

Anne-Babalara Kitap Önerileri

Çocuk gelişiminin önemi, gerek bireysel hayatındaki ruh ve akıl sağlığı gerekse toplum sağlığı bakımından son derece önemli olduğunun altı tüm uzmanlarca çiziliyor. Özellikle son dönemde televizyon programlarının temelini oluşturan, TV dizilerine ilham olan çocukluk travmaları, bilinç dışında yer alan deneyimler gibi önemli olaylar geleceğin yetişkini olan çocukları, herhangi bir yaşında etkileşimde olacağı diğer bireyleri ve bireylerin oluşturduğu irili ufaklı toplumları doğrudan etkilerken en önemli rol, annelere, annelik görevi üstlenen bakım verenlere, babalara ve çocuğun doğrudan iletişimde olduğu yakınlarına ait.

Buradan yola annelerin ve tabii ki babaların okuması gereken kitapları bir araya getirdik. Böylece, anne baba olma deneyimi yaşayan/yaşayacak ebeveynlerin, çocuk yetiştirirken bilinç sahibi olmak isteyenlerin, tüm bunlardan ayrı olarak ailenin/toplumun en önemli parçası olan çocukların ve bebeklerin bakımı hakkında bilgi sahibi olmak isteyen aydın okurların kişisel gelişimleri için bir kitap seçkisi hazır! Yeter ki hiçbir çocuk hak etmediği muameleyi yaşamassın, yeter ki her yetişkin dünyadaki tüm çocuklardan sorumlu olduğunu bilsin.



Psikolog ve yazar Doğan Cüceloğlu'nun iki kitabıyla listemize başlıyoruz. Geliştiren Anne Baba adlı kitabında okuyucularından gelen mektuplardan yola çıkan Cüceloğlu, ebeveynlere adeta bir rehber hazırlamış. Anne ve baba olmanın ciddiyetine vardıldıktan sonra içleri saran korkudan, sürekli değişen ve gelişen dünyada yorulmaktan, yanlış yapmaktan, usanmaktan, yetişememekten korkan anne ve babaların korkularından söz ettiği eseri sağlıklı bir şekilde sağlıklı bir çocuk yetiştirmenize yardımcı oluyor. Sade ve akıcı bir dille, korkularınızın kolayca üstesinden gelmenin yollarını gösteriyor.

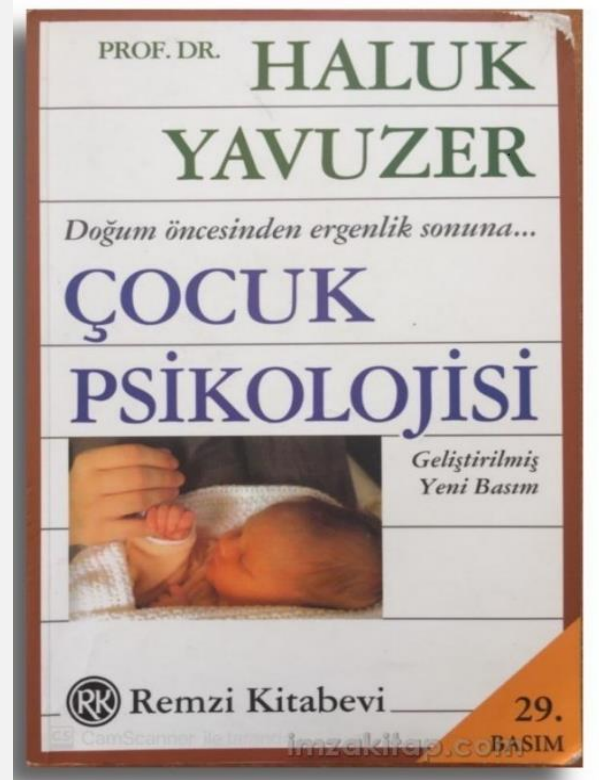


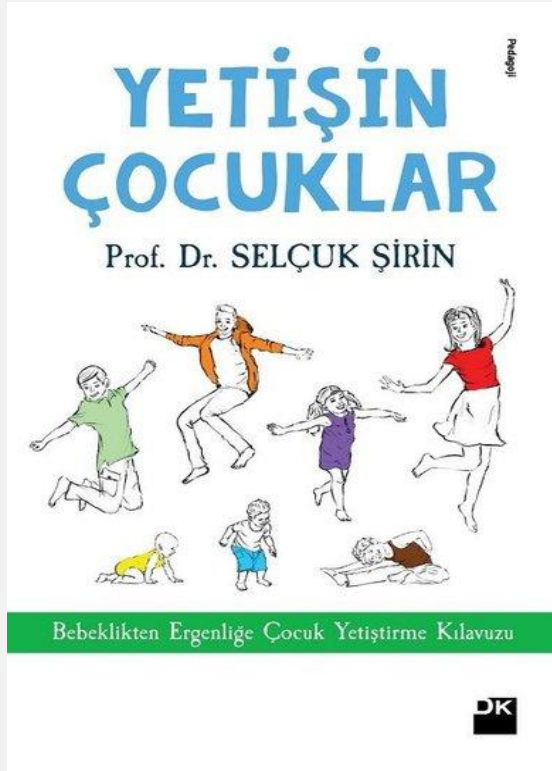
Başarıya Götüren Aile– Doğan Cüceloğlu

Doğan Cüceloğlu'nun bir diğer önemli kitabı olan Başarıya Götüren Aile, çocukların eğitim hayatındaki pozisyonlarını ele alıyor. Her aile çocuğunun iyi bir eğitim almasını, iyi bir mesleğinin ve hayatının olmasını ister elbette fakat bu eğitim dönemi boyunca uzaktan “çok çalış, notlarını yükselt, biz her şeyi senin için yapıyoruz” cümleleri yardımcı olmak yerine çocuğa tarifi mümkün olmayan bir sorumluluk ve ağırlık yükler. İşte elinizdeki eğitim, aile ve çocuk ilişkisinin denklemini doğru kurmak için kılavuz niteliğinde bir kitap.

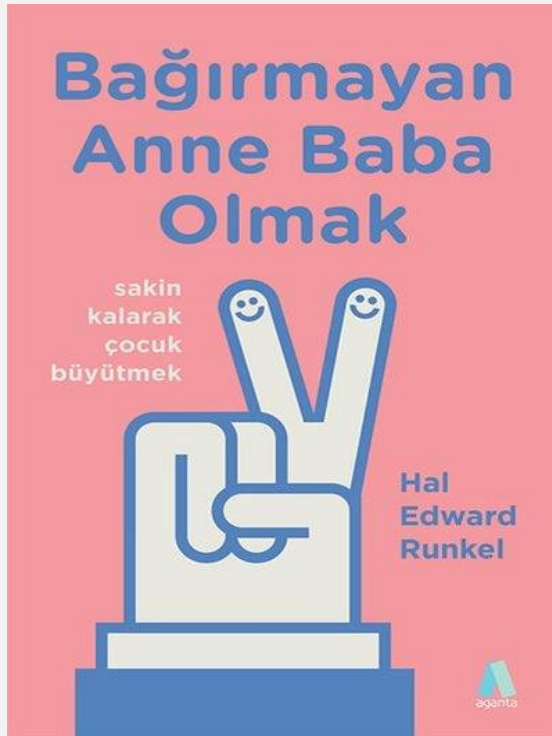
Çocuk Psikolojisi–Haluk Yavuzer

Neredeyse klasikleşmiş, her anne babanın çocuk büyütürken kitaplığında bulunması gereken bir çalışma: Çocuk Psikolojisi... Prof. Dr. Haluk Yavuzer'in anlaşılır bir dil ve titizlikle kaleme aldığı kitap, bir çocuğun bütün gelişim evrelerini detaylarıyla inceliyor, özellikle uyum ve davranış bozuklukları sorunun üzerinde duruyor.





Yetişin Çocuklar–Selçuk Şirin
Çocuklarımız için her şeyi “doğru” yapmanın reçetesini ararken çoğunlukla kendimizi strese boğuyoruz. Bu gerçeklikten yola çıkan Prof. Dr. Selçuk Şirin, 20 yıl süren akademik çalışmaların bir ürünü olan Yetişin Çocuklar kitabında ebeveyn ve eğitimcilerle sesleniyor. Şirin, bu kitapla özellikle “mükemmel ebeveynlik” baskısını hissedenlere bilimsel ve yalın bir yaklaşımla iç ferahlatıcı bir başucu kitabı sunuyor.

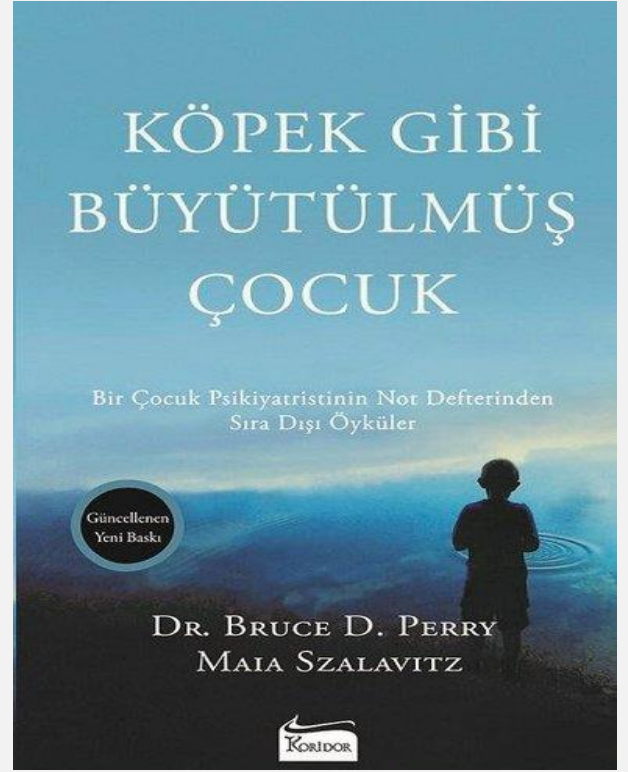


Bağırmanın Anne Baba Olmak **Hal Edward Runkel**

Çocuğunuzun bağırmanın, öfkeli ya da şiddete meyilli bir yetişkin olmasını ister misiniz? Diliyoruz ki tüyleriniz ürperdi. Bağırmanın Anne Baba Olmak şiddetsiz iletişimi anlatıyor. Hal Edward Runkel, sakin kalarak çocuk büyötmek kitabını yazıp çocuklarınızın yetişkin hayatına olumlu katkı sağlamanız için bir fırsat sunuyor. Bu kitaptaki önerileri uygulamak size sadece çocuklarınızla ilişkilerinizde değil, tüm ilişkilerinizde faydalı olacak. Yeni bir bakış açısı kazanacaksınız ve bu pencereden baktığımızda sizi zorlayan sorunlar bambaşka görünecek

Köpek Gibi Büyütülmüş Çocuk–Dr. Bruce D. Perry / Maia Szalavitz

Köpek Gibi Büyütülmüş Çocuk'ta, karşılaşılan travma vakalarını bilimsel bir gözle irdeleyerek ve bunları herkesin kolaylıkla anlayabileceği hikayeler yer alıyor. Aşırı strese maruz kalan beyinde tam olarak ne olduğu açıklanıyor ve bu beynin akıl almaz iyileşme kapasitesini ortaya koyuyor. Bu kitaptaki stratejileri öğrendiğinizde, travma geçirmiş çocukların fiziksel, ruhsal ve duygusal bakımdan nasıl iyileştirileceğinin ve sağlıklı bireylere dönüştürüleceğini formülünü edineceksiniz.



Denemediğim Yol Kalamadı Isabelle Filliozat



Çocuğunuzun can sıkıcı davranışları aslında hiç tahmin etmediğiniz nedenlerden kaynaklanıyor olabilir. Bu kitap var gücünüzle ittiğiniz halde açamadığınız kapıları belki de sadece çekerek, kolayca açabileceğinizi gösteriyor. Yazar Isabelle Filliozat, çocukluğun ilk yıllarında en sık karşılaşılan sorunlara farklı açılardan yaklaşıyor. Anne babasıyla aynı mesleği paylaşan, deneyimli bir psikolog ve iki çocuk annesi olan yazar, bu sorunların nedenlerini ve bunlara nasıl yaklaşılabileceğini herkesin anlayabileceği yalın bir dille anlatıyor ve çeşitli ipuçları veriyor.

Haset ve Şükran–Melanie Klein

Yalnızca anneler ya da babalar için değil, çocukluğu ruhsal yaralanmalarla geçmiş yetişkinler için de adeta ilaç gibi bir kitapla devam ediyoruz listemize. Psikanalizin kurucusu Sigmund Freud'un asistanı Melanie Klein, çocukların anne ile olan ilişkilerinin yetişkinliklerinde haset ya da şükran duygularıyla dolu bir yaşam sürdürdüğünün altını çizdiği kitabında, az ama öz bilgiler veriyor. Elinizde kaleminin not alarak ya da altını çizerek bir okuma yapmanızı sağlayacak kitap, kendinizle yüzleşmenize de aracı olacak.

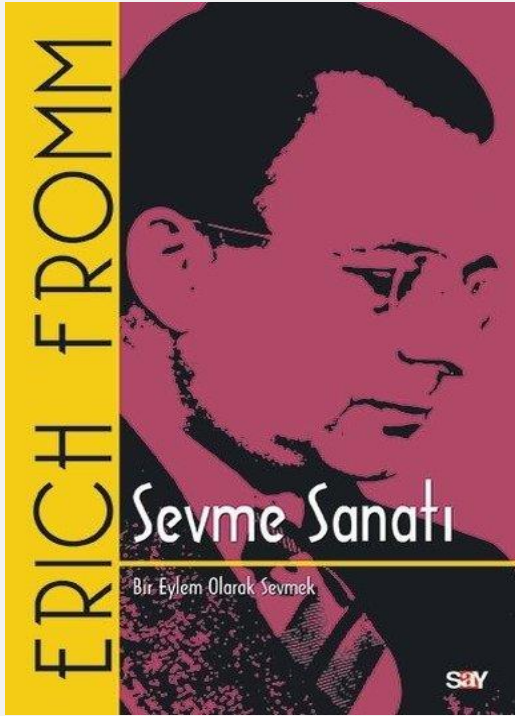
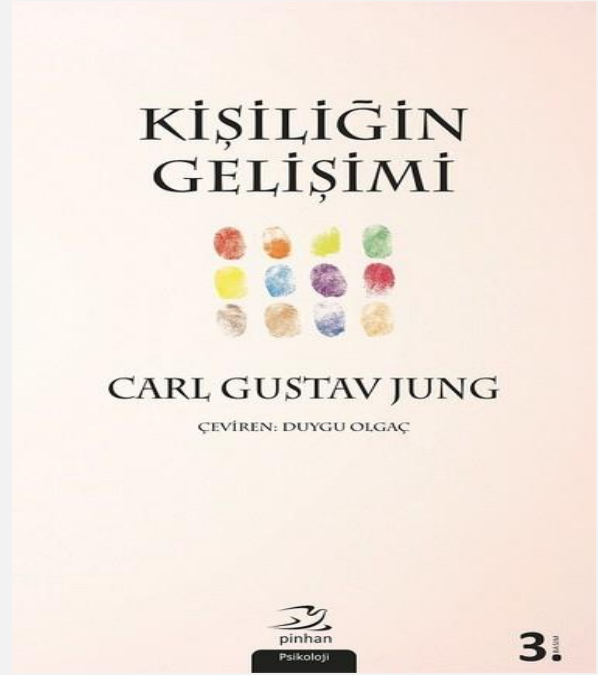


0-3 Yaş Çocuk Gelişimi–Kolektif

Bebek gelişimi, bilinç dışının oluşumu anlamına da geliyor ve kişiliğin ilk adımları henüz bakımımız ebeveynimize ait olduğu dönemde başlıyor. 0-3 Yaş Çocuk Gelişimi & Gelişim Psikolojisinin Temel Esasları -I- kitabı; eğitimciler, ebeveynlere ve ilgili diğer kişilere ilk 3 yaşındaki çocuk gelişimine ait temel ve genel bir bakış sunuyor. Bebek gelişimine dair önemli adımların, psikologlara ait teori ve araştırmaların yer aldığı kitap, konuyla ilgili ayrıntılı açıklamalar yapıyor.

Kişiliğin Gelişimi–Carl Gustav Jung

Psikolojinin önemli isimlerinden Carl Gustav Jung'un kaleminden çıkan bu eseri, sadece çocuk sahibi olan ve olacaklar değil, herkes okumalı dersek abartmış olmayız. Jung, bu eserde çocukluk psikolojisine eğiliyor. Eğitim ve kişi olma sorunlarını ele alıyor. Bunu yaparken, çocuklukta görülmeye başlayan zeka, algı ve duygu bozukluklarında anne-babaların ve eğitimcilerin göz ardı edilemez rolüne vurgu yapıyor. Jung, anne-babaların ve eğitimcilerin psikolojisinin çocuğun gelişimi için hem olumlu hem de olumsuz getirilerinin olacağını söylüyor.



SEVME SANATI ERİC FROM

Tüm psikiyatrlar, psikologlar, kişisel gelişim uzmanları, psikanalistler ve bilim insanları tüm sorun ve hastalıklara karşı en büyük gücün sevgi olduğunu söylerken romantizm yapmıyorlar. Bunu en iyi psikolog, düşünür ve yazar Erich Fromm'un klasikleşen eseri, Sevme Sanatı'ndan anlayabiliyoruz. Öyle bir kitap ki hayatınız değişecek! Kısa ve güçlü bu metin, sevmeye sanatının psikoloji aracılığıyla temeline inip okuru hem ikna ediyor hem de kendi hakkında düşünmeye itiyor. Kendiniz ve sizinle büyüyen, sizi büyüten, etkiletişimde olan, iletişime geçen herkes için bu eseri okumalısınız.

