







## Könyvajánló gyermekvédelmi témában- FELNŐTTEKNEK

SZERZŐ,CÍM	BORÍTÓ	LEÍRÁS
<p><b>Kékre szeretni- Tisza Kata</b></p>		<p>Meghaladható-e vajon a sérült kötődésmintázat, amely összetéveszti a szeretetet a bántalmazással, és oly sok fájdalmat okoz, hogy belekékülünk, és ha meghaladható, akkor hogyan? A lélektan egyik örökérvényű kérdésére kutatja a kötet a választ. A szerző a tőle megszokott egyedi módon ötvözi a műfajokat, megalkotva így a feldolgozásregény terápiás irodalmát, amelyet elolvasva egy teljes gyógyulási folyamatot kísérhetünk végig egy abuzív viszonyból: kívülről, a szöveg mentén, és belülről, a saját életünkre reflektálva.</p>
<p><b>Sémáink fogságában: Hogyan lépünk ki az ismétlődő forgatókönyvekből? -Vágyi Petra</b></p>		<p>Talán már felfigyeltünk arra, hogy az életünkben vannak bizonyos kellemetlen, önsorsrontó ismétlődések. Egyes helyzetek – mintha csak benyomnának rajtunk egy piros gombot – automatikus folyamatot indítanak be: visszatérő gondolatokat ébresztenek bennünk, ezektől rossz érzéseink támadnak, melyek hatására mindig hasonlóan cselekszünk, pedig már sokszor megtapasztaltuk, hogy viselkedésünk nem a kívánt irányba vezet. Ilyenkor egy sémavezérelt működést élünk át.</p> <p>A sématerápia segít végig gondolni, hogy mit miért teszünk, lerakni az olyan meggyőződések és automatizmusokat, amelyek már nem szolgálnak minket, megérezni, hogy aktuálisan mire van szükségünk, és kitalálni, hogy azt hogyan is tudnánk elérni.</p> <p>Ez a könyv a módszer elméletének bemutatása mellett segít beazonosítani saját sémáinkat, hogy aztán tudatosan elkezdhessünk függetlenedni a sémavezérelt működéstől. A cél az, hogy minél inkább megerősítsük egészséges felnőtt énünket, aki rálát arra, hogy mi történik benne, és képes változtatni.</p>
<p><b>Gyermekmentő kézikönyv szülőknek</b></p>		<p>A gazdagon illusztrált könyv 42 fejezetben tárgyalja a legfontosabb sürgősségi körképeket, gyermek-elsősegélynyújtási ismereteket. Az életmentő beavatkozások bemutatásán túl helyet kapott benne minden olyan téma, amely tapasztalatunk szerint a legtöbb nehézséget és frusztrációt okozza a szülőknek. Célunk az volt, hogy minden lehetséges életveszélyes szituációban egyértelmű útmutatást adjunk arra vonatkozóan, hogy mit kell, mit lehet és hogy mit tilos tenni addig, míg a segítség a helyszínre nem ér.</p>

## Könyvajánló gyermekvédelmi témában- FELNŐTTEKNEK

<p><b>Pozitív fegyelmezés- Jane Nelsen</b></p>		<p>Jane Nelsen pozitív fegyelmezésről szóló könyve szokatlan hangot üt meg a magyar gyerekevelési irodalomhoz szokott olvasó számára. A szerző leleplezi, hogy a hagyományos büntetőeszközök a gyerek megalázására épülnek, amire ép lelkű gyerek csak ellenállással vagy önfeladással reagálhat. A könyv célja, hogy segítsen a bevett fegyelmezési eszköztárunkat olyan eszközökkel leváltani, amelyek határozott korlátokat állítanak, de egyben jellemformálóan hatnak, a felelősség és az életismeret irányába terelik a gyereket, miközben mentesek a megalázástól és az öncélú, rejtett bosszúvágytól hajtott büntetéstől. Nem kell ezt szégyellni: Nelsen fegyelmezni akar, de pozitív, azaz a személyiségfejlődést és a kapcsolatokat előrevivő formában. A Pozitív fegyelmezés hasznos tippet, eszközöket adhat azoknak, akik az egyensúlyt keresik szabadon engedés és korlátozás között. A könyv egyaránt szól szülőknek és tanároknak – mindenkinek, aki a hagyományos eszközöket valóban hatékonyakkal szeretné leváltani, vagy ilyeneket is beépíteni az eszköztárába. A Pozitív fegyelmezés hasznos és gondolatébresztő adalék bármely gyerekekkel foglalkozó ember számára.</p>
<p><b>Jó leszek-Berkesi Zsuzsa</b></p>		<p>Berkesi Zsuzsa Jó leszek című regénye egy kamaszlány történetén keresztül a gyerekekkel szemben elkövetett szexuális abúzzsal szembesít. A szerző ezzel az új könyvével a nem érintettek számára is érthetővé szeretné tenni a gyermekkori szexuális bántalmazás pszichológiai hátterét. Megmutatni, min mennek keresztül az áldozatok, akiknek tudniuk kell, hogy nincsenek egyedül; a kívülállóknak pedig azt kell tudniuk, hogy mennyire nehéz egy ilyen helyzetből szabadulni.</p>
<p><b>Bántanak! Segítesz?- Urbán Anikó-Villányi Gergő</b></p>		<p>A szülők és a pedagógusok egy nagyon más világban nőttek fel, mint a mai serdülők és gyerekek. Elsőre furcsának tűnhet, hogy a fiatalok milyen magabiztosan és otthonosan mozognak a digitális világban. Híreket, videókat, információkat érnek el egy gombnyomással, telefonhívás nélkül rendelnek taxit vagy pizzát, és állandóan kapcsolatban vannak egymással, a nap szó szerint percében.</p> <p>Aki nem ebbe született bele, az természetes, hogy eszköztelennek vagy akár bátortalannak érzi magát, amikor a gyerekek az online térből kilépve hirtelen segítséget kérnek. Emellett bármennyire is virtuóz módon barangolnak a fiatalok a chatablakok, applikációk vagy a közösségi média világában, a konfliktuskezeléshez, az önvédelemhez és az emberi kapcsolatokhoz szükséges</p>


## Könyvajánló gyermekvédelmi témában- FELNŐTTEKNEK

		<p>élettapasztalat vagy rutin gyakran még hiányzik az eszköztárukból. Ennek a könyvnek az a célja, hogy segítséget nyújtson a szülőknek és a pedagógusoknak abban, hogy az online térben zajló folyamatokkal és főként az online bántalmazással kapcsolatban kézzelfogható - hasznos, érthető és hatékony - tudást kapjanak. Definíciók, példák és megoldási javaslatok segítik a felnőtteket, hogy baj esetén támaszai, tudatos segítői lehessenek a gyakran sajnos nagyon is kegyetlen támadásokat elszenvedő gyerekeknek.</p>
<p><b>Szülősebek</b> - Hogyan gyógyítsuk be az érzelmileg éretlen szüleink (és más érzelmileg éretlen emberek) által ejtett sérüléseket? Gyakorlati eszközök a határszabáshoz és autonómiánk visszaszerzéséhez <b>Gibson Lindsay C.</b></p>		<p>Hogyan gyógyítsuk be azokat az érzelmi sebeket, amelyeket szüleink ejtettek rajtunk felnövekedésünk során, és még felnőttként is fájnak? Például, ha fizikailag ugyan jelen voltak, de érzelmileg elérhetetlenek maradtak. Ha úgy éreztük, bárhogy iparkodunk, nem tudjuk felkelteni az érdeklődésüket, és elnyerni az elismerésüket. Ha elutasítottak vagy bántottak minket. Ha kiszámíthatatlanságuktól, hirtelen hangulatváltozásaiktól, indulatkitöréseiktől kellett félnünk. Ha cserbenhagytak, amikor szükségünk lett volna rájuk. Ha nem értették meg az érzéseinket, sőt, esetleg gúnyolódtak rajtunk. Ha megakadályozták, hogy saját érdeklődésünket, vágyainkat követhessük. Ha beskatulyáztak, és ítélkeztek felettünk. Ha nem tudtak nekünk bensőséges kapcsolatot nyújtani, és érzelmileg magányosan, szorongva, önmagunkat jelentéktelennek, értéktelennek érezve kellett felnőnünk.</p>
<p><b>Bullying - Zaklatók, áldozatok, szemlélők – Barbara Coloroso</b></p>		<p>Életveszélyes kombináció: a társait terrorizáló gyerek, a megfélemlített áldozat, aki nem mer segítséget kérni, a tétlen szemlélők, valamint a felnőttek, akik ártatlan "ugratásnak", a gyermekkor velejárájának tekintik a zaklatást! Miért és hogyan válik egy gyermek zaklatóvá, illetve célponttá - netán egy személyben mindkettővé -, és miként tartja fenn ezt a körforgást az úgynevezett "szemlélők" jelenléte? Barbara Coloroso, számos nemzetközi bestseller szerzője több évtizedes szakmai tapasztalata alapján dolgozta ki módszertanát az erőszak körforgásának megszakítására. Rámutat, hogy a családi légkör, illetve a szülői minták milyen hatással vannak az egyes szerepek kialakulására, és hogyan lehet átalakítani a "főszereplők" közötti kapcsolat dinamikáját. A könyv átdolgozott kiadásban, a közösségi hálón elkövetett bántalmazásról szóló fejezettel kiegészülve kerül a magyar olvasók elé.</p>
<p><b>Az erőszakmentes kommunikáció alapjai- Rambala Éva</b></p>		<p>Az egyik legnagyobb felfedezésem annak tudatosítása volt, hogy amikor nem gondoskodom önmagamról, akkor az erőszakot terjesztem a földön, hiszen nem teszek meg mindent egy emberért. Kérdezheted: nem önzés ez? Szerintem nem. Ha csak önmagamra figyelek, akkor nem fogok sok szeretetet, közelséget, melegséget megélni az életemben. Ám ha először önmagamra figyelek, majd a többiekre, az egy kicsit hasonlít arra, amit a repülőgépen felszálláskor tanítanak nekünk. Először önmagamnak teszem fel az oxigénmaszkot, ezután szükség esetén segíték a mellettem ülőnek is. Ehhez kívánok neked kitartást és sok sikert!</p>

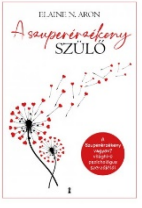
## Könyvajánló gyermekvédelmi témában- FELNŐTTEKNEK

<p><b>Erőszakmentes kommunikáció - Serena Rust</b></p>		<p>Képzeld el, hogy haragszol a párodra, és ezt úgy tudod kifejezni, hogy ő is megérti, de nem úgy éli meg, hogy rátámadtál. Vagy ő tesz szemrehányást neked, és te megérted, mire van valóban szüksége, anélkül hogy belebetegednél. Szerinted sikerülhet?</p> <p>Létezik olyan párbeszéd, amelynek során mindenki nyer? Ahol a kommunikációt játszmák helyett kritika nélküli őszinteség, együttérzés és megértés jellemzi?</p> <p>„Szeretettel ajánlom ezt a könyvet, amely új megközelítésben mutatja be, hogyan használhatjuk az erőszakmentes kommunikációt a mindennapjaink során. Különösen tetszik, ahogyan a szerző a négy lépés – a megfigyelés, az érzés, a szükséglet és a kérés – alkalmazását egy általa megírt, komoly kihívást jelentő helyzeten keresztül is elmagyarázza. Szívből ajánlom mindenkinek, aki szeretné emberi kapcsolatait nyitottabbá és harmonikusabbá tenni.”</p> <p>Rambala Éva, erőszakmentes kommunikációs tréner</p>
<p><b>DR. MARSHALL B. ROSENBERG: A SZAVAK ABLAKOK VAGY FALAK</b></p>		<p>A műben ismertetett kommunikációs módszer a hatékony és kölcsönösen gyümölcsöző beszéd olyan egyszerű és tiszta formája, ami a legélesebb, legkényesebb helyzetekben is garantáltan működik. Szerzője világhírű pszichológus, aki könyvében a depresszió megértéséhez és ily módon annak felszámolásához is értékes kulcsot ad. Az alábbi hivatkozásokra kattintva bővebb információhoz juthat:</p> <p><a href="http://www.emk.hu">www.emk.hu</a> - Erőszakmentes Kommunikációs Központ</p> <p><a href="http://www.eroszakmenteskommunikacio.org">www.eroszakmenteskommunikacio.org</a> - Kelet-Európai Erőszakmentes Kommunikációs Alapítvány</p>
<p><b>Játékok a tudatos jelenlétért Gyerekeknek, kamaszoknak és családoknak- Susan Kaiser Greenland</b></p>		<p>A tudatos jelenlét az elmúlt évek során szerte a világon, így hazánkban is óriási népszerűsége telt szert, hiszen amellett, hogy a pillanat mélyebb, jelentéstelibb, bölcsőbb, elfogadóbb megélését teszi lehetővé, jelentősen javíthatja általános közérzetünket és egészségi állapotunkat.</p> <p>Bár a gyerekek életkori sajátosságainál fogva még sokkal inkább benne élnek az „itt és most”-ban, mint a felnőttek, a megnövekedett szorongás, agresszió és figyelemzavar korában a tudatos jelenlét egyszerű technikáinak gyakorlása számukra is rendkívül hasznos lehet. Olyan eszközt kaphatnak a kezükbe, amely segíti félelmeik, agresszív indulataik kontrollálását, figyelmük irányítását, és türelmesebb, együtt érzőbb cselekvést tesz lehetővé.</p> <p>Ráadásul, ha a tudatos jelenlétet megcélzó játékokat szülőként, nagyszülőként vagy pedagógusként együtt játszunk a gyerekekkel, az ránk is pozitív hatást gyakorol majd. Sok felnőtt számol be arról, hogy ezek, az elsősorban gyerekek és kamaszok számára kifejlesztett gyakorlatok a közös játék öröme mellett őket magukat is olyan tapasztalatokhoz segítették, amilyenekhez korábban sohasem jutottak.</p>


## Könyvajánló gyermekvédelmi témában- FELNŐTTEKNEK

		<p>Fontos tudnunk: ha szülőként gyakoroljuk a tudatos jelenlétet, azzal önmagában is sokat teszünk gyerekeinkért, akik pontosan érzékelik, amikor nyugodtak, összeszedettek, stabilak vagyunk, a saját példánknál pedig semmi sem lehet hitelesebb és nagyobb erejű.</p> <p>Érdemes tehát a lényegre törően bemutatott elméleti háttér megismerése után kedvünkre válogatni a 60 játékötlet közül, melyek mindegyikénél feltüntettük, hogy milyen korú gyerekeknek ajánlott, és milyen életkészségek fejlesztésére fókuszál.</p>
<p><b>Érzelmileg éretlen szülők felnőtt gyerekei</b></p> <p><i>Hogyan gyógyíthatjuk meg az elérhetetlen, elutasító vagy én-központú szülők okozta lelki sebeinket?</i></p> <p><b>Lindsay C. Gibson</b></p>		<p>Érzelmileg éretlen szülők mellett felnőni magányos tapasztalat. Az ilyen gyerekek érzelmi szükségleteit nem vagy csak részben elégítették ki, érzéseiket nem vették eléggé figyelembe, vagy kifejezetten elutasították azokat. Bár szüleik más szempontokból gyakran megfelelően gondoskodtak róluk, ezért sokan nem szenvedtek szükséglet a fizikai biztonság és a testi egészség terén, ha mindezek mellett nem kaptak elég szilárd érzelmi kapcsolatot is, akkor tátongó hiányt érezhettek érzelmi biztonság helyett.</p> <p>A gyermekkori érzelmi elszigeteltség élménye ráadásul az esetek jelentős részében kihat a felnőttkori kapcsolatokra is, különösen a párkapcsolatra. Akiket ugyanis gyermekként elhanyagoltak vagy elutasítottak, gyakran későbbi kapcsolataikban is ugyanerre számíthatnak másoktól. Nem merik elhinni, hogy igazán fontosak lehetnek valaki számára, kételkednek saját szerethetőségükben, esetleg szerepeket játszanak, hogy elnyerjék mások szeretetét. Így pedig még akkor is érezhetik magukat kevésnek, üresnek és magányosnak, ha egyébként vannak emberi kapcsolataik, és sok téren jól teljesítenek.</p> <p>A neves amerikai pszichoterapeuta számos kérdést megválaszol, amelyekkel az érintettek esetleg már régóta küzdenek. Világossá válik, hogy gyerekkorukban miért érezték gyakran úgy, mintha szüleik nem látnák és nem ismernék őket, és amikor maguk tettek erőfeszítéseket, hogy kommunikáljanak velük, attól miért nem lett jobb semmi. Megtudhatjuk, felnőttként hogyan tehetik kielégítőbbé, meghittebbé kapcsolataikat, és miként szabhatnak határokat az érzelmileg éretlen szülőkkel való viszonyuknak.</p> <p>Persze nem könnyű objektíven tekinteni a szüleinkre, mert ezt esetleg egyfajta árulásnak érezzük. Fontos leszögezni: ennek a kötetnek nem ez a célja. A szerző senkit sem bátorít arra, hogy árulja el a szüleit, vagy ne tisztelje őket. Az érzelmi éretlenség legtöbb jegye az adott személy tudatos irányításán kívül esik, és az ilyen szülők zömének fogalma nincs róla, hogyan befolyásolja ezzel gyerekei életét. Nem hibáztatni kell őket, csupán megérteni, miért olyanok, amilyenek, mert ezek a felismerések növelik tudatosságunkat és érzelmi szabadságunkat. Ha sikerül megértenünk a szüleink viselkedése mögött meghúzódó érzelmi motívumokat, könnyebb lesz elfogadni korlátaikat is. A cél az, hogy több önbizalomra tegyünk szert, és szerencsésebben alakítsuk kapcsolatainkat azáltal, hogy jobban megértjük saját élettörténetünket. Nem követünk el árulást azzal, ha valóság-hű képet alkotunk a szüleinkről. Nekik ez nem fog fájni, nekünk azonban alighanem sokat segít.</p>




## Könyvajánló gyermekvédelmi témában- FELNŐTTEKNEK

<p><b>Egyszerűbb gyermekkor</b></p> <p><b>Hogyan neveljünk nyugodtabb, boldogabb, magabiztosabb gyerekeket?</b></p> <p><b>Kim John Payne</b></p>		<p>Ez a könyv arról szól, miként csökkenthetjük gyermeink életében a fékevesztett tempót, a stresszt, a képernyők uralmát, a tárgyak, tevékenységek és tagolatlan információk sokaságát, melyek anélkül árasztják el és teszik függővé őket, hogy igazi örömet nyújtanának nekik. (Sőt: közvetlenül járulnak hozzá ahhoz, hogy napjainkban egyre több a különböző pszichológiai „címkével” ellátott – hiperaktív, figyelemzavaros, magatartászavaros – gyerek.)</p> <p>A könyvben leírt egyszerűsítési rendszer minden családban megvalósítható, feltéve, hogy megvan a szándék és az elkötelezettség. A lépéseket nem teendőjegyének, hanem menünek kell tekinteni, melyből az olvasó választhatja ki a saját családjában megvalósítható és fenntartható pontokat.</p> <p>A szerző nem „könnyen, gyorsan” típusú instant megoldásokat kínál, hanem egy szemléletmódot: a gyermekkor tiszteletét. Ettől azonban nemcsak gyermekünk fog megkönnyebbülni, de mi magunk is felszabadítónak találjuk majd az egyszerűsítéssel nyert bensőségebb, melegebb családi légkört és szülői hitelességünk növekedését.</p>
<p><b>A szuperérzékeny szülő</b></p> <p><b>Elaine N. Aron</b></p>		<p>A téma világhírű pszichológus szakértője legújabb könyvében a szuperérzékenyek azon csoportjával foglalkozik, akiknek talán a legnagyobb szükségük van megértésre, együttérzésre és bátorításra: a szuperérzékeny szülőkkel. Ez az életszerep ugyanis igen megterhelő tud lenni azoknak a számára, akik óriási felelősségérzettel és körültekintéssel, fejlett empátiával és mély érzelmekkel, minden részletre kiterjedő intenzív figyelemmel, ugyanakkor érzékenyebb-sérülékenyebb idegrendszerrel vágnak bele a nagy kalandba.</p> <p>Azok a nehézségek, amelyekkel a szuperérzékenyek egyébként is küzdenek, a gyermeknevelés időszakában megszorodhatnak. Egy csecsemő, kisgyerek vagy kamasz társaságában aligha védhető ki a rengeteg erős külső inger, miközben a szülői szereppel együtt járó szorongások, kétségek és döntési helyzetek is alaposan meggyötörhetik a tépelődésre hajlamos személyiséget. Mindezek eredményeként gyakori, hogy a szuperérzékeny szülő elbizonytalanodik önmagában. Számos, a neveléssel együtt járó helyzetet kényelmetlennek, alkatától idegennek, megerőltetőnek találhat, miközben büntudat gyöttri, amiért így érez, és fél, hogy nem tud olyan jól helytállni szülőként, ahogy szeretne.</p> <p>Aron úgy szegődik az olvasó mellé, mint egy bölcs és megértő, tapasztaltabb barát, aki elsősorban nem gyermeknevelési tanácsokat ad, hanem a szülői öngondoskodásban nyújt támogatást. Végül persze ez is nevelés, hiszen semmi sem hat erősebben, mint a szülő személyes példája, az anya/apa lelki és idegállapota pedig visszaköszön a gyerek közérzetében és viselkedésében is. Alapvetően fontos tehát, hogy a szülő jól ismerje és kezelje saját alkatát. A szuperérzékenyeknek számos olyan tulajdonságuk van, amelyek segítik őket abban, hogy nagyszerű szülők legyenek, a gyengeségek pedig megfelelő önismerettel és körültekintéssel kézben tarthatók.</p> <p>A pszichológus szerző gondolatai megerősítenek, megnyugtatók, és elmélyítik az önbecsülést. Mindemellett a könyv számos gyakorlati tanáccsal is szolgál, miként csökkenthetjük</p>

## Könyvajánló gyermekvédelmi témában- FELNŐTTEKNEK


		szuperérzékeny szülőként a minket megterhelő hatásokat, hogy ne csak a gyerek, de mi is jól érezhessük magunkat, miközben felneveljük.
<p><b>Melegszívű fegyelmezés Kisgyerekkortól kamaszkorig</b> – Kim John Payne</p>		<p>A gyereknevelésben ugyanúgy vannak korszakok és divatok, mint a kultúra minden más területén. Volt idő, amikor a szülők túlzásba vitték a fegyelmezést, és a merev hozzáállással kikényszerített engedelmesség sok nemkívánatos következményhez vezetett. Ezzel szemben ma sok szülő még a fegyelmezés gondolatát is elutasítja, mert attól félnek, hogy ezzel eltaposnák gyerekük akaratát, és nem adnának teret egyénisége kibontakozásához. Nem akarják kitenni őt sok rossz élménynek, amit nekik maguknak kellett hajdan átélniük, és persze nem tehetetlen talpnyalóvá, hanem erős akaratú felnőtté szeretnék nevelni, akitől távol áll a kritikátlan tekintélytiszteltet. Mások attól tartanak, hogy a fegyelmezés elidegenítené tőlük a gyerekeket.</p> <p>Ám ha egy gyereknek nagyobb szabadságot adunk, mint amivel bánni képes, akkor könnyen olyan helyzetekbe kerül, amelyekben nem boldogul. Mivel nem érzi magát biztonságban, szorongó, frusztrált és zavarodott lesz, folyamatosan ellenszegül, és kihívó viselkedéssel igyekszik a szülőből válaszreakciót kicsikarni, vagy olyan dolgokról kezd rendelkezni, amelyekről a felnőttnek kellene döntenie.</p> <p>Ma a gyerekek egyébként is nehéz helyzetben vannak: túl sok inger éri őket, és túl sok a bizonytalanság az életükben. Éppen ezért mára a zavarodottság és a megnövekedett szorongás vált „normálissá”, és ezek fényében nincs mit csodálkozni azon, hogy otthon és az iskolában is mind gyakrabban találkozhatunk problémás viselkedéssel. Ám fontos, hogy megértsük: ilyenkor nem egyszerűen „rossz magaviseletet”, hanem a biztonságérzetet hozó egyensúly megjelésére tett kísérleteket láthatunk.</p> <p>Bármilyen sokra is becsüljük a szabadságot, a korlátok és határok elengedhetetlenek ahhoz, hogy egy gyerek mentális egészségben nőhessen fel, és képes legyen megfelelően tájékozódni. Mindaddig, amíg ezeket tudatosan a gyerek változó igényeihez igazítjuk, nem kell attól félnünk, hogy elnyomjuk őt, vagy megromlik a kapcsolatunk. Éppen ellenkezőleg: a korának és aktuális helyzetének megfelelő, rugalmas határok a gondoskodás és biztonság érzetét nyújtják, így a szülő és gyerek közötti kötődést is erősítik.</p> <p>Kim John Payne az egyik legismertebb ma is élő gyermekpszichológus, akinek Egyszerűbb gyermekkor című műve világszerte és Magyarországon is óriási sikert aratott. Új könyvében a melegszívű fegyelmezés filozófiájával és gyakorlatával ismertet meg, melyek segítségével a kényes nevelési helyzetekben is jól reagálhatunk, hatékonyan kezelve az ellenszegülő, provokatív, követelőző és más módon problematikus megnyilvánulásokat.</p>

## Könyvajánló gyermekvédelmi témában- FELNŐTTEKNEK

<p><b>E-könyv - Gyógyulás a rejtett bántalmazásból</b></p> <p><b>Thomas Shannon - Shannon Thomas</b></p>		<p>Mindenhol akadnak mérgező emberek a családokban, párkapcsolatokban, munkahelyeken, vallási közösségekben elrejtözve. A pszichés bántalmazás alattomos és rejtett természete abból fakad, hogy a bántalmazók viselkedésének fontos elemei a megrögzött és ismétlődő titkos játszmák, melyeket egyedül vagy többedmagukkal űznek a céltáblának kiszemelt személlyel. A pszichés bántalmazás elszenvetői gyakran nem tudják pontosan leírni, mi is történt velük, sőt sok esetben nincsenek tudatában annak, hogy bántalmazó kapcsolatban élnek. A pszichés bántalmazásnak nincsenek külsérelmi nyomai. Nincsenek kék foltok, törött csontok, sem pedig lyukak a falban. A sebek, törések és lyukak a bántalmazottak belsejében vannak elzárva. A könyv felfedi a rejtett bántalmazás valódi természetét, és bemutatja a bántalmazásból való felépülés szakaszait, melyeken a terapeuta szerző megfigyelései alapján minden bántalmazott keresztülmegegy a mérgező kapcsolatokról való gyógyulás során. A könyv egyszerűen, közérthetően és mély empátiával kíséri végig a túlélőket a felépülés útján</p>
<p><b>MOST. Túlélő leszel, nem áldozat</b></p> <p><b>Tisza Kata</b></p>		<p>Érzelmi manipuláció, függőségben tartás, kontrollgyakorlás, megalázás, anyagi vagy szexuális zsarolás... A lelki és verbális erőszak olyan, bántalmazó kapcsolatban megjelenő formái, amelyből tipikusan nem tudsz kiszállni. Mégis, abban az országban, ahol sokan még mindig hisznek a pofonok jótékony hatásában, az erőszak e finomabbnak gondolt megnyilvánulásaira már fel sem kapjuk a fejünket. Hogyan lehet akkor kimenekülni egy bántalmazó párkapcsolatból?</p> <p>Tisza Kata könyve saját coachingpraxisának, pszichológiai életút kutatásainak és önnön életének fájó, mégis felemelő tapasztalatait felhasználva kifejezetten a bántalmazó kapcsolatban élőkhez szól, nekik mutat kiutat, az áldozatokat vezeti végig a felismeréstől a kimenekülésen-megmenekülésen át a gyógyulásig tartó hosszú úton.</p>
<p><b>Mit kezdünk a szorongással? Pszichológiai útmutató és félelemoldó mesék</b></p> <p><b>Deliága Éva és Lovász Hajnalka</b></p>		<p>A nagy sikerű Mit kezdünk az akaratossággal? című könyv folytatásában a pszichológus-pedagógus szerzőpáros a gyermekkorban jelentkező félelmek és szorongások enyhítéséhez nyújt segítséget.</p> <p>Anyaként vagy apaként nagyon rossz érzés átélni, ha a gyermek fél, nem érzi biztonságban magát, elakad, vagy teljesítményét indokolatlan gátlások blokkolják. Fontos, hogy a szülő ilyenkor képes legyen oldani ezt a kellemetlen testi-lelki tünetekkel járó állapotot. Mivel az egyszerű biztatás nem mindig éri el a célját, Deliága Éva kidolgozott egy olyan szempontrendszert, mely a különböző személyiségű gyermekek szorongását helyzethez illően más-más módszerrel kezeli.</p> <p>A pszichológiai útmutatóban a gyermeki szorongás lélektanáról, illetve a mindennapi gyakorlatban jól használható módszerekről olvashat. Arra is találhat példákat, hogy mi az, ami hosszú távon ártalmas lehet a gyermek egészséges személyiségfejlődésére, még akkor is, ha elsőre hatékonynak tűnik.</p>



## Könyvajánló gyermekvédelmi témában- FELNŐTTEKNEK

		<p>A Lovász Hajnalka által írt mesék pedig a felvázolt módszereket csomagolják humoros, kalandos állattörténetekbe, melyekből a gyermek új megoldásokat kaphat félelme, szorongása enyhítésére. A bájos figuráncs állatkák varázslatos történetei észrevétlenül - nem tanmese jelleggel! - formálják a gyermek mindennapi helyzetekhez való nyitott, pozitív hozzáállását, fejlesztik empátiakészségét, bővítik érzelmi szókincsét.</p>
<p><b>Mit kezdünk az akaratossággal? Pszichológiai útmutató és dacszelídítő figuráncs-mesék</b></p> <p><b>Deliága Éva és Lovász Hajnalka</b></p>		<p>A pszichológus-pedagógus szerzőpáros könyve kettő az egyben: szülőknek szóló, gyakorlatias szemléletű pszichológiai útmutató és óvodás-kisiskolás gyerekeknek szánt kreatív segítő mesegyűjtemény.</p> <p>Deliága Éva évtizedes pszichológusi praxisa tapasztalatai alapján állította össze azt a módszercsokrot, amelyet már több száz család tesztelt és igazolt vissza. A dackorszakon is túlnyúló, óvodás- és kisiskoláskorban megnyilvánuló akaratosság szelíd feloldására szolgáló eszköztár kialakításánál figyelembe vette, hogy az eltérő személyiségű szülőknél és gyermekeiknél szituációtól függően más-más megoldás működhethet.</p> <p>Lovász Hajnalka finom humorral átszőtt, kalandos meséin keresztül pedig szimbolikus módon válik átadhatóvá az akaratosság, az ellenszegülés, a konfrontatív egymásnak feszülés békés feloldásának több módja. Lehetséges mintát kapunk néhány jellegzetes probléma kezelésére, amellyel sok szülő szembesül a mindennapok során. A pedagógus szerző nagy beleérzéssel és gyöngédséggel segíti a helyzetek empatikus megoldásában az olvasó felnőttet - és a mesék kis hallgatóját.</p>