

Ajánló

Ha anyaként most várod első gyermeked vagy már meg is született biztosan te is számos kérdésre az interneten keresed a választ. Fórumok, közösségi oldalak, kereső, anyuka-közösségek egyaránt a rendelkezésedre állnak. És aztán sok-sok keresgélés után úgy érzed még mindig nem kapsz választ minden kérdésre. Vagy akár még bizonytalanabb vagy a sok egymásnak is ellentmondó választól. Így gondolta ezt Barbara Falenta is, aki felismerte micsoda erő rejlik a közösségi tudásban, amiben anyukák osztják meg egymással tapasztalataikat, élményeiket, de közben mennyire fontos a szakértői tudás is egy-egy fontos kérdésben.

Kidolgozta hát ezt a különleges könyvet, amely egyedülálló a maga nemében: az „Anyáktól anyáknak és apáknak!” több mint 1200 nő, akik nemcsak a saját szakterületük elismert szakemberei, hanem egyúttal anyák is, közösen alkották meg ezt az értékes művet. Az orvosok, pszichológusok, bábák, dúlák, dietetikusok, gyógyszerészek, pedagógusok és más szakemberek tudásuk legjavát osztották meg benne, hogy a szülői lét mindennapi kihívásaiban támogassák azokat, akik most lépnek erre az útra.

A könyv egyik legnagyobb értéke, hogy egyszerre nyújt hiteles, tudományosan alátámasztott információkat és olyan gyakorlati tanácsokat, amelyeket valódi szülők tapasztalatain keresztül ismerhetsz meg. Ez az a kombináció, amely az interneten való keresgéeléssel nehezen elérhető. Gondolj csak bele: amikor éppen egy sürgető kérdés foglalkoztat a szoptatással, altatással vagy akár a gyermeknevelési stratégiákkal kapcsolatban, az internet gyors válaszokat ígér. Ám a keresgélés gyakran időrabló, az információk sokszor egymásnak ellentmondóak és nem mindig találsz meg azt, ami igazán illeszkedik a te helyzetedhez.

Ez a könyv éppen ezt a problémát hidalja át. Az „Anyáktól anyáknak és apáknak!” célja, hogy minden fontos kérdésre egy helyen nyújtson választ. Megbízható forrást ad a kezébe, amelyben nem kell kételkedned, mert a tudás mögött szaktudás, tapasztalat és empátia áll.

És ez a könyv nem csak az anyáké... Kedves Apák, ez a könyv számotokra is kincset ér! Hiszen a szülőség közös feladat és az egymást kiegészítő tudás, intuíció és tapasztalat mindkettőtök hozzájárulásával válik teljessé. A könyv segít megérteni a várandósság, a szülés és az újszülött gondozásának folyamatát, miközben olyan gyakorlatias tanácsokat nyújt, amelyek a mindennapokban azonnal alkalmazhatóak.

Ez a könyv nem előírásokat fogalmaz meg. Nem mondja meg, hogyan „kellene” csinálnod. Ehelyett segít eligazodni a szülői lét sokszor bizonytalan útvesztőjében és lehetőséget ad arra, hogy a saját családod számára legjobb megoldásokat válaszd ki.

Ha a kezébe veszed időt takarítasz meg, szakértői támogatást kapsz, empátiát és megértést találsz és számos fontos téma között böngészhetsz.

Ez a könyv nem csak tudásforrás lesz a számodra, hanem társad is az anyaság vagy apaság útján! Helyezd el a polcodon, de tartsd mindig elérhető közelségben, mert olyan, mint egy jó barát: ott van, amikor szükséged van rá, és segít, amikor tanácstalan vagy!

Vida Ágnes
pszichológus
www.kismamablog.hu