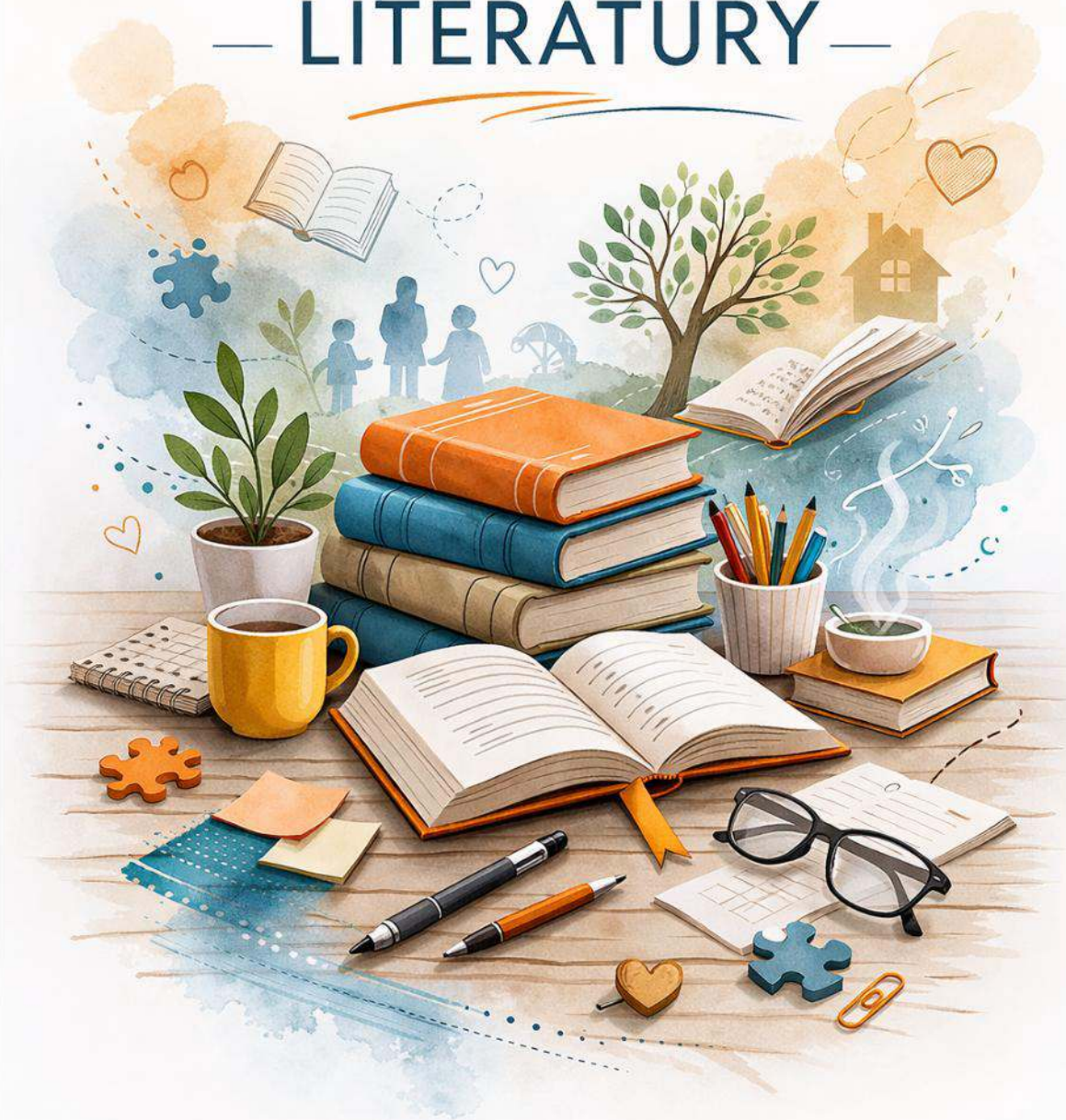
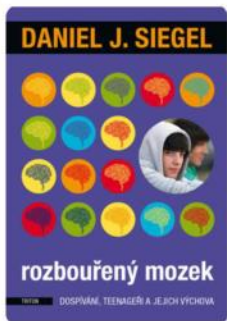


# Katalog

## DOPORUČENÉ LITERATURY



# Rodičovství a výchova



## Rozbouřený mozek

Vstupte do fascinujícího světa dospívání s knihou od renomovaného odborníka Daniela J. Siegela. Tato kniha přináší nový pohled na období puberty, které je často plné výzev jak pro teenagery, tak pro jejich rodiče. Siegel, zakladatel interpersonální neurobiologie, se snaží změnit vnímání dospívání jako problému, který je třeba vyřešit, a ukazuje nám...

Uznatelný rozsah vzdělávání

8 hodin



## Hry šťastného dětství

Praktická a čtivá kniha, která ukazuje, jak lze náročné situace s dětmi zvládat hravě, s humorem a v bezpečném vzájemném napojení. Autorka nabízí srozumitelné návody, jak reagovat na problémové chování dítěte citlivěji a s větším porozuměním jeho potřebám. Kniha může být pro pěstouny přínosná tím, že podporuje budování vztahu, posilování důvěry a hledání...

Uznatelný rozsah vzdělávání

7 hodin



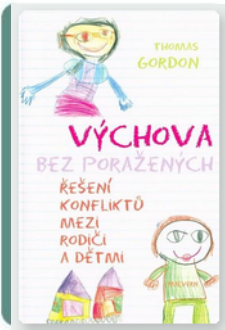
## Pubertáči a adolescenti

Kniha Pubertáči a adolescenti od Michaela Carr-Gregga a Erin Shale provází rodiče i pečující osoby obdobím dospívání a ukazuje, co teenageři potřebují, jak přemýšlejí a proč jejich chování někdy působí tak náročně. Nabízí srozumitelný průvodce pubertou, komunikací i hranicemi v období velkých vývojových změn.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodiny

# Rodičovství a výchova



## Výchova bez poražených

Thomase Gordona

Publikace Výchova bez poražených od Thomase Gordona patří mezi klasické knihy o respektující komunikaci mezi dospělým a dítětem. Nabízí cestu, jak řešit konflikty bez zbytečných bojů o moc, jak naslouchat a jak nastavovat hranice tak, aby vztah nebyl založen na strachu ani na porážce jedné strany.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodiny



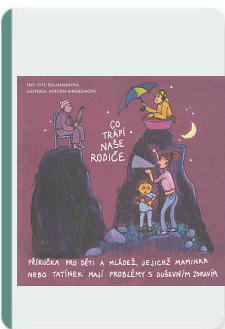
## Děti a emoce

V. Černého a K. Grofové

Publikace Děti a emoce od V. Černého a K. Grofové se zaměřuje na emoční vývoj dítěte a na to, jak děti své pocity prožívají a dávají najevo. Pěstounům může pomoci lépe rozumět tomu, co stojí za chováním dítěte, a jak reagovat citlivě a zároveň pevně.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Co trápí naše rodiče

Příručka pro děti a mládež, jejichž maminka nebo tatínek mají problémy s duševním zdravím.

Uznatelný rozsah vzdělávání

2 hodiny

# Rodičovství a výchova



## Po dobrém nebo po zlém?

Zdeňka Matějčka

Kniha *Po dobrém nebo po zlém?* od Zdeňka Matějčka se věnuje výchově dítěte s důrazem na vztah, důslednost a zdravý rozum. Je přístupná, praktická a stále inspirativní pro rodiče i pěstouny, kteří hledají vyvážený přístup k vedení dítěte.

Uznatelný rozsah vzdělávání

3 hodiny



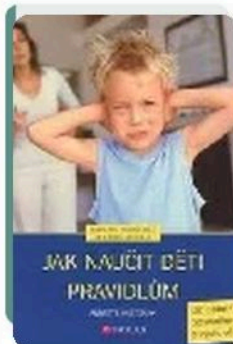
## Cesta ke šťastnému dětství

Catherine Gueguen

Publikace *Cesta ke šťastnému dětství* od Catherine Gueguen přináší poznatky o tom, jak vztahy, empatie a bezpečné prostředí ovlivňují vývoj dětského mozku i psychiky. Podporuje laskavý a respektující přístup k dětem a ukazuje, že citlivá výchova má pevnou oporu v moderních poznatcích.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin



## Jak naučit děti pravidlům

Annette Kast-Zahn

Kniha *Jak naučit děti pravidlům* od Annette Kast-Zahn nabízí praktický a srozumitelný návod, jak nastavovat hranice a budovat každodenní řád bez zbytečných konfliktů. Je užitečná zejména tam, kde dítě potřebuje bezpečnou strukturu, předvídatelnost a klidné vedení.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodiny

# Rodičovství a výchova



## Rodiče potřebují hranice

Uli Hauser

Publikace *Rodiče potřebují hranice* od Uli Hauser ukazuje, že jasné a laskavé hranice nejsou v rozporu s blízkostí, ale naopak vytvářejí pro dítě pocit bezpečí. Kniha může pomoci pečujícím osobám najít rovnováhu mezi citlivostí, důsledností a péčí o vlastní rodičovskou stabilitu.

Uznatelný rozsah vzdělávání

3 hodiny



## Děti a pět jazyků lásky

Garyho Chapmana

Kniha *Děti a pět jazyků lásky* od Garyho Chapmana ukazuje, že děti mohou lásku přijímat různými způsoby a že pro budování vztahu je důležité rozumět jejich potřebám. Pro pěstouny může být inspirací, jak vědomě posilovat vztah s dítětem a jak mu dávat najevo přijetím způsobem, kterému rozumí.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Děti a problémy v chování

Miluše Hutyrové

Publikace *Děti a problémy v chování* od Miluše Hutyrové se věnuje tomu, co může stát za náročným dětským chováním a jak s ním pracovat citlivě a zároveň prakticky. Kniha může být přínosná pro pečující osoby, které chtějí hledat příčiny chování dítěte a neřešit pouze jeho vnější projevy.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Rodičovství a výchova

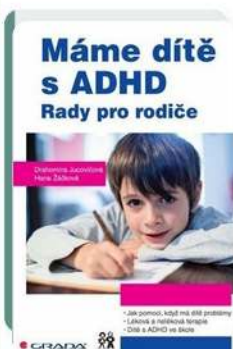


## Děti potřebují hranice

Kniha Děti potřebují hranice od Jana-Uwe Roggeho připomíná, že děti ke svému bezpečí a orientaci potřebují jasná pravidla i laskavé vedení. Je vhodná pro rodiče a pěstouny, kteří chtějí nastavovat hranice s respektem a bez zbytečné tvrdosti.

Uznatelný rozsah vzdělávání

3 hodiny



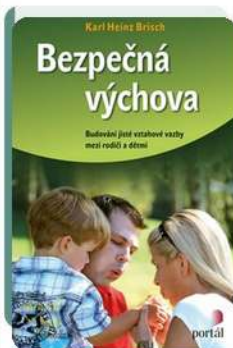
## Máme dítě s ADHD

Drahomíry Jucovičové

Publikace Máme dítě s ADHD od Drahomíry Jucovičové pomáhá rodičům a pečujícím lépe porozumět projevům poruchy pozornosti a hyperaktivity v běžném životě. Nabízí praktické tipy pro domácí fungování, komunikaci i podporu dítěte ve škole.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Bezpečná výchova

Karla Heinze Brische

Publikace Bezpečná výchova od Karla Heinze Brische vychází z teorie vazby a ukazuje, jak lze výchovu stavět na jistotě, blízkosti a citlivém vedení. Je inspirativní pro rodiče i pěstouny, kteří chtějí budovat vztah, který dítě stabilizuje a posiluje.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodiny

# Rodičovství a výchova



## Co kdy a jak ve výchově dětí

Zdeňka Matějčka

Kniha Co kdy a jak ve výchově dětí od Zdeňka Matějčka nabízí zkušený a přehledný pohled na různé fáze dětského vývoje a na otázky, které rodiče výchovou běžně provázejí. Je praktická, srozumitelná a i po letech zůstává užitečnou oporou pro pečující osoby.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Rodiče a děti

Srozumitelně napsaná a dodnes podnětná kniha, ve které Zdeněk Matějček předává své zkušenosti z dětské psychologie a citlivě provází čtenáře tématy výchovy, vztahu mezi rodiči a dětmi i porozumění dětskému prožívání. Publikace je určena rodičům, prarodičům, vychovatelům i dalším dospělým, kteří chtějí lépe porozumět potřebám dítěte a podpořit jeho zdravý...

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Děti jsou taky lidi

Zdeňky Šíp Staňkové

Publikace Děti jsou taky lidi od Zdeňky Šíp Staňkové zdůrazňuje respekt k dítěti jako k plnohodnotné osobnosti s vlastními potřebami, prožíváním a důstojností. Kniha podporuje citlivější pohled na komunikaci, hranice i každodenní soužití s dětmi.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Rodičovství a výchova



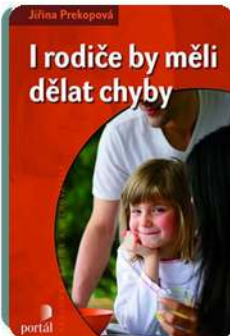
## Držte si své děti

Gordona Neufelda a Gábora Matého

Kniha *Držte si své děti* od Gordona Neufelda a Gábora Matého vysvětluje, proč je pro dítě zásadní vazba k rodiči nebo pečující osobě a co se děje, když tuto vazbu začnou nahrazovat vrstevníci. Pro pěstouny může být velmi přínosná v otázkách vztahové jistoty, autority i každodenního vedení dítěte.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin



## I rodiče by měli dělat chyby

Kniha *I rodiče by měli dělat chyby* od Jiřiny Prekopové připomíná, že dobré rodičovství není o dokonalosti, ale o opravdovosti, vztahu a schopnosti chyby unést i napravit. Nabízí povzbuzení i křesťansky laděný důraz na lidskost, odpuštění a blízkost.

Uznatelný rozsah vzdělávání

3 hodiny



## Malé děti potřebují rituály

Petry Kunze a Cathariny Salamander

Publikace *Malé děti potřebují rituály* od Petry Kunze a Cathariny Salamander ukazuje, jak velký význam má pro děti předvídatelnost, opakování a bezpečný denní řád. Je užitečná zejména tam, kde dítě potřebuje větší jistotu, zklidnění a pocit, že svět dává smysl.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodiny

# Rodičovství a výchova



## Proč jsou šťastné děti šťastné

Stevea Biddulpha

Kniha Proč jsou šťastné děti šťastné od Stevea Biddulpha se zaměřuje na to, co děti skutečně potřebují pro zdravý emoční vývoj, spokojenost a vnitřní stabilitu. Nabízí čtivý a praktický pohled na rodinu, vztahy a každodenní podmínky pro dětskou pohodu.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Rozvíjíme city, vůli, sebepojetí a komunikaci dětí

Svobodové, Hovjáčké a Kubecové

Publikace Rozvíjíme city, vůli, sebepojetí a komunikaci dětí od Svobodové, Hovjáčké a Kubecové se zaměřuje na praktickou podporu socioemočního vývoje dítěte. Může být užitečná pro rodiče, pěstouny i pedagogy, kteří chtějí cíleně posilovat sebevědomí, vztahy a komunikační dovednosti dětí.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodiny



## Sourozenci - o spravedlivé výchově

Markéty Skládalové

Kniha Sourozenci - o spravedlivé výchově od Markéty Skládalové se věnuje sourozeneckým vztahům, rivalitě, pocitu spravedlnosti i tomu, jak nepodporovat zbytečné srovnávání mezi dětmi. Je užitečná pro rodiny, ve kterých je potřeba posilovat bezpečné vztahy mezi sourozenci a citlivě reagovat na jejich odlišné potřeby.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodiny

# Rodičovství a výchova



## Tajemství výchovy šťastných dětí

Stevea Biddulpha

Publikace Tajemství výchovy šťastných dětí od Stevea Biddulpha nabízí srozumitelný pohled na to, co děti potřebují pro radostný a zdravý vývoj. Zaměřuje se na vztahy, bezpečí, přiměřené vedení a na prostředí, ve kterém může dítě růst s důvěrou v sebe i ve svět.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Vychováváme děti a rosteme s nimi

Naomi Aldortové

Kniha Vychováváme děti a rosteme s nimi od Naomi Aldortové podporuje respektující a vědomý přístup k rodičovství. Povzbuzuje k tomu, aby dospělý vnímal dítě s empatií, ale zároveň pracoval i se svými vlastními emocemi, očekáváními a reakcemi.

Uznatelný rozsah vzdělávání

9 hodin



## Dítě na vlastní pohon

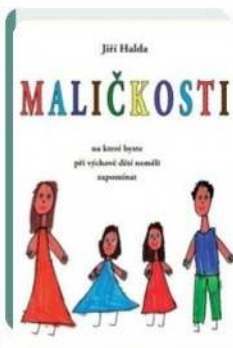
Williama Stixruda a Neda Johnsona

Kniha Dítě na vlastní pohon od Williama Stixruda a Neda Johnsona se věnuje tomu, jak podporovat samostatnost, vnitřní motivaci a odolnost dítěte bez zbytečného tlaku a kontroly. Je přínosná zejména pro rodiče a péstouny starších dětí a dospívajících.

Uznatelný rozsah vzdělávání

12 hodin

# Rodičovství a výchova



## Maličkosti, na které byste při výchově dětí neměli zapomenout

Publikace Maličkosti, na které byste při výchově dětí neměli zapomenout od Jiřího Haldy připomíná drobné, ale důležité principy každodenního soužití s dětmi. Je čtivá, srozumitelná a může sloužit jako praktická inspirace pro pečující osoby, které chtějí posilovat vztah i zdravý vývoj dítěte.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin



## Budeme mít prvňáčka

Jana Kropáčková

Publikace pomáhá rodičům připravit dítě na vstup do školy bez zbytečného tlaku. Věnuje se školní zralosti, adaptaci i tomu, jak dítě citlivě provázet změnou.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodin



## Jak zvládnout problémy dětí?

Kendíková, Vosmik

Publikace nabízí srozumitelný přehled častých dětských obtíží a možností, jak na ně reagovat. Užitečná je pro rodiče i pečující, kteří chtějí lépe rozumět dětskému chování.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Rodičovství a výchova



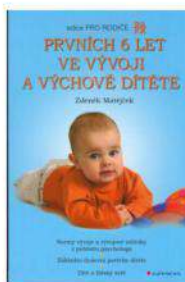
## AHA! Rodičovství

Laura Markhamová

Kniha propojuje moderní poznatky o vývoji dítěte s každodenní rodičovskou praxí. Zdůrazňuje vztah, emoční bezpečí a výchovu bez zbytečných trestů a křiku.

Uznatelný rozsah vzdělávání

8 hodin



## Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte

Zdeněk Matějček

Klasická publikace o raném vývoji dítěte a o tom, co děti v prvních letech života skutečně potřebují. Pomáhá pečujícím lépe porozumět vývojovým úkolům i citové vazbě.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Maminko, nekřič!

Jeannine Mik

Kniha podporuje rodiče v tom, jak zvládat vlastní emoce a omezovat křik ve výchově. Nabízí praktické kroky k většímu klidu, respektu a vědomější komunikaci.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Rodičovství a výchova



V každé chvíli  
jste mi  
vzorem

Jiří Halda

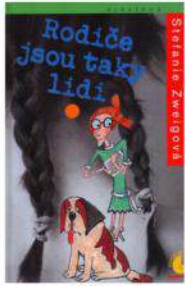
## V každé chvíli jsi mi vzorem

Jiří Halda

Autor připomíná, že děti se neučí jen ze slov, ale především z každodenního příkladu dospělých. Kniha podporuje vědomější rodičovství a všímavost k vlastnímu chování.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodin



## Rodiče jsou taky lidi

Stefanie Zweigová

Románově laděný příběh připomíná, že rodiče i děti nesou svá zranění, limity a očekávání. Otevírá témata vztahů, porozumění i mezigeneračního napětí.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Komunikace a vztahy



## Jak mluvit, aby nás děti poslouchaly

Adele Faber a Elaine Mazlish

Známa kniha Jak mluvit, aby nás děti poslouchaly od Adele Faber a Elaine Mazlish nabízí praktické komunikační postupy, které pomáhají předcházet konfliktům a posilovat spolupráci. Je velmi užitečná pro každého, kdo chce s dětmi mluvit s respektem, ale zároveň srozumitelně a účinně.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Jak mluvit, aby nás teenageři poslouchali

Adele Faber a Elaine Mazlish

Kniha Jak mluvit, aby nás teenageři poslouchali od Adele Faber a Elaine Mazlish přináší praktické návody, jak komunikovat s dospívajícími bez zbytečných hádek, moralizování a boje o moc. Ukazuje, jak si v období puberty uchovat vztah, respekt i prostor pro samostatnost dítěte.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Budování citového pouta

Daniela A. Hughese

Publikace Budování citového pouta od Daniela A. Hughese se zaměřuje na vytváření bezpečného vztahu s dítětem, které má zkušenost s narušenou vazbou nebo traumatem. Je velmi cenná pro pěstouny, protože ukazuje, jak se vztah nevynucuje, ale buduje skrze přijetí, naladění a důvěru.

Uznatelný rozsah vzdělávání

7 hodin

# Komunikace a vztahy



## Respektovat a být respektován

Jany Nováčkové a Dobromily Nevolové

Kniha Respektovat a být respektován od Jany Nováčkové a Dobromily Nevolové patří mezi základní tituly respektující výchovy. Nabízí praktické principy komunikace, nastavování hranic i řešení konfliktů tak, aby dítě i dospělý mohli zůstat ve vztahu a v důstojnosti.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin



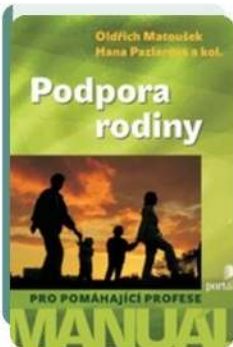
## Psychologie lži

Lenky Mynaříkové

Publikace Psychologie lži od Lenky Mynaříkové se věnuje tomu, proč lidé lžou, co lež ve vztazích znamená a jak ji chápat v širších psychologických souvislostech. V práci s dětmi a dospívajícími může přinést užitečný pohled na obranné mechanismy, stud a potřebu bezpečí.

Uznatelný rozsah vzdělávání

7 hodin



## Podpora rodiny

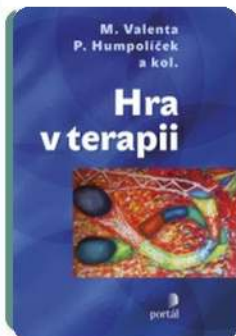
Matouška a Pazlarové

Publikace Podpora rodiny od Matouška a Pazlarové se zaměřuje na práci s rodinou v sociálních a pomáhajících službách. Přináší důležité souvislosti pro odborníky i doprovázející organizace, které hledají způsoby, jak rodinu posilovat, nejen řešit její problémy.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin

# Komunikace a vztahy



## Hra v terapii

Valenty, Humpolíčka a kolektivu

Kniha Hra v terapii od Valenty, Humpolíčka a kolektivu se věnuje významu hry jako přirozeného prostředku kontaktu, porozumění i léčby v práci s dětmi. Je přínosná pro odborníky i pečující osoby, které chtějí lépe chápat, co dítě ve hře sděluje a jak lze hru využít podpůrně.

Uznatelný rozsah vzdělávání

8 hodin



## Komunikace v problémových situacích

Rachel W. Sperry

Praktický průvodce komunikací ve chvílích napětí, konfliktu nebo nejistoty. Nabízí doporučení, jak mluvit srozumitelně, klidně a s respektem i v náročných situacích.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin



## Najděte si svého marťana

Marek Herman

Autor poutavě píše o odlišnostech mezi světem dětí a dospělých i mezi mužským a ženským způsobem prožívání. Kniha podporuje laskavější a srozumitelnější komunikaci v rodině.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin

# Komunikace a vztahy



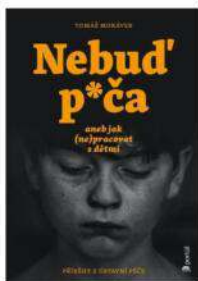
## Umění slovní sebeobrany

Matthias Pöhm

Praktická kniha pro všechny, kdo chtějí lépe reagovat na manipulaci, nátlak nebo slovní útok. Nabízí konkrétní strategie, jak si zachovat klid a zároveň se účinně bránit.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Nebud' p\*ča aneb jak nepracovat s dětmi

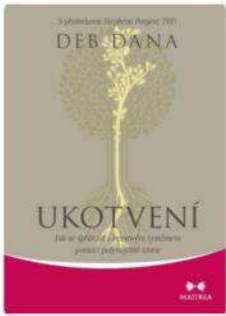
Tomáš Morávek

Přímočará a provokativně laděná kniha o chybách dospělých v práci s dětmi. Připomíná, jak důležité je dítě respektovat, opravdu naslouchat a nepodceňovat vztah.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Psychohygiena a osobní rozvoj

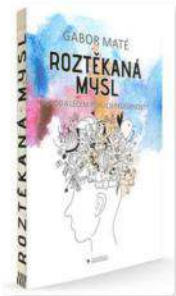


## Ukotvení - polyvagiální teorie

Pokud se cítíte pod tlakem každodenního stresu, je čas obnovit rovnováhu vašeho nervového systému. Kniha od Deb Dany představuje přístup, který vám pomůže najít cestu zpět k životní pohodě skrze praktickou aplikaci polyvagiální teorie. Autorka vás v této knize provede jednoduchými cvičeními, která obohatí váš vztah k tělu a podpoří jeho přirozené léčivé...

Uznatelný rozsah vzdělávání

7 hodin

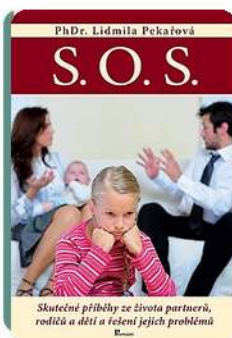


## Roztěkaná mysl

Revoluční kniha od autora Maté, který osobně žije s diagnózou ADD. Tato publikace přináší zcela novou perspektivu na poruchu pozornosti, ukazuje, že ADD není dědičné onemocnění, ale opoždění ve vývoji, které lze aktivně zvrátit. Maté ve své práci objasňuje, jak se v raném dětství nedostatečně vyvinuly okruhy mozku zodpovědné za emoční seberegulaci a řízení...

Uznatelný rozsah vzdělávání

8 hodin



## S.O.S.

Lidmily Pekařové

Kniha S.O.S. od Lidmily Pekařové nabízí příběhy a situace ze života partnerů, rodičů a dětí a ukazuje, jak se v náročných chvílích neztratit v emocích ani ve vztazích. Je vhodná pro čtenáře, kteří hledají srozumitelný, praktický a lidský pohled na rodinné problémy a jejich možné řešení.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Psychohygiena a osobní rozvoj



## Jak žít a nezbláznit se

Lidmily Pekařové

Publikace Jak žít a nezbláznit se od Lidmily Pekařové je psaná čtivě a s důrazem na každodenní život rodiny, partnerské soužití i rodičovské role. Kniha může pomoci těm, kdo chtějí lépe chápat vlastní reakce, hledat větší nadhled a posilovat zdravější fungování vztahů.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Kam se poděl můj sýr?

Spencera Johnsona

Kniha Kam se poděl můj sýr? od Spencera Johnsona je krátký a srozumitelný příběh o změně, nejistotě a schopnosti přizpůsobit se nové situaci. Přestože není určena přímo rodičům, může být inspirativní všude tam, kde je potřeba přijmout změnu, ztrátu jistoty a hledat nové cesty.

Uznatelný rozsah vzdělávání

2 hodiny



## Můj boj s úzkostí

Tomáše Vondry

Kniha Můj boj s úzkostí od Tomáše Vondry přináší osobní a otevřený pohled na prožívání úzkosti a na cestu, jak s ní žít a postupně ji zvládat. Může být užitečná starším dospívajícím i dospělým, kteří chtějí lépe rozumět svému prožívání nebo prožívání blízkého člověka.

Uznatelný rozsah vzdělávání

2 hodiny

# Psychohygiena a osobní rozvoj



## Nikdy není pozdě na šťastné dětství

Bena Furmana

Kniha Nikdy není pozdě na šťastné dětství od Bena Furmana přináší povzbudivý pohled na to, že i po těžkých zkušenostech lze hledat změnu, posilu a nový způsob prožívání. Nabízí naději a praktické podněty pro práci s dětmi i dospělými, kteří si nesou zranění z minulosti.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Konec prokrastinace

Petr Ludwig

Praktická kniha o odkládání povinností, motivaci a práci s vlastní energií. Nabízí konkrétní nástroje, jak zvládat zahlcení a vrátet se k tomu, co je skutečně důležité.

Uznatelný rozsah vzdělávání

8 hodin



## Odserte se z vaší hlavy a začněte žít

Gary John Bishop

Motivační kniha psaná přímočaře a bez zbytečných oklik. Povzbuzuje čtenáře k převzetí odpovědnosti, zastavení sebeomezujících myšlenek a aktivní změně.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Psychohygiena a osobní rozvoj



## Jak žít a vyhnout se syndromu vyhoření

Radkin Honzák

Autor čtivě vysvětluje, co vede k vyčerpání a jak si v pomáhajících profesích udržet duševní rovnováhu. Nabízí praktické podněty pro prevenci dlouhodobého přetížení.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Mindfulness

Debra Burdick

Kniha přibližuje všímavost jako praktický způsob, jak zklidnit mysl a lépe zvládat stres. Nabízí jednoduchá cvičení využitelná v každodenním životě.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Přestaňte řešit h\*vna

Gary John Bishop

Provokativně napsaná motivační kniha vede k větší jednoduchosti, rozhodnosti a ochotě pustit to, co člověka zbytečně zahlcuje. Nabízí impuls k praktické změně.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Náročné životní situace



## Svítilící děti

V knize Svítící děti dětský klinický psycholog Dr. Nicholas Kardaras zkoumá, jak technologie – přesněji řečeno obrazovka se vši její zářící všudypřítomností – zasáhla mozky celé generace dětí. Výzkum mozkových skenů ukazuje, že stimulující zářící obrazovky aktivují dopamin v mozku podobně jako sex. A každým dnem vyšší hromádka klinického výzkumu dává do...

Uznatelný rozsah vzdělávání

9 hodin



## Malinka

Silný a čtivý román o dívce, která byla po narození adoptována a celý život se vyrovnává s otázkami vlastního původu, identity a přijetí. Autorka citlivě zachycuje složitost rodinných vztahů, hledání blízkosti i nejistotu, která může provázet děti vyrůstající v náhradní rodinné péči. Kniha otevírá téma rodičovství v různých podobách a ukazuje, jak hluboce člověka ovlivňuje...

Uznatelný rozsah vzdělávání

7 hodin



## Sama bych se v nebi bála

Ludmily Janákové

Silný titul Sama bych se v nebi bála od Ludmily Janákové otevírá témata ztráty, nejistoty, osamění a hledání bezpečí. Kniha může pomoci nahlédnout do prožívání dítěte či dospívajícího, který nese těžké zkušenosti a potřebuje blízkost, přijetí a pochopení.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Náročné životní situace



## Spratek

Psychologický román, v němž americká speciální psycholožka a učitelka uplatnila dlouholeté zkušenosti z vlastní pedagogické praxe s postiženými a nepřízpůsobivými dětmi, vypráví autentický příběh zanedbaného šestiletého děvčátka.

Uznatelný rozsah vzdělávání

7 hodin



## Holka, kterou nechtěli

Torey L. Hayden

Kniha Holka, kterou nechtěli od Torey L. Hayden je silným příběhem dítěte, které nese těžké zranění a bolestné odmítnutí. Čtenáři může pomoci lépe porozumět tomu, jak se trauma, zanedbání a nedostatek bezpečí promítají do dětského chování a vztahů.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Dcera padajícího listí

Terezy Nagy Štolbové

Silný autobiografický příběh Dcera padajícího listí od Terezy Nagy Štolbové otevírá téma identity, kořenů, přijetí a dlouhé cesty k porozumění vlastní minulosti. Kniha může být důležitá pro všechny, kdo se dotýkají tématu náhradní péče, hledání původu a vztahové nejistoty.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodiny

# Náročné životní situace



## (Ne)obyčejný kluk

R. J. Palacio

Kniha (Ne)obyčejný kluk od R. J. Palacio je silný příběh o odlišnosti, přijetí, empatii a síle vztahů. Pro děti i dospělé otevírá důležitá témata respektu, citlivosti k druhým a toho, jak velkou roli hraje přijetí ze strany okolí.

Uznatelný rozsah vzdělávání

9 hodin

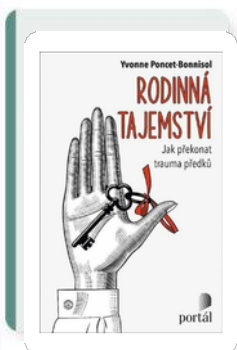


## Přehlížená holka

Příběh dvanáctileté Eloise, která přichází do péče po řadě velmi náročných životních zkušeností. Kniha ukazuje, jak se do chování dítěte mohou promítat trauma, zklamání a dlouhodobá nejistota v blízkých vztazích. Zároveň přibližuje náročnost práce s dítětem, které potřebuje bezpečí, přijetí a trpělivý, citlivý přístup. Publikace může být pro pěstouny cenná tím, že otevír...

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Rodinná tajemství - Jak překonat trauma předků

Yvonne Poncet-Bonnisol

Kniha Rodinná tajemství - Jak překonat trauma předků od Yvonne Poncet-Bonnisol otevírá téma přenosu nezpracovaných rodinných zkušeností mezi generacemi. Může být inspirativní pro čtenáře, kteří se chtějí zamyslet nad tím, jak minulost rodiny ovlivňuje přítomné vztahy a prožívání.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodiny

# Náročné životní situace

## Řetěz dobra

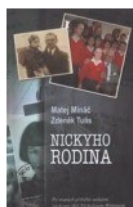


Kniha Řetěz dobra od Matěje Mináče připomíná sílu lidské pomoci, solidarity a odvahy jednat ve prospěch druhých. Může být inspirativním čtením pro starší děti i dospělé a otevírá téma vztahů, vděčnosti a mezigeneračního dobra.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

## Nickyho rodina



Matěj Mináče

Kniha Nickyho rodina od Matěje Mináče navazuje na skutečné příběhy dětí zachráněných sirem Nicholasem Wintonem a ukazuje sílu lidskosti, přijetí a pomoci. Přináší citlivé téma odloučení, bezpečí a nového začátku v rodině i mimo ni.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

## Vyrovňávání se dítěte se ztrátou a odloučením



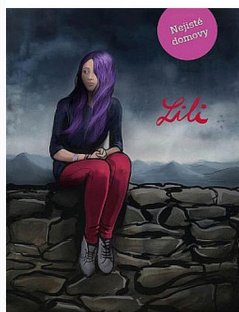
Julie Sorensen

Publikace Vyrovňávání se dítěte se ztrátou a odloučením od Julie Sorensen se zaměřuje na dětské prožívání odloučení, zármutku a narušené jistoty. Je velmi užitečná pro pěstouny, kteří pečují o děti se zkušeností se ztrátou, přechody a nejistými vztahy.

Uznatelný rozsah vzdělávání

2 hodiny

# Náročné životní situace



## Lili a dvě mámy

Komiksový příběh dospívající dívky, která vyrůstá v neobvyklém rodinném uspořádání a hledá své místo ve vztazích i ve světě kolem sebe. Kniha otevírá témata identity, přijetí, odlišnosti a potřeby bezpečného zázemí. Pro pěstouny může být podnětná tím, že přibližuje dětské a dospívající prožívání a podporuje větší porozumění tomu, jak důležité jsou pro dítě stabilní vzta...

Uznatelný rozsah vzdělávání

3 hodiny

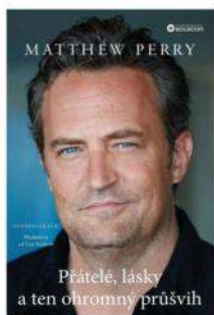


## To už je všechno smazaný

Kniha otevírá téma původu, identity a života dítěte, které hledá odpovědi na otázky o své minulosti. Může být silným čtením pro dospívající i dospělé, protože citlivě ukazuje potřebu vědět, odkud člověk pochází a komu patří jeho příběh.

Uznatelný rozsah vzdělávání

2 hodiny



## Přátelé, lásky a ten ohromný průšvih

Matthew Perry

Upřímné memoáry o slávě, závislosti, ztrátách i hledání cesty ven. Kniha nabízí silné svědectví o křehkosti člověka za veřejnou rolí a o možnostech zotavení.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin

# Náročné životní situace



## Ukradené dětství

Lisa Brönnimann

Silný příběh o dětství poznamenaném bolestí, nejistotou a porušováním hranic. Kniha otevírá témata traumatu, ztráty bezpečí a cesty k uzdravování.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Můj syn feťák

Eva, Petr a Luboš Hacialovi

Osobní a bolestně otevřená výpověď o životě rodiny zasažené závislostí dítěte. Kniha přináší zkušenost bezmoci, hledání pomoci i naděje.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodin



## Les v domě

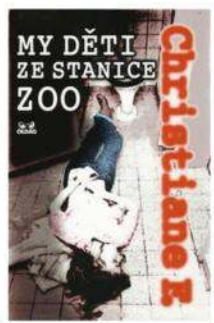
Alena Mornštajnová

Silný román o rodině, traumatu, mlčení a dlouhodobých následcích nezpracované bolesti. Přináší čtenářsky působivé, ale zároveň velmi citlivé zpracování těžkých témat.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Náročné životní situace



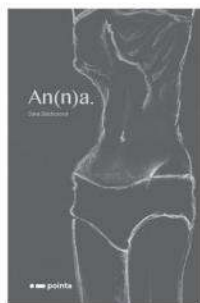
## My děti ze stanice Zoo

Christiane F.

Silný autobiografický příběh o dospívání, závislosti a rozpadu bezpečí. Kniha může sloužit jako podnět k rozhovoru o zranitelnosti mladých lidí a rizikovém chování.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin



## An(n)a

Sára Báchorová

Komorní příběh o dospívání, vztazích a vnitřním světě mladého člověka. Nabízí prostor k přemýšlení o identitě, přijetí a osobní citlivosti.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodin



## Pavučina minulosti

Zuzana S.

Příběh otevírá téma minulých zranění, rodinných tajemství a jejich dopadu na současný život. Vhodný je i jako podnět k rozhovoru o traumatu a jeho následcích.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodin

# Náročné životní situace



## Hra na pavoučka

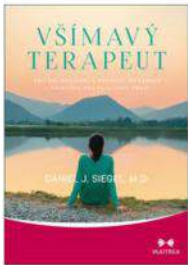
Zuzana S.

Autentický a velmi silný příběh ženy, která od dětství čelila sexuálnímu zneužívání, násilí a psychickému týrání. Kniha bez přikras ukazuje dopady traumatu i selhání rodiny a institucí a zároveň přináší svědectví o odvaze a cestě k uzdravení.

Uznatelný rozsah vzdělávání

8 hodin

# Trauma, vazba a pěstounská péče

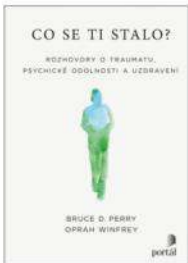


## Všímavý terapeut

Odborná, ale srozumitelně podaná publikace, která ukazuje, jak důležitou roli hraje v terapeutické práci všímavá přítomnost, vztah a schopnost porozumět vnitřnímu prožívání klienta. Autor propojuje poznatky o fungování mozku, emocí a mezilidských vztahů a nabízí podněty, jak vytvářet bezpečný a léčivý prostor pro změnu. Kniha je určena především odborníkům a...

Uznatelný rozsah vzdělávání

11 hodin



## Co se ti stalo?

Velmi podnětná kniha, která přibližuje, jak trauma a náročné zkušenosti z dětství ovlivňují prožívání, chování i vztahy člověka. Autoři propojují osobní zkušenosti Oprah Winfrey s odborným pohledem Bruce Perryho a ukazují, proč je důležité ptát se ne „co je s tebou špatně“, ale „co se ti stalo“. Kniha může být pro pěstouny cenná tím, že pomáhá lépe porozumět...

Uznatelný rozsah vzdělávání

10 hodin



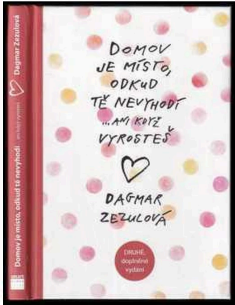
## Slzy raného dětství

Kniha, která pomáhá porozumět dětskému pláči, vzdoru a silným emocím v raném věku. Autorka nabízí citlivý a empatický pohled na dětské prožívání a ukazuje, jak mohou dospělí reagovat tak, aby podporovali bezpečí, vztah a zdravý emoční vývoj dítěte. Kniha může být pro pěstouny přínosná tím, že přináší konkrétní podněty, jak zvládat náročné situace s...

Uznatelný rozsah vzdělávání

8 hodin

# Trauma, vazba a pěstounská péče



## Domov je místo, odkud tě nevyhodí ani když vyrosteš

Dagmar Zezulové

Kniha Domov je místo, odkud tě nevyhodí ani když vyrosteš od Dagmar Zezulové přináší autentický a čtivý pohled na náhradní rodinnou péči a na to, co pro dítě znamená bezpečí, přijetí a vztahová jistota. Může být cenná pro pěstouny i odborníky, kteří chtějí lépe porozumět zkušenosti dítěte a významu stabilního domova.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

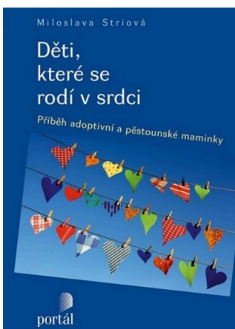


## Rozbitá

Emotivní příběh osmileté dívky Jodie, která po těžkých zkušenostech v biologické rodině přichází do pěstounské péče. Kniha citlivě ukazuje, jak hluboké následky může mít zanedbávání, nejistota a opakované zklamání v blízkých vztazích. Zároveň přibližuje náročnost péče o dítě s traumatickou zkušeností a otevírá témata důvěry, bezpečí,...

Uznatelný rozsah vzdělávání

7 hodin



## Děti, které se rodí v srdci

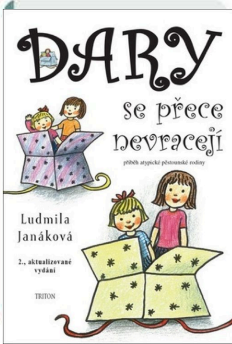
Miroslava Stridové

Kniha Děti, které se rodí v srdci od Miroslavy Stridové se věnuje tématu přijetí dítěte, vztahového pouta a cesty k rodičovství, které nevzniká jen biologicky, ale především v každodenním vztahu. Je vhodná pro pěstouny a adoptivní rodiče, kteří hledají citlivé povzbuzení a porozumění své cestě.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Trauma, vazba a pěstounská péče



## Dary se přece nevrací

Ludmily Janákové

Kniha Dary se přece nevrací od Ludmily Janákové přináší emotivní příběh dotýkající se vztahů, přijetí a hodnoty dítěte. Pro pěstouny může být podnětem k zamyšlení nad tím, jak hluboce dítě vnímá odmítnutí, nejistotu i potřebu někam skutečně patřit.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Bezpečná vazba mezi náhradními rodiči a dítětem

Kate Cairns

Kniha Bezpečná vazba mezi náhradními rodiči a dítětem od Kate Cairns vysvětluje základní pojmy bezpečné vazby, traumatu a psychické odolnosti a nabízí strategie, jak podporovat dítě s raným zraněním ve vztazích. Je velmi užitečná pro pěstouny i odborníky, kteří chtějí lépe chápat chování dítěte v souvislosti s jeho minulou zkušeností.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodiny



## Dítě traumatizované v blízkých vztazích

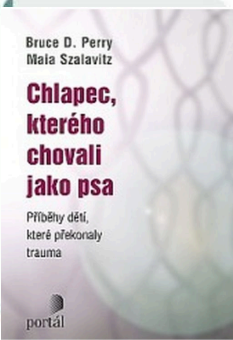
Oldřicha Matouška

Kniha Dítě traumatizované v blízkých vztazích od Oldřicha Matouška otevírá téma dopadů zanedbávání, týrání a nejistých vztahů na dětský vývoj. Pomáhá vidět souvislosti mezi raným traumatem a současným chováním dítěte a je cenná jak pro pěstouny, tak pro pracovníky pomáhajících profesí.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin

# Trauma, vazba a pěstounská péče



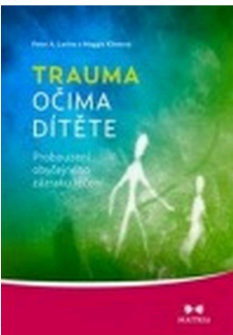
## Chlapec, kterého chovali jako psa

Bruce D. Perryho

Publikace Chlapec, kterého chovali jako psa od Bruce D. Perryho přináší silné kazuistiky dětí s těžkou traumatickou zkušeností a ukazuje, jak trauma ovlivňuje vývoj mozku i chování. Kniha pomáhá pochopit, proč některé děti reagují extrémně, a proč je pro jejich uzdravování zásadní bezpečný a stabilní vztah.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin



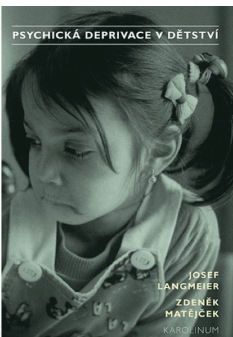
## Trauma očima dítěte

Petera A. Levina a Maggie Kline

Kniha Trauma očima dítěte od Petera A. Levina a Maggie Kline přináší citlivý pohled na to, jak děti prožívají a ukládají stresové a traumatické zkušenosti. Nabízí porozumění tělesným i emočním reakcím dítěte a ukazuje cesty, jak dítěti pomoci znovu získat pocit bezpečí.

Uznatelný rozsah vzdělávání

10 hodin



## Psychická deprivace v dětství

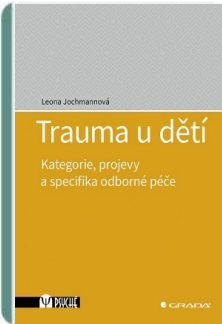
Zdeňka Matějčka a Josefa Langmeiera

Zásadní odborná kniha Psychická deprivace v dětství od Zdeňka Matějčka a Josefa Langmeiera vysvětluje, jaké dopady má na dítě dlouhodobý nedostatek blízkosti, jistoty a podnětného prostředí. Pro oblast pěstounské péče jde o velmi důležitý text, který pomáhá chápat hlubší souvislosti dětského vývoje.

Uznatelný rozsah vzdělávání

10 hodin

# Trauma, vazba a pěstounská péče



## Trauma u dětí

Leona Jochmannové přehledně

Publikace Trauma u dětí od Leony Jochmannové přehledně vysvětluje, jak se trauma u dítěte projevuje, proč někdy vypadá jako „zlobení“ a jak mu porozumět v souvislostech. Může být dobrým úvodem pro pečující osoby, které chtějí reagovat citlivěji a bezpečněji.

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin



## Tělo nezapomíná

Babette Rothschildové

Kniha Tělo nezapomíná od Babette Rothschildové se zaměřuje na tělesné aspekty traumatu a na to, jak se zátěžová zkušenost ukládá v těle i psychice. Pomáhá pochopit, že práce s traumatem není jen o vyprávění, ale také o bezpečné regulaci těla, emocí a nervového systému.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin



## Našli jsme se

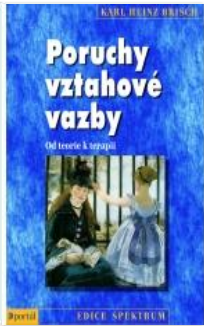
Ludmily Ambrožové

Kniha Našli jsme se od Ludmily Ambrožové nese téma hledání vztahu, přijetí a vzájemného setkání dítěte a pečujícího dospělého. Pro oblast náhradní rodinné péče může být cenná jako lidsky psaný titul o blízkosti, domově a společné cestě.

Uznatelný rozsah vzdělávání

3 hodiny

# Trauma, vazba a pěstounská péče



## Poruchy vztahové vazby

Karla Heinze Brische podrobně

Odborná kniha Poruchy vztahové vazby od Karla Heinze Brische podrobně vysvětluje, jak vznikají narušené vazebné vzorce a jak se mohou promítat do chování dítěte. Pro pěstouny a odborníky je důležitá zejména tím, že pomáhá vidět za problémovým chováním hlubší vztahové zranění.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin



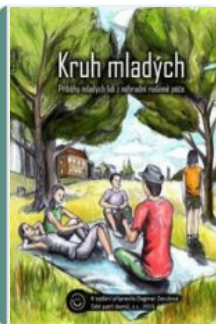
## Tělo sčítá rány

Bessela van der Kolka

Zásadní kniha Tělo sčítá rány od Bessela van der Kolka vysvětluje, jak trauma zasahuje tělo, mozek, emoce i vztahy. Pro pěstouny a odborníky je velmi cenná, protože pomáhá chápat chování traumatizovaných dětí v širších souvislostech a ukazuje, proč uzdravení potřebuje bezpečí, vztah i regulaci těla.

Uznatelný rozsah vzdělávání

10 hodin



## Kruh mladých

Publikace Kruh mladých vydaná organizací Děti patří domů přináší příběhy mladých lidí, kteří vyrůstali v náhradní rodinné péči, a otevírá jejich radosti, obavy i zkušenosti s hledáním identity. Je cenným čtením pro pěstouny i odborníky, protože dává prostor samotným hlasům dětí a dospívajících z náhradní péče.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodiny

# Trauma, vazba a pěstounská péče



## Jsi tam, brácho?

Jiřího Haldy

Kniha *Jsi tam, brácho?* od Jiřího Haldy se dotýká sourozeneckých vztahů, hledání blízkosti a důležitosti rodinných vazeb. Může být užitečná tam, kde je potřeba otevřít rozhovor o vztazích mezi sourozenci, o loajalitě a o místě dítěte v rodině.

Uznatelný rozsah vzdělávání

7 hodin



## Budování identity dítěte

Stručná a srozumitelná publikace, která upozorňuje na význam identity dítěte, zejména v náhradní rodinné péči. Autor vysvětluje, proč je důležité aktivně pomáhat dítěti porozumět jeho minulosti, původu a životnímu příběhu, a nabízí praktické podněty, jak v dítěti posilovat zdravé sebepojetí a pocit jistoty. Pro pěstouny může být text přínosný tím, že ukazuje, jak citliv...

Uznatelný rozsah vzdělávání

1 hodina



## Terapeutické rodičovství

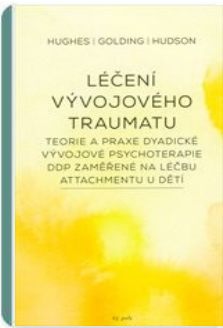
Kim S. Goldingové

Kniha *Terapeutické rodičovství* od Kim S. Goldingové přináší praktický přístup k péči o děti, které mají zkušenost s traumatem a narušenou vazbou. Ukazuje, jak spojit láskyplnost s terapeutickým porozuměním, aby každodenní péče dítě stabilizovala a uzdravovala.

Uznatelný rozsah vzdělávání

11 hodin

# Trauma, vazba a pěstounská péče



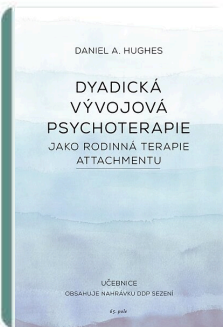
## Léčení vývojového traumatu

Daniela A. Hughese, Julie Hudson a Kim S. Goldingové

Kniha Léčení vývojového traumatu od Daniela A. Hughese, Julie Hudson a Kim S. Goldingové se zaměřuje na hlubší porozumění dopadům raného vztahového traumatu na dítě. Je velmi přínosná pro pěstouny i odborníky, protože propojuje teorii vazby, trauma a konkrétní přístupy podpory dítěte v každodenním životě.

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin

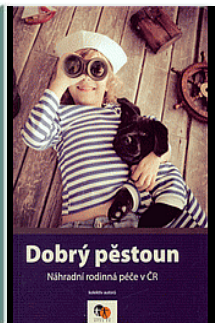


## Dyadická vývojová psychoterapie

Srozumitelně podaná publikace, která přibližuje principy terapie zaměřené na vztah mezi dítětem a pečujícím dospělým. Kniha ukazuje, jak lépe porozumět chování dítěte z pohledu teorie attachmentu a jak s využitím přístupu PACE a afektivně-reflexivního dialogu vytvářet bezpečný prostor pro uzdravování vztahu. Autor nabízí velké množství praktických...

Uznatelný rozsah vzdělávání

6 hodin



## Dobry pěstoun

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...

Uznatelný rozsah vzdělávání

5 hodin

# Trauma, vazba a pěstounská péče



## Dítě zvané „TO“

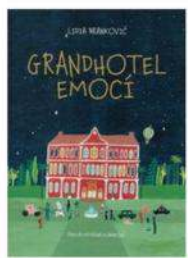
Dave Pelzer

Otřesná autobiografická výpověď o týrání dítěte a boji o přežití. Kniha silně přibližuje dopady dlouhodobého násilí a význam včasné pomoci.

Uznatelný rozsah vzdělávání

4 hodin

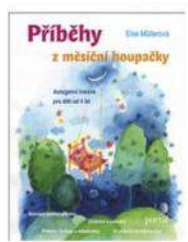
# Knihy pro děti a společné čtení



## Grandhotel emocí

Lidie Brankovič

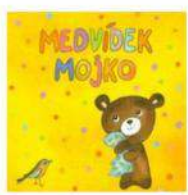
Kniha Grandhotel emocí od Lidie Brankovič je výtvarně působivý a srozumitelný titul, který dětem i dospělým pomáhá chápat emoce jako hosty, kteří přicházejí a odcházejí. Je výborná pro společné povídání o pocitech a pro rozvoj emoční gramotnosti.



## Příběhy z měsíční houpačky

Else Müller

Kniha Příběhy z měsíční houpačky od Else Müller nabízí laskavé, obrazné a terapeuticky laděné příběhy, které mohou dětem pomoci zpracovávat emoce a získávat větší vnitřní klid. Je vhodná pro společné čtení i jako jemná podpora dětského prožívání.



## Medvídek Mojko

Petry Pávkové

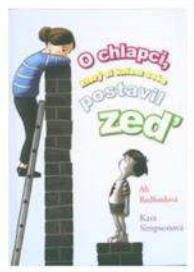
Terapeutická knížka Medvídek Mojko od Petry Pávkové je určena zejména dětem z pěstounských a adoptivních rodin a pomáhá jim mluvit o vlastním příběhu bezpečnou a srozumitelnou formou. Nabízí řadu paralel k životním zkušenostem dětí v náhradní péči a může být cenným nástrojem pro společné povídání.

# Knihy pro děti a společné čtení



## Deklarace

Kniha Deklarace, editovaná Zuzanou Novikovou a Andrejem Novikem, přibližuje témata lidských práv prostřednictvím povídek, ilustrací a rozhovorů. Může být inspirativní pro starší děti a dospívající, protože podporuje citlivost k druhým, hodnotu lidské důstojnosti a otevřený rozhovor o spravedlnosti.



## O chlapci, který kolem sebe postavil zeď

A. Redfordová a K. Simpsonová

Kniha O chlapci, který kolem sebe postavil zeď od A. Redfordové a K. Simpsonové je metaforickým a citlivým příběhem o dítěti, které se chrání před bolestí a zklamáním odstupem od druhých. Je velmi vhodná pro práci s dětmi, které mají zkušenost s traumatem, odmítnutím nebo narušenou důvěrou.

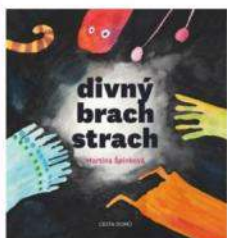


## Ferda a jeho mouchy

Michaely Dostálová a kolektivu

Kniha Ferda a jeho mouchy od Michaely Dostálové a kolektivu je určena dětem a citlivou formou otevírá téma neklidu, pozornosti a fungování s ADHD. Může být užitečná pro společné čtení s dítětem i pro dospělé, kteří hledají způsob, jak o těchto obtížích mluvit srozumitelně a bez nálepkování.

# Knihy pro děti a společné čtení



## Divný brach strach

Martiny Špinkové

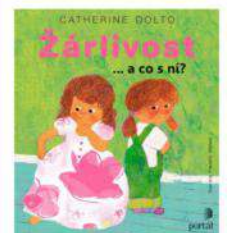
Kniha *Divný brach strach* od Martiny Špinkové je jemná a srozumitelná kniha o strachu, který se v životě dětí objevuje v mnoha podobách. Pomáhá o obavách mluvit bez studu a ukazuje, že strach lze sdílet, pochopit a postupně zvládat.



## Když dinosaurům někdo umře

Laurie a Marca Browna citlivě

Kniha *Když dinosaurům někdo umře* od Laurie a Marca Browna citlivě vysvětluje dětem téma smrti, loučení a truchlení. Je vhodná jako podpůrný materiál pro dospělé, kteří potřebují s dítětem otevřít těžké téma srozumitelně a bezpečně.



## Žárlivost a co s ní?

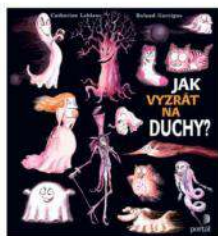
Catherine Dolto srozumitelně a přístupně

Kniha *Žárlivost a co s ní?* od Catherine Dolto srozumitelně a přístupně otevírá dětem téma žárlivosti, rivality a náročných pocitů ve vztazích. Je vhodná pro společné čtení a rozhovor o tom, že i těžké emoce jsou normální a dají se zvládnout bezpečným způsobem.

# Knihy pro děti a společné čtení

## Jak vyžrát na duchy?

C. Leblanc a R. Garigue



Knížka Jak vyžrát na duchy? od C. Leblanc a R. Garigue pomáhá dětem pracovat se strachem, fantazií a obavami, které je mohou znejišťovat. Hravou formou podporuje rozhovor o tom, co děti děsí, a jak si postupně budovat pocit bezpečí.

## Neboj, neboj!

M. Rezkové a L. Urbánka



Publikace Neboj, neboj! od M. Rezkové a L. Urbánka je zaměřená na dětské obavy a na cesty, jak s nimi pracovat laskavě a srozumitelně. Může dobře posloužit při společném čtení s dětmi, které potřebují povzbuzení, zklidnění a ujištění.

## Co se to se mnou děje? Moje emoce

Isabelle Filliozat



Kniha Co se to se mnou děje? Moje emoce od Isabelle Filliozat pomáhá dětem porozumět základním emocím a učí je, že pocity mají svůj význam a dají se bezpečně vyjádřit. Je vhodná pro společné čtení s dětmi, které se učí pojmenovat strach, vztek, smutek i radost.

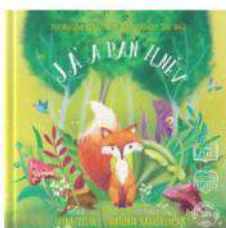
# Knihy pro děti a společné čtení



## A smutek utek

Martiny Mikové a Bary Valecké citlivě

Knížka A smutek utek od Martiny Mikové a Bary Valecké citlivě přibližuje dětem téma smutku, ztráty a toho, co pomáhá, když je člověku těžko. Může být dobrým podpůrným materiálem pro rozhovor s dítětem, které prožilo odloučení, ztrátu nebo náročnou životní změnu.



## Já a pan Hněv

Objevte kouzelný svět příběhu Já a pan Hněv, který vám přináší nezapomenutelnou lištičku Umu. Tato knížka je nejen o radosti a lásce, ale i o zvládání emocí, které nás někdy přepadnou. Lištička Umu je hravá postava, která cítí, miluje, směje se, ale i trpí hněvem. Společně s Umu se děti naučí, jak porozumět vlastním pocitům a jak se s nimi vyrovnávat. Tento příběh je...



## Kdo je rychlejší

Nádherná dětská kniha, která vypráví příběh o sebedůvěře a lásce k sobě samému. Tento fascinující příběh přenáší důležité poselství, že víra v sebe je klíčem k překonání překážek a dosažení svých cílů. Otevřete srdce vašich dětí a pomozte jim pochopit, jak důležité je mít důvěru v sebe sama. Ilustrace v této knize jsou živé a přitažlivé, což usnadňuje dětem...

# Knihy pro děti a společné čtení



## Jak se krotí tygr?

Tato škola je vhodná opravdu pro všechny, pro děti i dospělé, pediatry, pedagogy a rodiče. Lekce vycházejí ryze z praktických zkušeností kvalifikovaných krotitelů s praxí, proto nejde o žádné teoretizování. V několika lekcích se naučíte zacházet s tygry, chápat je, rozumět jim a spolupracovat s nimi. Pokud zvládnete alespoň jednu lekci, uvidíte, že se život ve vaší rodi...



## Huste internet

Autorky vás velmi vtipnou formou provedou úskalími a nebezpečími, které číhají na internetu na vás a vaše děti. Hlavní postava, desetiletý Michal, popisuje dění kolem své rodiny a komentuje problémy, s nimiž se setkává na internetu i v reálném světě. Řeč je o kyberšikaně, kybergroomingu (lákání na schůzku), o hrách a závislosti, škodlivém softwaru, reklam...



## Kočovníci severu

J. O. Curwood

Dobrodružný příběh z drsné severské přírody vypráví o odvaze, přátelství a vztahu člověka ke zvířatům. Kniha je vhodná i pro společné čtení s dětmi.

# Knihy pro děti a společné čtení



## My tři cvoci

Hana Bořkovicová

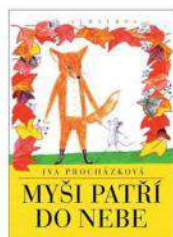
Citlivě a s humorem podaný příběh o dětech, které hledají své místo a jistotu ve světě dospělých. Kniha otevírá témata sourozeneckých vztahů, odlišnosti a přijetí.



## Pohyb s říkadly pro nejmenší

Zuzana Pospíšilová, Petra Poláčková

Sbírka jednoduchých pohybových aktivit a říkadel pro malé děti. Podporuje radost z pohybu, rytmus, kontakt s dospělým i společně strávený čas.



## Myši patří do nebe

Iva Procházková

Citlivý příběh o přátelství, smrti a naději, který dokáže s dětmi otevírat těžká témata s jemností a srozumitelně. Vhodný je pro společné čtení i následný rozhovor.

# Knihy pro děti a společné čtení

## Jak to chodí v lidské hlavě

Petra Štarková



Srozumitelná kniha pro děti o fungování psychiky, emocí a myšlení. Pomáhá dětem i dospělým mluvit o duševním zdraví jednoduše a bez studu.

## Jak přežít, když mě všechno štve

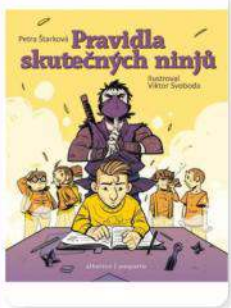
Elizabeth Verdictk



Praktická kniha pro děti a dospívající o zvládnání naštvání, frustrace a silných emocí. Nabízí konkrétní tipy, jak se uklidnit a reagovat bezpečněji.

## Pravidla skutečných ninjů

Petra Štarková

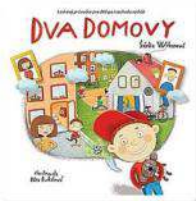


Hravě napsaná kniha učí děti sebeovládání, respektu a zvládnání náročných situací. Využívá blízký jazyk i humor, takže je dětem dobře přístupná.

# Knihy pro děti a společné čtení

## Dva domovy

Šárka Weberová



Kniha citlivě pomáhá dětem porozumět situaci, kdy žijí mezi dvěma domácnostmi. Podporuje pojmenování emocí, loajality i potřeby bezpečí.

## Jak přežít, když se často bojím

Lucie Bělohlávková



Průvodce pro děti, které zažívají strach, obavy nebo úzkost. Nabízí jednoduché strategie, jak s nepříjemnými pocity pracovat a jak si říct o pomoc.

## Pověz mi...

Martine F. Delfos



Kniha se zaměřuje na citlivé rozhovory s dětmi o náročných nebo intimních tématech. Pomáhá dospělým klást otázky bezpečně, s respektem a bez zbytečného nátlaku.

# Knihy pro děti a společné čtení



## Jak přežít šikanování

Aija Mayrock

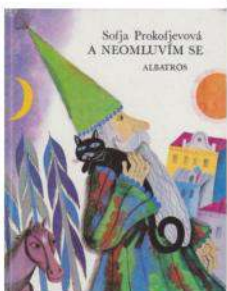
Kniha pro mladší čtenáře srozumitelně vysvětluje, co je šikana a jak ji rozpoznat. Posiluje odvahu hledat pomoc a ukazuje, že v tom dítě nemusí zůstat samo.



## Jak přežít, když se rodiče rozvádějí

Melanie, Annie a Stevan Fordovi

Praktická kniha pro děti, které procházejí rozchodem rodičů. Pomáhá jim rozumět změnám, pojmenovat emoce a hledat jistotu i uprostřed nejistoty.



## A neomluvím se

Sofja Prokofjevová

Příběh o dětském vzdoru, emocích a hledání cesty k usmíření. Umožňuje s dětmi mluvit o chybách, hrdosti i schopnosti napravovat vztahy.