

«Просвещение-Союз»



ПРОСВЕЩЕНИЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО
СОЮЗ



БЕСТСЕЛЛЕРЫ

Детская художественная и развивающая литература



Лучшие книги для самых любимых

Читаем
вслух



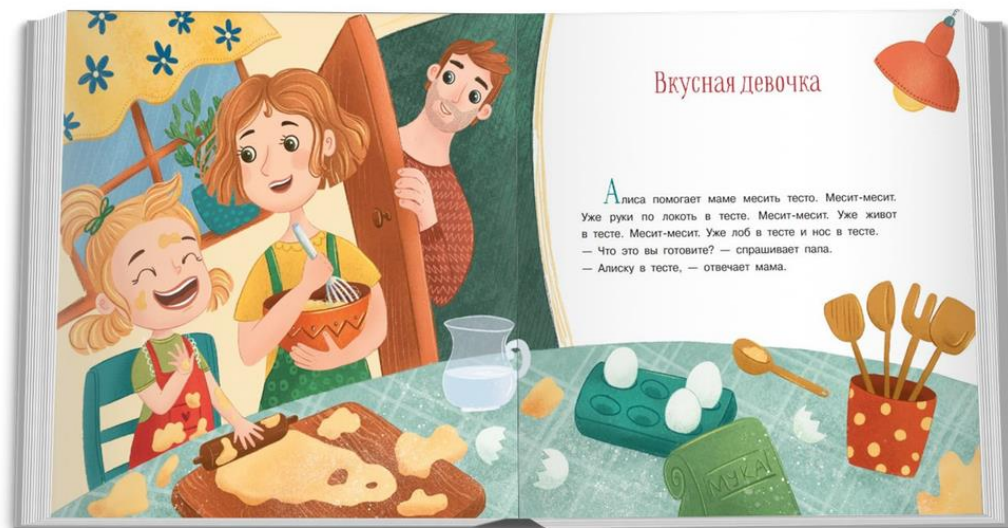
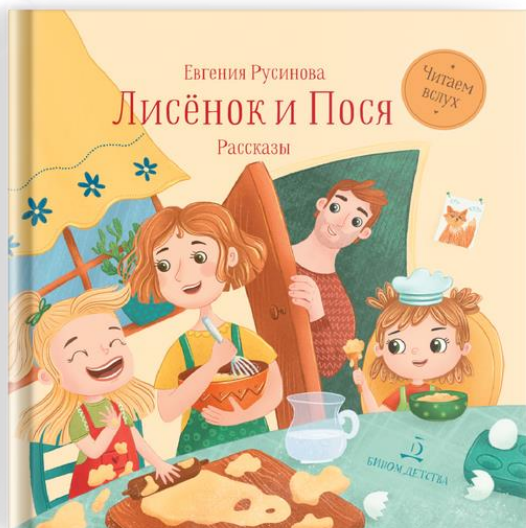
- * Время с пользой для малыша
- * Развитие интеллекта и фантазии
- * Идеальная серия для первого чтения



ПРОСВЕЩЕНИЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО
СОЮЗ

Лучшие книги для самых любимых

0+



В книге размещены маленькие забавные истории, на примере которых ребёнок учится смеяться, приобретает важные черты личности

Лучшие книги для самых любимых



Короткие рассказы о двух верных забавных друзьях станут для ребёнка отправной точкой в мир интересных книг. Яркие иллюстрации и юмористические рассказы увлекут малыша надолго!

0+



Окно в новый фантастический мир



Волшебные истории
Мультимедийные иллюстрации
Фэнтези для настоящих мечтателей

Время фантазий

5+



- Две волшебные истории в одной книге
- О храбрости и дружбе
- Идеально перед сном



- Для обсуждения важных тем
- О потере близкого и внимании в дружбе
- Яркие иллюстрации



НОВИНКА ДЕКАБРЯ



Захватывающая
история о силе
доброты,
смелости и
целеустремленности!

Мурашечный
сюжет

Разнообразные
персонажи



Слёзы Лунокошки – хрусталь, прозрачный и драгоценный. Но кто мог подумать, что ради этих слезинок охотники за драгоценностями решатся разлучить Лунокошку с ее котятками? То, что началось с алчности, не приведет ни к чему хорошему.

Теперь Королевство Ажурных теней слабеет с каждым днем. Королева исчезает, Принцесса теряет голос, Король уходит в себя, а вековой баланс нарушается. Сможет ли кто-нибудь спасти Королевство и вернуть все на свои места?

Добрые комиксы об ответственном поведении

**КОМИКСЫ
для ДЕТЕЙ**



Любимый детьми стиль комиксов в ярких иллюстрациях
Наглядные примеры и простая подача
Поучительные истории с хорошим финалом



Юридические комиксы

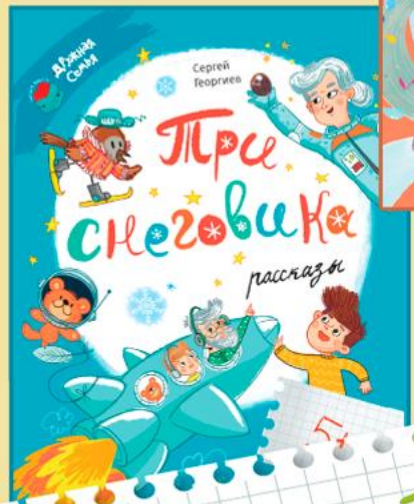
Новое направление



- Первые на рынке комиксы с юридическим уклоном
- Новая серия книг по воспитанию правовой культуры дошкольников

5+





СМЕШНЫЕ ИСТОРИИ
ДЛЯ НАСТОЯЩИХ
ФАНТАЗЁРОВ

- Забавные сказки и яркие картинки
- Для совместного и самостоятельного чтения
- Развитие чувства юмора



ПРОСВЕЩЕНИЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО
СОЮЗ

УЛИСС И НОСОЧНАЯ ФЕЯ



Дружная семья
ISBN 978-5-09-109548-7
Код номенклатуры 01-1635-01
Формат 84x108/16
48 с., 7БЦ

Забавный рассказ о собаке породы корги по кличке «Улисс», мальчике Володе, который любит груши, и его творческой семье

Часто ли у вас пропадают носки, и кто в этом замешан? Носочная фея, дефицит витаминов и плохая память, а может любимый питомец?

В книге оригинальные иллюстрации, забавные истории из жизни семьи, а также интересные исторические факты и факты о породе корги, сноски-словарики с новыми для детей словами



Для совместного
чтения с детьми

Забавные
жизненные истории

Факты о собаках
породы корги

Оригинальные
иллюстрации

Действительно интересные факты

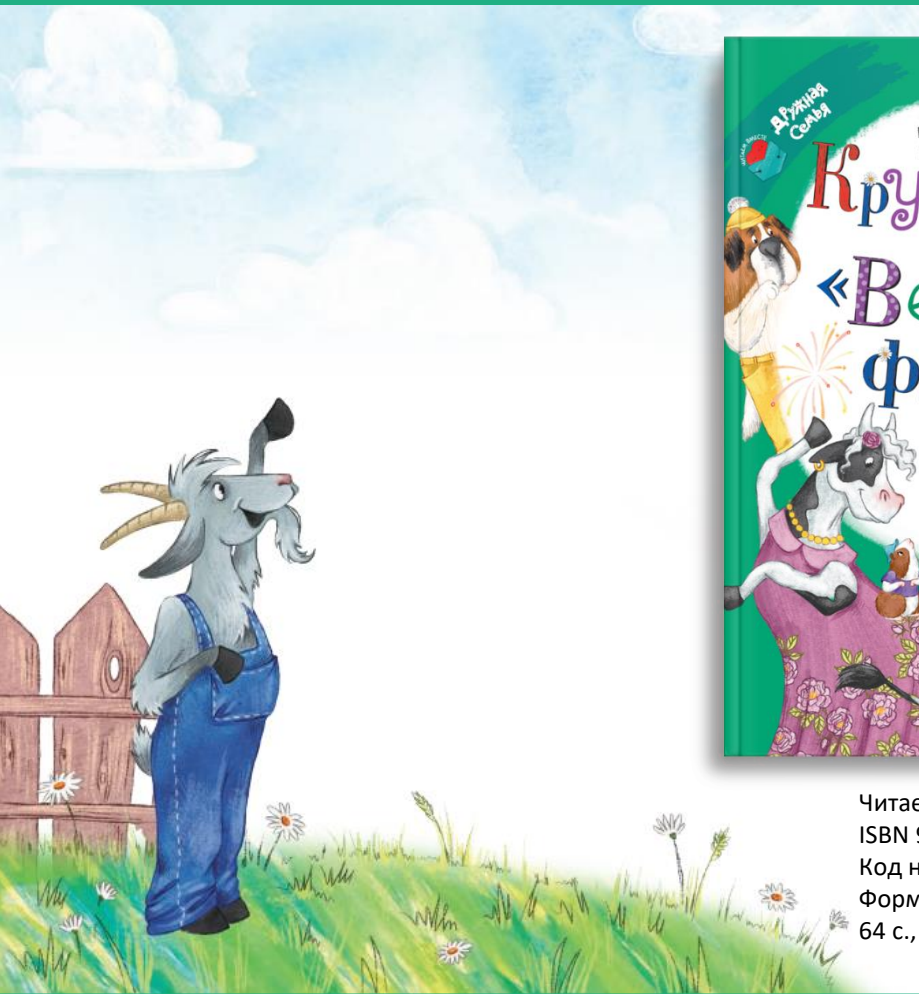
Читаем Вместе • Дружная семья



По ходу рассказа нам встречаются интересные факты или новые слова. Они органично вписаны в сюжет, развивают любознательность и память. Также в книге присутствуют исторические факты, например происхождение клички собаки — Улисс.

Книга наполнена потрясающими иллюстрациями, которые хочется разглядывать снова и снова, а также оформлена в формате личного дневника Володи. Рукописные карандашные заметки создают ощущение, что сказка становится реальностью!

КРУГЛЫЙ ГОД НА «ВЕСЁЛОЙ ФЕРМЕ»



Читаем вместе. Дружная семья
ISBN 978-5-09-109568-5
Код номенклатуры 01-1688-01
Формат 84x108/16
64 с., 7БЦ

ПРОСВЕЩЕНИЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО
СОЮЗ

Десять забавных рассказов о весёлых друзьях для того, чтобы:

- посмеяться от души;
- провести время вместе с семьёй;
- научиться ценить дружбу и обрести взаимопонимание.

Всё это ждёт читателя в книге «Круглый год на Весёлой ферме». Рассказы будут интересны детям от четырех до семи лет

Для старшего
дошкольного возраста

Развитие
чувства юмора

10
рассказов

Атмосферные
иллюстрации

Рассказы о дружбе, мечтах и эмоциях



Читаем Вместе • Дружная семья



Действия рассказов происходят в течение целого года — начинаются тёплой весной, а заканчиваются любимым праздником — Новым годом. Всё это время с друзьями с одной фермы происходят разные события: кто-то пытается полететь в космос в сапоге, кто-то хочет осуществить мечту и стать балериной, а кто-то находит своих дальних родственников.

Животные поддерживают друг друга, помогают и радуются достижениям

РАССЛЕДОВАНИЕ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ

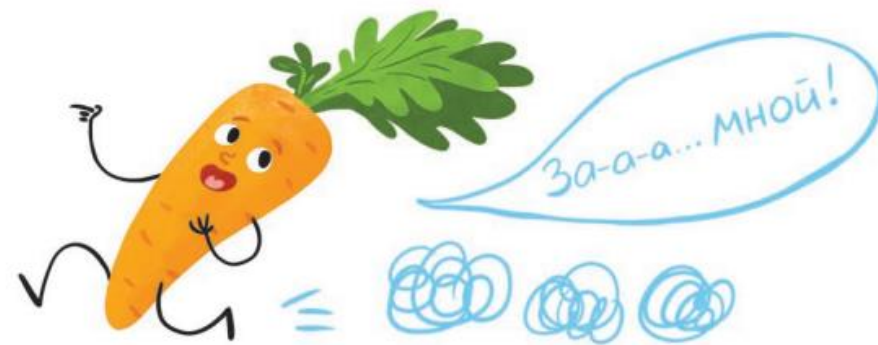


Дружная семья
ISBN 978-5-09-109690-3
Код номенклатуры 01-1691-01
Формат 84x108/16
48 с., 7БЦ

Скрываясь за маской настоящего детектива, книга просто и интересно расскажет детям о том, на что нужно обращать внимание при выборе продуктов

В книге читатели найдут QR-код, перейдя по которому получают:

- раскраску и задания;
- несложные рецепты из полезных продуктов;
- таблицы с витаминами и сахарной арифметикой



Шаги к правильному
питанию

Первый интересный
детектив ребёнка

Идеи для
семейного досуга

Оригинальные
иллюстрации

Правильное питание с самого детства

Читаем Вместе • Дружная семья

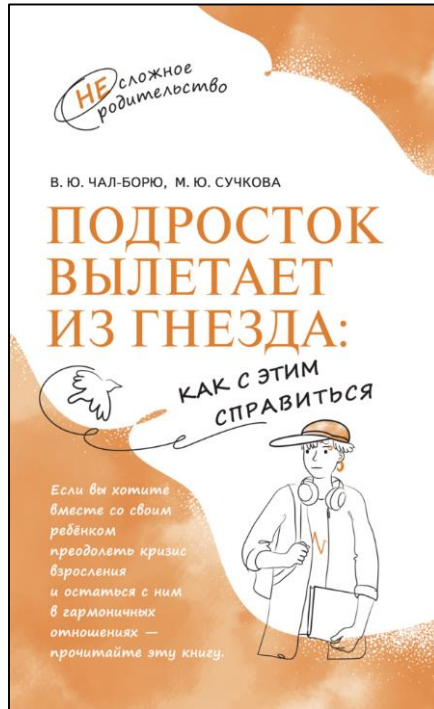


Главными героями детектива выступают близнецы Соня и Гоша, а также разные, знакомые каждому ребёнку продукты.

Вместе с главными героями читатели будут расследовать «таинственные» события, происходящие в доме, с каждой страницей узнавая для себя незнакомые факты о продуктах питания.

Являясь миксом художественной литературы и научно-познавательной книги для детей, детектив станет верным помощником, который даст возможность обсудить с ребёнком тему здорового образа жизни, а также интересно и с пользой провести время вместе.

ПОДРОСТОК ВЫЛЕТАЕТ ИЗ ГНЕЗДА



Несложное родительство
ISBN 978-5-09-110375-5
Код номенклатуры 67-6194-01
Формат т 84×108/32
112 с., мягкая обложка

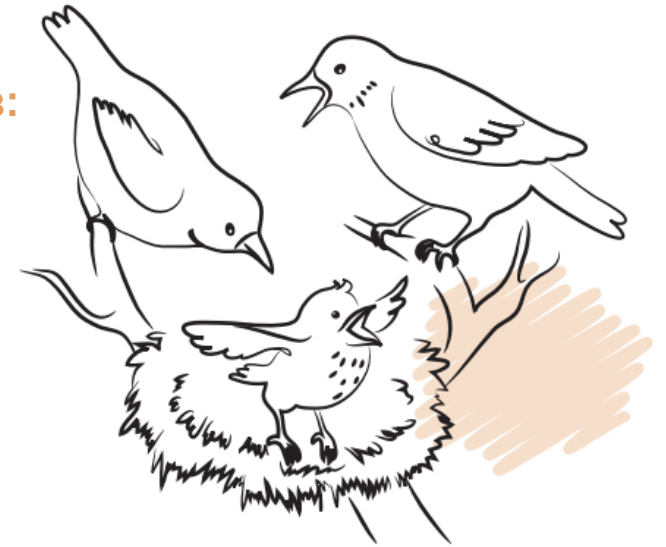
Продолжение популярной серии «Несложное родительство»

Авторы рассказывают о ресурсах отношений, напоминают об особенностях жизни в конкретной семье, о том, что навсегда сохранится, останется опорой в будущем и поможет преодолеть кризис.

Задача книги: помочь родителям и подросткам понимать друг друга, знакомиться с изменениями, принимать их.

В книге поднимается ряд важных вопросов:

- сепарация
- личное пространство
- функции семьи
- половая жизнь



Пятая
книга серии

Для родителей
подростков

Принятие себя
и своей семьи

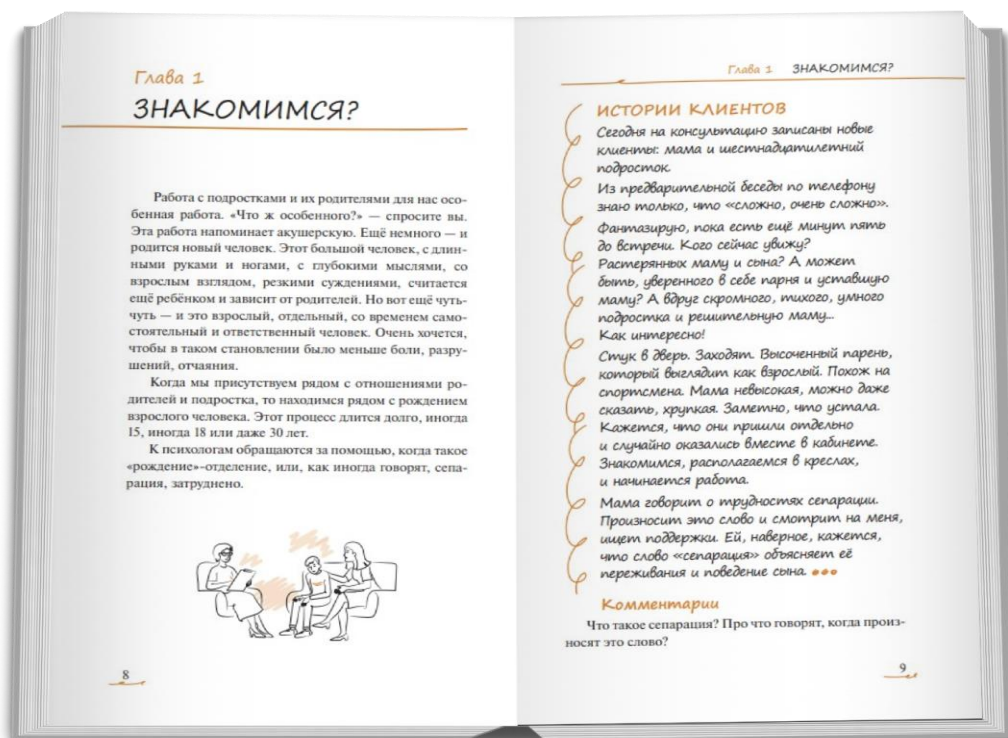
Практические
советы

О СЕРИИ

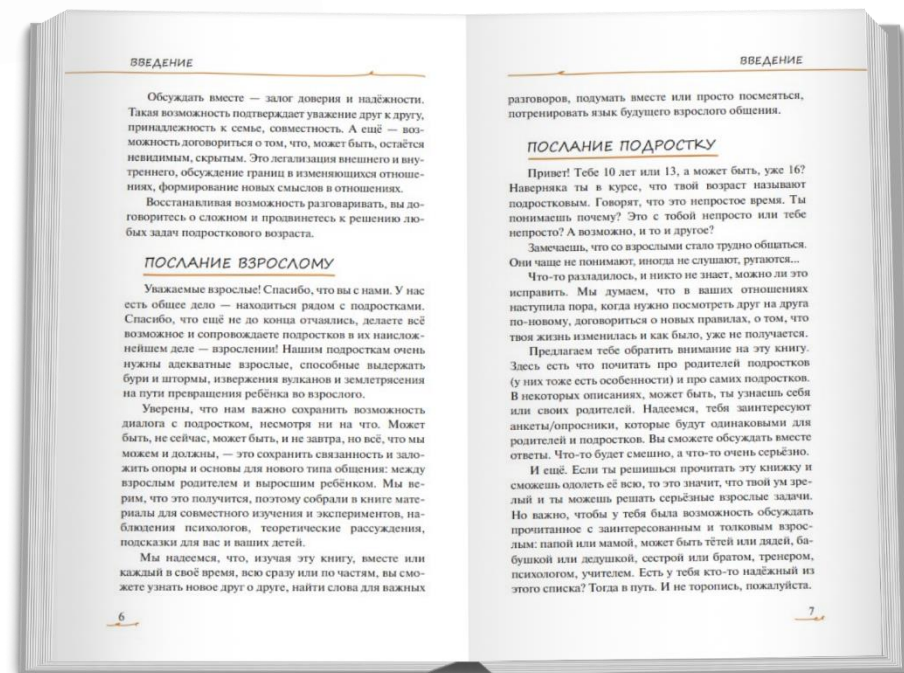
«Несложное родительство» - серия книг от практикующих психологов с многолетним опытом работы с детьми и взрослыми.

Каждая книга наполнена историями реальных людей, кейсами из практики авторов и упражнениями, помогающими прийти в «точку покоя».


ПРОСВЕЩЕНИЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО
СОЮЗ



НЕ сложное
родительство



Глава 3

АВТОНОМНОСТЬ И СЕПАРАЦИЯ

Замечали ли вы, что в литературе про подростков и взрослых людей часто можно найти идеи о том, что каждый человек должен быть самостоятельным, независимым и уметь всё делать сам. Огромное количество книг и тренингов направлены на то, чтобы объяснить нам, как это важно, нужно и как плохо, когда наоборот. «Зависимые и созависимые отношения», «беспомощность», «инфантильность» и ещё много неприятных слов, которые можно услышать про человека, который не справляется сам с чем-то в своей жизни.



Действительно, если вспомнить определения слов «самостоятельность» и «автономность», то там многое про отделённость от других людей.

САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ — УМЕНИЕ ПРИНИМАТЬ РЕШЕНИЕ БЕЗ ПОСТОРОННЕГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА, ЗДРАВООЦЕНИВАТЬ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ И ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ СТОРОНЫ ВОПРОСА И ПРИНИМАТЬ РЕШЕНИЕ, КАК ПОСТУПИТЬ. ЧЕЛОВЕК СТАВИТ ЦЕЛЬ И САМ ЕЁ ДОСТИГАЕТ.

Глава 3 АВТОНОМНОСТЬ И СЕПАРАЦИЯ

Но человек чаще живёт с другими людьми, общается, взаимодействует, делится ресурсами, помогает окружающим и поддерживает их. Не мешает ли автономность и самостоятельность быть вместе с другими?

Мы уверены, что именно правильное восприятие себя, развитая автономность как раз помогают хорошо себя чувствовать рядом с другими. Если у человека много собственных возможностей и знаний о себе, то он не умрёт без других во взрослой жизни и тогда ему не надо висеть в партнёра мёртвой хваткой. Можно быть вместе и отпускать партнёра на работу, к друзьям, в путешествия, ощущая, что даже на расстоянии есть тёплая связь, а не оковы, из которых сложно выбраться.

АВТОНОМНОСТЬ — СПОСОБНОСТЬ ОЩУЩАТЬ СЕБЯ ОТДЕЛЬНОЙ ЛИЧНОСТЬЮ СО СВОИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ, ПОТРЕБНОСТЯМИ, УМЕНИЯМИ, ГРАНИЦАМИ. АВТОНОМНОСТЬ ЗВУЧИТ КАК «Я — САМ».

Автономность делает жизнь приятнее, а сепарацию более спокойной.

Давайте рассмотрим поближе, что такое автономность и как ею пользуются люди, как она выглядит и как её распознать у себя.

Мы предлагаем вам для наглядности рассмотреть пять видов автономности. Они присутствуют у каждого в разной степени. По ним мы с вами и будем ориентироваться и понимать, готов ли подросток быть отдельным и самостоятельным, рассмотрим, как проходит его сепарация, готов ли он уже «встать на крыло».

Но мы, как ответственные взрослые, отвечаем за безопасность подростка, пока он сам не сможет это делать полностью. Каждый раз взвешиваем риски, убеж-

даемся в сформированности ответственности за свою жизнь. Родитель вынужден находиться всё время в поиске баланса между стремлением к развитию ребёнка и обеспечением его безопасности. Что можно уже позволить, а что ещё пока важно запретить? Нет правильного ответа. Приходится полагаться на чутьё и на конкретную жизненную ситуацию семьи. И это всегда риск.

ФИЗИЧЕСКАЯ АУТОНОМНОСТЬ: «МОЁ ТЕЛО – МОЁ ДЕЛО»

Тело, размер, габариты и физические способности — это, пожалуй, первое, что мы, родители, видим и замечаем в наших детях.

Нам важно знать, как выглядит ребёнок, какой он — крупный или маленький, худенький или толстенький, сильный физически или не очень. Да это, пожалуй, то, что трудно не заметить и при общении с любимыми другими людьми. И вот перед нами подросток. Часто он уже ростом и габаритами очень похож на взрослого человека. Мы, конечно, замечаем его подростковую припухлость или же ещё оставшуюся детскую худобу, а порой перед нами стоит вполне себе фигуристая, сформировавшаяся девушка или крупный накаченный юноша. И тут наш мозг нам говорит: всё, он вырос, он теперь всё может сам, он точно **физически автономен**. Так ли это?

Давайте подробнее рассмотрим, что такое физическая автономность.

Человек со сформированной физической автономностью хорошо ощущает своё тело, распознает его сигналы: боль, напряжение, неприятные ощущения, усталость, расслабление, удовольствие, возбуждение и про-

чее. Отвечает за сигналы тела и знает, что с ними делать. Известно, что болевой порог до подросткового возраста повышен. Дети относительно легко переживают разные ощущения в теле после интенсивной тренировки, во время болезни. Они более выносливы, а следовательно, менее чувствительны к разным ощущениям. С началом подросткового возраста, примерно лет с десяти, чувствительность резко увеличивается, болевой порог снижается. По виду взрослый человек вдруг начинает вздрагивать от резких звуков, как малыш, плакать жалобно от небольшой, казалось бы, боли, болеть лёгкими болезнями затяжно и мучительно. Вот здесь и важны ранее приобретённые навыки чувствования тела и знания, как справляться в разных ситуациях.

Например, девушка испытывает болезненность во время месячных. Она иногда может потерпеть неприятные ощущения, может взять таблетку, чтобы облегчить боль, или обратиться за помощью к маме или медработнику в школе. Всё это ей доступно, и этому она научилась задолго до подросткового возраста. Если облегчение наступает, девушка возвращается к обычной жизни.

Если человек не ощущает физическую автономность, то он может считать себя слабым физически, неспособным совершать любые действия, долго страдать, столкнувшись с трудностями, мучить окружающих своими сомнениями, начать обвинять родителей или всех подряд в боли, не пытаясь найти хороший выход.

Вы наверняка встречали таких взрослых, а не только подростков, у которых что-то болит, но они не обращаются за помощью к специалистам, жалуются, страдают, не меняя ничего.

ПОЧЕМУ МОИ ДЕТИ ТАКИЕ РАЗНЫЕ

**ПРОСВЕЩЕНИЕ**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
СОЮЗ



Несложное родительство
ISBN 978-5-09-110375-5
Код номенклатуры 67-6194-01
Формат т 84×108/32
112 с., мягкая обложка

Продолжение популярной серии «Несложное родительство»

Марина Семёновна Староверова - кандидат психологических наук, доцент, директор Института психологии и специального образования, автор первой книги серии «Хвалить нельзя ругать».

Прочитав эту книгу, вы узнаете:

- взаимоотношения между детьми определяются не только типом семейного воспитания, но и очередностью их рождения
- закономерности наследования детьми внешних признаков от родителей
- способности к творчеству не наследуются, а характер и поведение ребёнка напрямую не зависят от генетического набора



**Шестая
книга серии**

**Чек-листы
и практические советы**

**Принятие себя
и своей семьи**

**Реальные истории
из практики**

ВВЕДЕНИЕ

Думаю, не ошибусь, если скажу, что, смотря на своих детей, вы регулярно задаёте себе вопросы из серии: «Почему они такие разные?». Тогда предлагаю задержаться на страницах этой книги и разобраться вместе. Ну действительно странно — дети растут и воспитываются в одной семье, они одинаково любимы, а ведут себя абсолютно по-разному.

Практически уверена, что, пытаясь объяснить себе противоположные характеры своих детей, вы списывали их непохожесть и на гены, и на темперамент, но так и не нашли для себя ответа.

Пытаясь найти подход к своим таким разным детям, вы уже поняли, что универсальных советов по воспитанию не существуют и то, что замечательно сработало на одном вашем ребёнке, вызвало противоположный эффект у другого. Дело в том, что дети имеют разные психологические типы, и каждый ваш ребёнок требует правильного воспитательного воздействия с вашей стороны с учётом его типа. Мы подробно разберём детские психотипы, и вы сможете посмотреть на своего ребёнка с другой стороны, понять особенности его психики и выбрать правильный тип взаимодействия с ним, руководствуясь предложенными чек-листами.

Но есть и другие неочевидные факторы, о которых мы с вами тоже поговорим на страницах этой книги, ведь факторов, оказывающих влияние на формирование личности ребёнка, много, и мы последовательно их рассмотрим.

Вы найдёте для себя ответы на вопросы о различиях в характере и поведении детей, прикоснувшись к миру детского разнообразия, который вам, как родителям, знаком, но теперь он станет намного понятнее.

Глава 1

ПЕРВЫЙ, ВТОРОЙ ИЛИ ТРЕТИЙ...

В данной главе вы узнаете о том, что взаимоотношения между детьми определяются не только типом семейного воспитания, но и очередностью их рождения.

Важным для вас станет и осознание того, что первый и последующие дети, по сути, живут в разных семьях, хотя по факту семья одна и та же, а ревность является естественным спутником любой семьи, в которой два или более ребёнка.

Вы получите чек-листы, которые помогут погасить ревность старшего ребёнка по отношению к младшим детям.

А в заключение вы овладеете рефлексивной техникой, которая поможет вам по-другому взглянуть на своего первенца, если его чувство ревности выходит из-под контроля. Вы сможете смягчить своё сердце и отпустить гнев, вернув в жизнь своей семьи покой.

Быть родителем сложно для всех, а быть родителем в маленьком «детском клубе», состоящем из двух, трёх и более детей сложно вдвойне. Вам казалось, что, испытав все сложности родительства с первым малышом, вы приобрели достаточный опыт и легко справитесь со вторым наследником, но что-то пошло не так... А может, наоборот, первенец был «золотым ребёнком», а вот со вторым каждый день вашей родительской жизни стоит засчитывать за два?

В ряде случаев уже в первые дни жизни ребёнка родители понимают, насколько малыш отличается от своего брата или сестры. **Нередко я слышу от родителей сравнительные характеристики такого типа: «Первый был спокойный, а этот крикун, и нет нам покоя ни днём ни ночью», «Старший просто ленивец, и мне приходилось сцеживать молоко, а этот ну прям трудяга», «Не ребёнок, а «ручная обезьянка» — вообще не слезает с моих рук, а вот старшая спокойно могла побыть в манеже одна» — вот только несколько характеристик, которые указывают на явные различия между детьми в одной семье.**

Но чаще различия между сиблингами¹ отмечаются немного ближе к концу первого года жизни, когда родители начинают предъявлять к ребёнку первые абсолютно невинные, но всё же уже требования. Именно первые требования со стороны родителей и становятся лакмусовой бумажкой, показывающей очевидные различия между детьми. «Дай мне мишку», — говорит мама, и в одном случае малыш с улыбкой выполняет её указание, а в другом отворачивается или

¹ Сиблинги — термин, используемый в психологии, социальной антропологии и ряде других наук, обозначает детей одних родителей, т. е. кровных братьев и сестёр.

вообще мишка летит в другую сторону от мамы. Думаю, что именно в такие моменты вы впервые и задумались о том, почему ваши дети такие разные. Верно? Ну что ж, давайте разбираться вместе...



На формирование личности ребёнка оказывает влияние огромное количество факторов, и вы уже поняли — разговор нам предстоит достаточно долгий. Понять роль различных факторов в формировании личности ваших самых лучших и любимых, но таких разных детей необходимо для того, чтобы научиться правильно взаимодействовать с каждым ребёнком. Уверена, что вы уже поняли — одинаковый подход к воспитанию детей даже в одной семье неприменим, ну иначе вы просто не держали ли бы эту книгу в руках.

Давайте разбираться, и начать мне хотелось бы с тех факторов, которые кажутся на первый взгляд неочевидными, но уверяю, что это не так. И первый из таких неочевидных факторов — это порядок рождения или очерёдность появления детей в семье. Ваш первый ребёнок, придя в этот мир, мгновенно стал центром вашей семейной вселенной. Всё ваше внимание, забота и безмерная любовь безраздельно принадлежали только ему, но ведь ещё, как правило, есть бабушки

и дедушки, которые тоже стараются максимально подключиться к взаимодействию с малышом, особенно если это их первый внук или внучка. Первенец в семье — это нечто непознанное и для родителей, и для бабушек и дедушек с обеих сторон. Ведь не случайно существует в народе притча про отношение к детям и внукам, суть которой можно передать в нескольких словах: «Сына бы за это «убил», а внуку можно». Вспомните, как по несколько раз в день вы созванивались с родственниками, докладывая им о том, как малыш поел или быстро ли он уснул, а если он перепутал день с ночью, то это, как правило, не проблема мамы и папы — это катастрофа для всей большой семьи, которая стремится прийти вам на помощь.



А со вторым малышом было так же? Что-то мне подсказывает, что нет. Вернее, не что-то, а опыт мамы двух замечательных и непохожих друг на друга мальчишек. По сути, первенец купается в заботе и внимании семьи, и это понятно, ведь он ваш единственный на тот момент наследник. В отличие от него второй или третий ребёнок никогда не находились в такой позиции, они с первых дней жизни делили ваше внимание со своим сиблингом. Конечно, они тоже любимы

и желанны, но вот побыть в роли центра семейной вселенной никому из них не суждено.

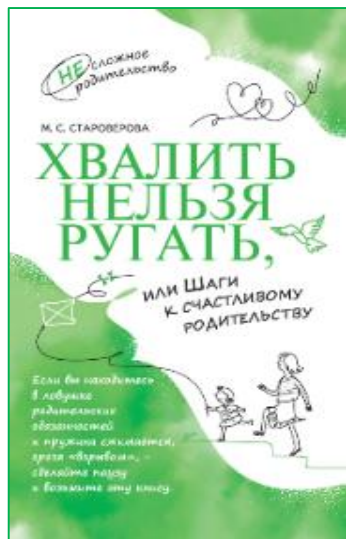
Важен и тот период, во время которого первенец безраздельно получал внимание родителей, т. е. временная разница в рождении детей. И здесь работает простая закономерность: чем больше этот период, тем тяжелее первому ребёнку начать делить родительское внимание с кем-то другим, пусть даже родными братом или сестрой. Ну просто потому, что сложился определённый паттерн поведения¹, или, проще говоря, привычка вести себя определённым образом в определённой ситуации, а менять устоявшиеся привычки совсем непросто.

В качестве примера давайте вспомним свои поведенческие паттерны: вы утром поднимаетесь с кровати и сразу идёте включать кофемашину или чайник, а затем принимаете душ, и так каждый день. Но вот в одно утро вас отвлекли, и вы не смогли выпить заветную чашку кофе или чая — не успели приготовить, а потом уже и времени нет. Согласитесь, ситуация проста и банальна, но постарайтесь вспомнить свои чувства в такой момент: расстроились, а может быть, даже разозлились на того, кто разрушил ваши привычки.

Нечто подобное испытывает и первый ребёнок, когда необходимо поменять поведенческие паттерны, а с появлением в семье малыша их приходится менять. Особенно тяжело это сделать, если первенец долго был вашим единственным ребёнком и даже если в душе он ждёт рождения братика или сестрички. По факту на начальном этапе сиблинг — это его конкурент, ломающий привычный уклад жизни.

¹ Поведенческий паттерн — набор сценариев «по умолчанию», которые реализуются практически на автопилоте.

Книги серии



Книга познакомит читателей с техниками стабилизации своего эмоционального состояния и с практическими приёмами саморегуляции; научит воспринимать имеющиеся проблемы как возможность для развития, для тренировки своего психического иммунитета и использовать приёмы поддержки детей, находящихся в нестабильном эмоциональном состоянии

Несложное родительство
ISBN 978-5-09-106151-2
Код номенклатуры 67-6199-01
Формат 84x108/32
128 с.



От «любящей мамы» до «доброй злодейки» – это метафора об изменениях в жизни, к которым вы, возможно, пока не готовы. Книга посвящена мамам младших подростков. Вы узнаете, как принять взрослеющего ребёнка, строить или перестраивать отношения с ним. Воспитание подростков – сложный и ответственный процесс. Главное – быть готовым меняться и учиться вместе со своими детьми

Несложное родительство
ISBN 978-5-09-108901-1
Код номенклатуры 67-6205-01
Формат 84x108/32
128 с.



В книге рассмотрены основные проблемы разводящихся пар, тонкие эмоциональные моменты: как рассказать ребёнку о разводе; как родителям наладить отношения с детьми после развода; появление в семье отчима (мачехи), сводных братьев и сестёр; финансовые вопросы; одинокое родительство

Несложное родительство
ISBN 978-5-09-108394-1
Код номенклатуры 67-6198-01
Формат 84x108/32
128 с.



Большинство современных подростков предпочитают жить в онлайн. Но как вернуть ребёнка в реальную жизнь? Книга познакомит читателей с упражнениями, техниками, примерами и принципами, которые помогут наладить общение с подростком, привить интерес к миру, находящемуся за пределами его комнаты

Несложное родительство
ISBN 978-5-09-108091-9
Код номенклатуры 67-6195-01
Формат 84x108/32
128 с.

Социальные сети



ВКонтакте:

«Просвещение-Союз:
книги и игры для досуга»



Telegram:

«Просвещение-Союз:
книги и игры для досуга»



Дзен:

«Просвещение-Союз»