

СОДЕРЖАНИЕ

Об авторах	9
О научных редакторах	11
Предисловие директора Института изучения детства, семьи и воспитания РАО Натальи Агре	15
Предисловие директора АНО «Азбука семьи» Дениса Салтеева	17
Введение	20
Благодарности	27
Отзывы родителей	28

ЧАСТЬ I Семейная система

Урок 1.1. Откуда мы родом?	33
Урок 1.2. Какой фундамент у семейной системы?	49
Урок 1.3. С чего начинается детство?	68
Урок 1.4. Какие ресурсы нужны родителям?	82
Урок 1.5. Как сберечь психическое здоровье ребенка?	101
Урок 1.6. Какие качества родители формируют в детях?	119

ЧАСТЬ II

Привязанность

Урок 2.1. Что такое привязанность и как она работает?	137
Урок 2.2. Какое значение имеют перинатальный период и роды?	150
Урок 2.3. Как дети выбирают своих взрослых?	164
Урок 2.4. Какие бывают типы привязанности?	179
Урок 2.5. После семи уже поздно?	199
Урок 2.6. Чем грозит нарушение привязанности?	213

ЧАСТЬ III

Детская психологическая травма

Урок 3.1. Что может сломать детей?	235
Урок 3.2. Как у детей возникают «малые травмы»?	251
Урок 3.3. Как сказываются на детях «большие» и «повторяющиеся» травмы?	267
Урок 3.4. Какие последствия у «травмы развития»?	283
Урок 3.5. Как стресс влияет на развитие мозга ребенка?	297
Урок 3.6. Как помочь ребенку справиться с последствиями травм?	311

ЧАСТЬ IV

Трудное поведение

Урок 4.1. Трудный или удобный?	329
Урок 4.2. Каким бывает трудное поведение родителей?	345
Урок 4.3. Почему дети бывают непослушными?	360
Урок 4.4. Нужны ли наказания для послушания?	376
Урок 4.5. Почему дети плохо себя ведут?	392
Урок 4.6. Когда с детьми по-настоящему трудно?	408

ЧАСТЬ V

Подростковый возраст

Урок 5.1. Как быть родителем подростка?	429
Урок 5.2. Какие навыки важно формировать у подростков?	446
Урок 5.3. Для чего меняются отношения родителей и детей?	462
Урок 5.4. Кто главный в выборе профессии?	476
Урок 5.5. Когда происходит сепарация?	489
Урок 5.6. Куда приводит детство?	502
Список рекомендуемой литературы	515