. o něčem, co se týká každého z nás. Závislí totiž nejsme ani náhodou pouze na drogách, alkoholu, gamblingu nebo cigaretách. Závislost je cokoliv, po čem toužíme tak, že si nedokážeme pomoci, co nás

dočasně utěší či uklidní, ale dlouhodobě nám či našemu okolí ublíží. Tato přelomová kniha přináší na tabuizované téma závislostí naprosto nový pohled. Vysvětluje jejich skutečné příčiny (traumata z nejranějšího dětství) a ukazuje cesty k jejich řešení (které se ovšem zásadně liší od těch, na které se spoléhá moderní západní společnost). Jak se v knize dozvíte závislost není důsledkem svobodné volby závislého, ale nemocí mozku.

#### **Výchova bez poražených – T. Gordon (1ks) – 8h samostudia**

- Kniha amerického psychologa Thomase Gordona, nominovaného na Nobelovu cenu za mír, srozumitelně a názorně popisuje postupy, jak komunikovat s dětmi, jak posílit spolupráci v rodině a jak efektivně řešit problémy. Tato kniha čtenářům poskytne odpovědi na otázky: Jak se při výchově vyhnout přílišným ústupkům dětem. Jak dětem naslouchat, aby byly ochotné s rodiči mluvit. Jak s dětmi mluvit, aby byly ochotné naslouchat. Jak děti naučit řešit své vlastní problémy. Jak řešit konflikty tak, aby se nikdo necítil poražený. Součástí knihy jsou praktická cvičení, která rodičům umožní osvojit si nové postupy, patřičně je zažít a případně je vyzkoušet ve své vlastní rodině. Výsledkem bude méně hádek a bojů, méně zuřivých scén a lhaní, méně trestů.

#### **Vytváření knihy života – T. Ryan, R. Walker (1ks) – 6h samostudia**

#### **Vyrovňování se dítěte se ztrátou a odloučením – J. Sorensen (1ks) – 4h samostudia**

- Děti mohou prožívat pocit ztráty v důsledku stěhování, změny školy, rozvodu nebo úmrtí v rodině. Ve svém prožívání se však často omezují na výrazy jako „šťastný,“ „smutný,“ a „rozhněvaný,“ a neumějí často o svém žalu mluvit. To může mít dalekosáhlé důsledky pro jejich citový vývoj. Tato publikace je zdrojem četných cvičení, jež lze snadno kopírovat. Cvičení využívají hru a výtvarnou činnost, která pomáhá truchlícím dětem používat jemnější výrazy pro emoce, jako je stud, zoufalství a žárlivost. Tato cvičení mají za úkol podporovat sociální a emoční učení. Pro učitele, vychovatele a každého, kdo pracuje s dětmi ve věku 4 – 8 let, bude tato kniha praktickým a účinným pomocníkem.

#### **Zraněné dětství – R. Karr-Morse (1ks) – 8h samostudia**

- V nejranějším období života je člověk zcela odkázaný na své okolí – je nejcitlivější a nejzranitelnější. Zdaleka ne pro všechny je rané dětství idylické, spousta dětí zažívá chronický strach, stres a trauma, a to nejen v extrémních, krizových situacích, ale i v běžném, „normálním“ životě. Autorky této knihy kombinují nejnovější poznatky z psychologie, genetiky, endokrinologie, neurobiologie a imunologie, aby ukázaly, jak takové „zraněné dětství“ ovlivňuje psychické a tělesné zdraví v dospělosti. V důsledku nezpracovaných negativních raných zážitků mohou vzniknout nejrůznější nemoci a neduhy: od obezity, deprese a látkové závislosti až po srdeční choroby a cukrovku. Kromě podrobné analýzy však tato kniha také nabízí možnosti nápravy a uzdravení, ale především prevence – zdůrazňuje význam přimknutí k nejbližší osobě v raném dětství a upozorňuje na možnosti využití epigenetiky a různých druhů účinných terapií.

### **35 způsobů jak pomoci truchlícímu dítěti – Cesta domů (1ks) – 4h samostudia**

- Přehledná stručná knížka, kterou užije každý, kdo má nablízku dítě, kterému někdo zemřel. 35 drobných, jednoduchých a praktických rad postavených na stovkách zkušeností s dětmi všeho věku.

### **Narušitel systému (DVD) (1ks) – 2h samostudia**

- Emotivní drama o devítileté dívce s problémovým chováním a tváří anděla. Strhující příběh dítěte, jehož matka nezvládá péči o něj a rady si nevedí ani sociální pracovníci, je dechberoucím svědectvím o neutišitelném vzteku i touze po lásce.

### **Časopis Průvodce NRP (každé číslo 2h samostudia)**

Anglické (s českým překladem) – každý sešit 2h samostudia:

Callum Kindly and the very weird child S. Naish/R. Jefferies (1ks)

Charley Chatty and the wiggly worry worm S. Naish/R. Jefferies (1ks)

Charley Chatty and the disappearing pennies S. Naish/R. Jefferies (1ks)

Katie Careful and the very sad smile S. Naish/R. Jefferies (1ks)

Rosie Rudey and the very annoying parent S. Naish/R. Jefferies (1ks)

Rosie Rudey and the Enormous chocolate Mountain S. Naish/R. Jefferies (1ks)

Sophie Spikey has a very big problem S. Naish/R. Jefferies (1ks)

William Wobbly and the Mysterious Holey Jumper S. Naish/R. Jefferies (1ks)

William Wobbly and the very bad day S. Naish/R. Jefferies (1ks)