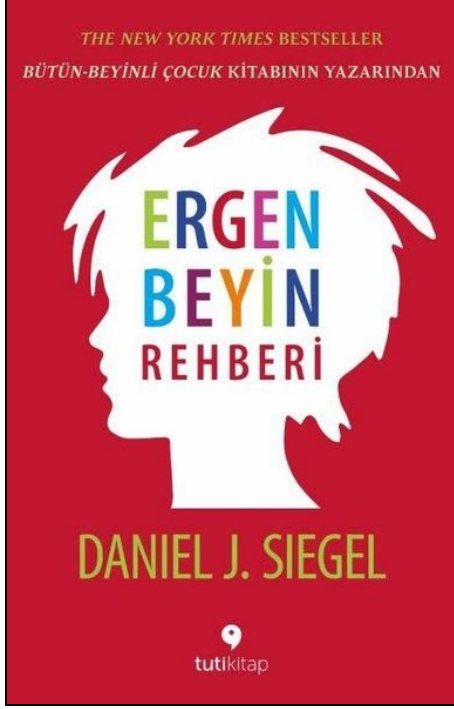


AİLELERE KİTAP ÖNERİLERİ



ERGEN BEYİN REHBERİ

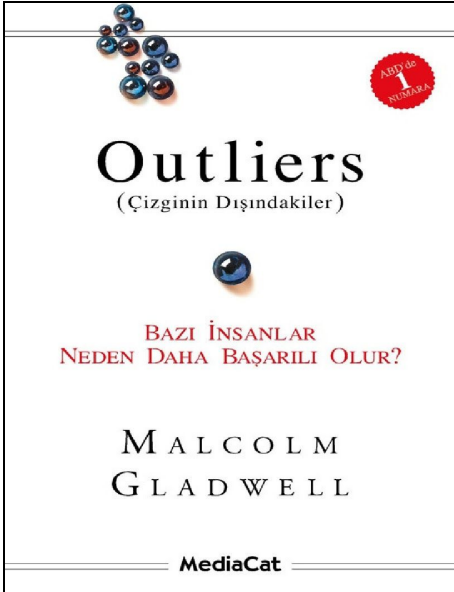
Ergenliğin özü nedir?

Ergenlikte beyin nasıl çalışır?

Ergenlik zorluk mudur, yoksa fırsat mıdır?

Bu süreç boyunca kullanılabilecek pratik tavsiyeler nelerdir?

Ergenlik, zorlu olduğu kadar şaşırtıcı da bir dönemdir. Çünkü beyin, 12-24 yaşlar arasında büyük ve önemli bir değişim geçirir. Bu beyin gelişimi de gençlerin davranışlarını ve ilişkilerini etkiler. Haliyle birçok ebeveyn, ergenliğe korku ve endişeyle yaklaşır. Halbuki ergenlik, çözülmesi gereken bir problem yahut katlanılması gereken bir zorluklar dönemi değil; aslında bir cesaret ve yaratıcılık kaynağıdır.



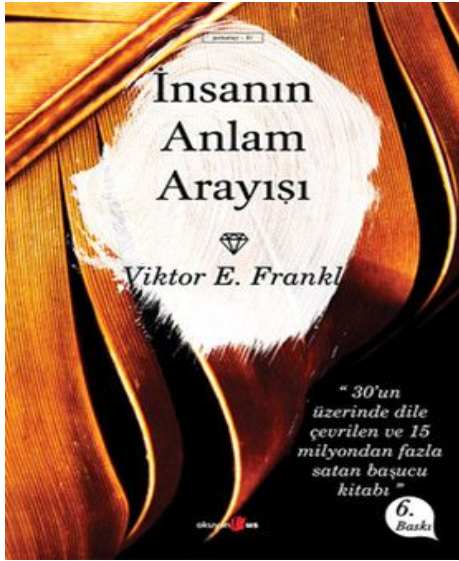
ÇİZGİNİN DIŞINDAKİLER

Başarılı insanlar hakkında anlatılan bir hikâye vardır; onların zeki ve hırslı oldukları söylenir. Outliers'te Malcolm Gladwell başarının gerçek hikâyesinin bundan çok farklı olduğunu ve bazı insanların neden başarılı olduğunu anlamak için çevrelerine daha dikkatli bakmamız gerektiğini iddia ediyor. Mesela aileleri, doğum yerleri ve hatta doğum tarihleri... Başarının hikâyesi başta görüldüğünden daha karmaşık ve çok daha ilgi çekici...



GERÇEKTEN BENİ DUYUYOR MUSUN?

Acı deneyimlere yol açan pek çok sorunun kökeninde, insanların birbirini gerçekten duymaması, duyamaması yatmaktadır. Çünkü sadece söylenen 'sözcükleri' duymak, sözcüklerin ardındaki duygu dolu mesajları alamamak, yanıtların da yüzeyde kalmasına yol açar; bu durum ise iletişimin engellenmesi anlamına gelir. Önem verdiğimiz insanlarla ilişkilerimizin onarılmaz yaralar almasını engellemenin tek yolu, doğru iletişim kurmayı bilmektir. Doğru iletişim kurmanın yolları öğrenilebilir. İşte, Leyâ Navaro'nun bu yapıtı, sevdiklerimizi ve önemsediklerimizi 'gerçekten' duyup kendimizi de daha içten bir biçimde duyurabilmemiz yolunda, bize önemli ipuçları vermektedir.



İNSANIN ANLAM ARAYIŞI

Viktor Frankl, kurucusu olduğu logoterapinin ilkelerini, İkinci Dünya Savaşı sırasında bir toplama kampındaki deneyimleri eşliğinde anlatmaktadır. Okurlar, Frankl'ın tasvir ettiği toplama kampının, dünyayı daha büyük bir hapisane olarak kavramamızı sağlayacak parlak bir metafora dönüştüğünü fark edecektir. Varoluşun çetin koşullarında "anlam"ı keşfetmemize yardım edecek süreci anlatan Frankl, "İnsanı insan yapan nedir?" sorusuna da yanıt vermeye çalışıyor.