



KİTAP YORUMLARI

Genç psikolojik danışman adaylarının psikoloji içerikli kitap yorumları

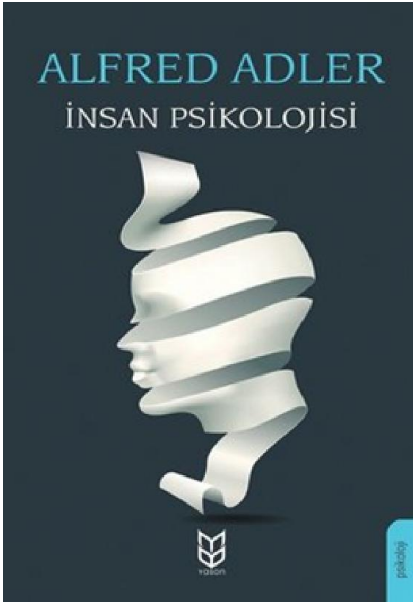
Psikolojik
Danışma
ve
Rehberlik
Uygulama
ve
Araştırma
Merkezi

Yayın tarihi 24.01.2022

İNSAN PSİKOLOJİSİ

Ayşe Nur ŞAHİN

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık yüksek lisans öğrencisi



Bireysel Psikoloji'nin kurucusu olan Alfred Adler'in yazmış olduğu bu kitabın; bireysel psikoloji kuramıyla çalışmak isteyenler, kuramı merak edenler ve ebeveynler için okunması gereken bir eser olduğunu düşünüyorum. Adler bu kitabında sadece kuramını genel bir çerçevede sunmanın yanı sıra danışma süreçlerinde yaşananlar ve çevresinde karşılaştığı olaylar ile görüşlerini desteklemiştir. Benim kitapta sevdiğim nokta da tam olarak buydu. Adler'in yaşadığı olaylar ile ileri sürdüğü görüşü birbirine bağlaması beni gerçekten etkiledi ve aslında kuramı daha iyi anlamamı sağladı.

Adler kitabın ilk bölümünde kişilik ve yaşamı bireysel psikoloji bakış açısıyla açıklamış. Bu bölümde çocuk ve ebeveyn ilişkilerine de değinilmiş. Şımartılmış çocuk, aşağılık duygusu gibi kuramın önemli kavramlarından bahsedilmiş. Daha sonra kitapta bireysel psikolojinin en önemli kavramlarından olan yaşam tarzından bahsedilmiş.

Bireyin yaşam tarzının danışma sürecinde nasıl araştırıldığı, yaşam tarzının kişinin kendi düşüncelerini ve fikirlerini anlamak için olanak sağlayan, Bireysel

Psikoloji'de açıklanması gereken bir durum olduğu ifade edilmiş. Kitapta yaşam sorunlarından bahsedilirken daha çok şımartılmış çocuğa yer verilmiş. Şımartılmış çocuğu anlatırken ebeveynlerin rolleri, bu çocukların neler düşündüğü ve neleri yapıp yapamayacağından bahsedilmiş. İşte bu konuda ebeveynlere tavsiye edilebilecek kitaplar arasında olabileceğini bana düşündürdü.

Yine bu bölümde Adler'in ortaya attığı bir kavram olan erkeklik protestosu kavramı açıklanmış. Erkeklik protestosunun aslında aşağılık duygusundan kaynaklandığı yine toplumdaki cinsiyet eşitsizliklerinin buna sebep olduğuna değinilmiş. İlerleyen bölümlerde organ eksikliği kavramı örnek bir olayla açıklanmış. Kuramın temel kavramlarından olan aşağılık kompleksi ve üstün olma kompleksinin ne olduğu nasıl ortaya çıktığı konusunda bilgi verilmiş.

Hayatta başarılı olamama durumunun, çocuklarda ortaya çıkarabileceği problemler ve bu başarılı olamama algısının nasıl oluştuğu konusunda Adler görüşlerini paylaşmış. Kardeş sırasının önem arz ettiği ve bunun çocuğu nasıl etkilediği üzerinde durmuş. Yine cinsel sapkınlıkların nasıl meydana geldiği örneklerle açıklanıp tedavi sürecinden bahsedilmiş. "Ben" kavramını oluşturan çocukluğun ilk anılarının da öneminden ve nasıl araştırılacağı hakkında bilgiler verilmiş.

Rüyalarla nasıl çalışılabileceği, örnek bir rüya ile açıklamış. Kitabın ekler başlığı altında Bireysel Psikoloji'de danışman danışman ilişkisinin nasıl olması gerektiği açık bir şekilde ifade edilmiş. En son bölümde ise zor çocukların anlaşılması ve tedavilerine ait kişisel psikolojilerinin soru listesi yer alıyor. Bu bölümde uluslararası bireysel psikoloji derneği tarafından hazırlanmış ve değerlendirilmiş sorulara yer verilmiş. Zor çocukların anlaşılması için sorulabilecek sorular ve bu soruların hangi amaçla

sorulacağı ifade edilmiş. Genel olarak kitaba bakıldığında Adler'in herhangi bir durumda kişinin savunma mekanizmalarını kullandığı durumları protesto olarak adlandırması dikkatimi çekti.

Kısacası bu kitabı okuduğunuzda Adler'in insanı nasıl tanımladığı, insanla nasıl çalışılabileceği ve çalışırken önemli noktaların neler olabileceğinin açık bir şekilde okuyucuya iletildiğini düşünüyorum. İnsan psikolojisinin altında yatan sebepler yalın bir dille ifade edilmiş. Kitapta insanda oluşan problemlerin daha çok çocukluk dönemine bağlanması ayrıca dikkatimi çekti. Adler bunları dile getirirken Freud'tan da sıklıkla bahsetmiş. Bu açıdan Psikanalitik'ten ayrıldığı noktaların da açık bir şekilde görülebileceğini düşünüyorum. PDR öğrencilerinin veya psikoloji ile ilgilenenlerinin, ebeveynlerin, kısacası uğraş alanı insan olan herkesin okuması gereken kitaplar içerisinde olduğunu düşünüyorum. Herkese keyifli okumalar diliyorum.