

# Psykhē

kitapları





**P**sykhe kitapları kendimizle, ailemizle, yakınlarımızla ve toplumla ilişkimize dair sorulara odaklandığımız bir düşünme pratiği. Hayatın farklı evrelerinde ve çeşitli alanlarında yaşadığımız geniş deneyim yelpazesini kucaklayan, çağın getirdiği sorunlara çözüm arayan bir sorgulama ve anlama çabası. Dizi, birey olarak hayatımızı gözden geçirmeye, zorlandığımız konularla baş etmemize kılavuzluk eden kitapları bir araya getiriyor. Bunu yaparken akademik standartları gözetken ama aynı zamanda genel okurun da rahatça takip edebileceği sade ve anlaşılır bir üslupla yazılmış metinler seçmeye hassasiyet gösteriyoruz. Amacımız, insan olma deneyimine dair ufukumuzu genişleten, kavrayışımızı derinleştiren ve yeni bakış açıları kazanmamızı sağlayan bir kitaplık oluşturmak.



- Akademik ve klinik bilgiye dayalı teorik bilgi
- Somut ve pratik çözüm önerileri
- Konunun uzmanlarınca yazılmış bilimsel metinler
- Psikoloji, sosyoloji ve felsefenin kesişiminde güncel tartışmalar
- Hem ruh sağlığı profesyonellerine hem genel okura hitap eden sade anlatım
- Kendimizle ve çevremizle uyum içinde yaşamak için ipuçları



## Zorlayıcı konuları aşmaya yardımcı bir alet edevat kutusu

Aile ve çift ilişkilerindeki zorluklar, travmaların ve kronik stresin zihin ve beden sağlığımızı üzerindeki etkileri, nihayet özel dikkat gerektiren durumlar... Bazen dışarıdan bir destek ya da şefkatli bir tavsiye kaybettiğimiz dengeyi yeniden bulmamıza yardımcı olabilir. Psykhe kitapları, tam da bu noktada, çetrefil konularda okura yeni bir perspektif ve farkındalık kazandırmayı amaçlıyor. Her başlık ele aldığı meseleyi derinlemesine inceliyor, nedenlerini anlamaya çalışıyor. Ayrıca sorunu dönüştürmeyi, olumlu ve yapıcı davranışlar geliştirmeyi sağlayacak fikirler ve pratik öneriler sunuyor.



### Zor Bir Ailede Büyümek

Geçmiş onarmanın ve hayatını geri kazanmanın yolları

Susan Forward  
Craig Buck

Susan Forward

### Sevgisiz Anneler

Yetişkin Kızlar İçin İyileştirici Bir Rehber

James Hollis

### Yaşamın İkinci Yarısında Anlam Arayışı

Sonunda Gerçek Anlamda Nasıl Büyürüz?

Debra Umberson

### Ebeveynin Ölümü

Yeni bir yaşama yolunu bulmak için yetişkinlerin rehberi

François Lelord  
Christophe André

### "Zor Kişilikler"le Yaşamak



### Ebeveynlerde Tükenmişlik

Kaçınmanın ve Kurtulmanın Yolları

Moira Mikolajczak  
Isabelle Roskam



### Kendine Güven

Çekingenlikten Kurtulmanın Yolları

Rita Steininger



### Psikoloji Dayanıklılık

Hayattaki Büyük Zorluklarla Başa Çıkma Sanatı

Steven M. Southwick  
Dennis S. Charney



### Manevi Taciz

Günlük Hayatta Sapkın Şiddet

Marie-France Hirigoyen



### Ebeveynlikte Ortaklık Sanatı

Çocuk Yetiştirirken Birbirine Destek Olmanın Önemi

Nicolas Favez



### Anoreksi ve Bulimiya

Çocuğunuzu Nasıl Anlar ve Ona Nasıl Yardımcı Olursunuz?

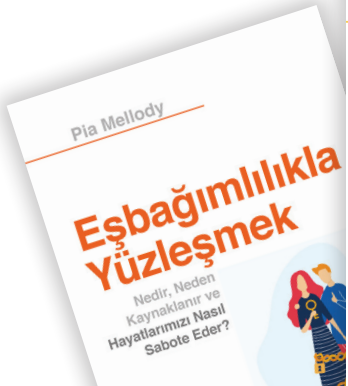
Gérard Tixier  
Clothilde Tourte



### Zor Anneler

Yetişkin Kızlar ve Oğullar İçin Rehber Kitap

Waltraut Barnowski-Geiser  
Maren Geiser-Heinrichs



### Eşbağımlılıkla Yüzleşmek

Nedir, Neden Kaynakları ve Hayatlarımızı Nasıl Sabote Eder?

Pia Mellody

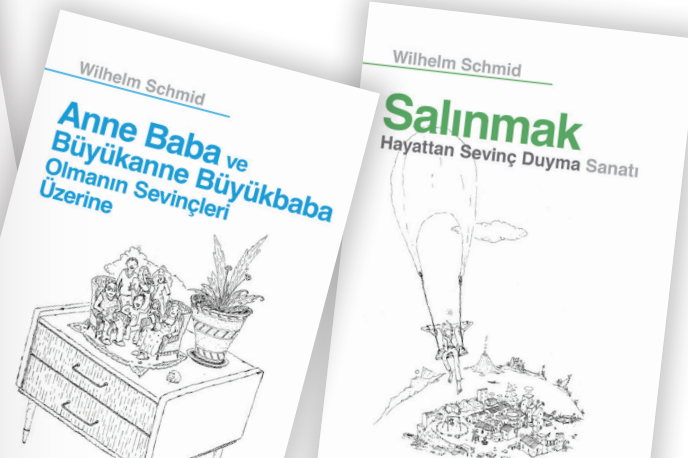


## Yaşama sanatı üzerine zarafetle düşünmek...

Sevilen felsefeci Wilhelm Schmid kitaplarında yaşama sanatının farklı veçhelerine değiniyor... Aşk ve arkadaşlık, hayat ve ölüm, düşmanlık ve mutsuz olmak gibi temel insani kavramları tartıştığı kitaplarıyla okuru anlamlı ve doyurucu bir varoluşun kaynakları üzerine düşünmeye davet ediyor. Kitapları çok sayıda dile çevrilen yazar, kitaplarında kendimizle, yakınlarımızla ve hayatla ilişkimize dair incelikli fikirler ve ipuçları paylaşıyor.

“Schmid banallığe düşmeden ya da bilindik konulara gereğinden fazla saplanmadan açık ve net bir şekilde yazıyor. Felsefe burada asli anlamını geri kazanıyor.”

*Frankfurter Allgemeine Zeitung*



## Modern hayatın meydan okumalarıyla baş etmek için...

İlk kitabı *Kişisel Gelişim Çağında Kendiniz Kalabilmek*'le büyük bir çıkış yakalayan ve bir anda uluslararası ilginin odağı olan psikolog ve felsefeci Svend Brinkmann, kitaplarında içinde yaşadığımız hız ve aşırılık çağını hayatımıza etkileriyle birlikte tartışıyor. Pozitif psikoloji uzmanları her gün yeni mutluluk reçeteleri yayınlarken Brinkmann kitaplarında kişisel gelişim literatürünü masaya yatırıyor ve hazır formüller yerine yaşamaya değer bir hayatın şifrelerini ele alıyor. Bitimsiz gelişim ve tüketim sarmalından kurtulmak, ilişkilerinde sahiciliği deneyimlemek ve hayatı bütünsel olarak kavramak isteyen okurlar için...

“Psikoloji profesörü Svend Brinkmann pozitif düşüncenin bizi başarısızlığa mahkûm ederek mutsuz ettiğine inanıyor.”

*Daily Mail*



## Psykhe Kitapları

WILHELM SCHMID

**Anne Baba ve Büyükanne  
Büyükbaba Olmanın  
Sevinçleri Üzerine**

Çeviren TANIL BORA  
İllüstrasyonlar CEREN OYKUT

TINA MILLER

**Annelik Duygusu  
Mitler ve Deneyimler**

Çeviren GÜL TUNÇER

ORNA DONATH, MARGARET TREBBE-  
PLATH

**Annelikten Pişman Olmak**

Çeviren BİLGE YALÇIN

GÉRARD TIXIER - CLOTHILDE TOURTE  
**Anoreksiya ve Bulimiya  
Çocuğunuzu Nasıl Anlar ve Ona Nasıl  
Yardımcı Olursunuz?**

Çeviren MERCAN YURDAKULER

WILHELM SCHMID

**Arkadaşıltaki Saadete Dair**

Çeviren TANIL BORA  
İllüstrasyonlar CEREN OYKUT

AYALA MALACH PINES

**Âşık Olmak**

**Sevgililerimizi Neye Göre Seçeriz?**

Çeviren MERCAN ULUENGİN

WILHELM SCHMID

**Aşk**

**Neden Bu Kadar Zordur ve Yine de  
Nasıl Mümkün Olur?**

Çeviren TANIL BORA  
İllüstrasyonlar CEREN OYKUT

ERICA KOMISAR, SYDNY MINER

**Bebeğimin Yanındayım**

**İlk Üç Yılda Anneliğin Önemi**

Çeviren İREM SOYLU

AYALA MALACH PINES

**Çiftlerde Tükenmişlik**

**Sebepleri ve Çözümleri**

Çeviren MERAL GÜNEŞ

ASTRID NEUY-BARTMANN

**Çocuklarda ve Yetişkinlerde  
Dikkat Eksikliği ve  
Hiperaktivite Bozukluğu**

**Tanı ve Baş Etme Yolları**  
Çeviren ATILLA DİRİM

BROCK L. EIDE, FERNETTE F. EIDE

**Disleksi Üstünlüğü**

**Dislektik Beynin Gizli Potansiyelini  
Açığa Çıkarma Rehberi**

Çeviren MERCAN YURDAKULER

WILHELM SCHMID

**Dokunmanın Gücü Üzerine**

Çeviren TANIL BORA  
İllüstrasyonlar CEREN OYKUT

WILHELM SCHMID

**Düşmanlığın Faydaları**

Çeviren TANIL BORA  
İllüstrasyonlar CEREN OYKUT

DEBRA UMBERSON

**Ebeveynin Ölümü**

**Yeni Bir Yetişkin Kimliğine Geçiş**  
Çeviren ÖZGE ÇAĞLAR AKSOY

RENÉ DIEKSTRA

**Ebeveynle Söyleşi**

**Anne Babamızı Tanımak İçin  
Sohbet Kılavuzu**  
Çeviren GÜL ÖZLEN

MOİRA MIKOLAJCZAK - ISABELLE  
ROSKAM

**Ebeveynlerde Tükenmişlik**

**Kaçınmanın ve Kurtulmanın Yolları**  
Çeviren CAN BELGE

NICOLAS FAVEZ

**Ebeveynlikte Ortaklık Sanatı**

**Çocuk Yetiştirirken Birbirine  
Destek Olmanın Önemi**

Çeviren Z. HAZAL LOUZE

MONIKA HEIN

**Empati**

**Ne Hissettiğini Anlıyorum**

Çeviren FIGEN SİLE KÖSEBAY

SARA VILLANUEVA

## **Ergenlik: Sıkıntılı Yıllar**

**Ergen Çocuklarımıza Keyifle Ebeveynlik Etmenin Yolları**

Çeviren DEFNE ORHUN

PIA MELLODY, ANDREA WELLS MILLER, J. KEITH MILLER

## **Eşbağımlılıkla Yüzleşmek**

**Nedir, Neden Kaynaklanır ve Hayatlarımızı Nasıl Sabote Eder?**

Çeviren GAMZE DOĞAN

SVEND BRINKMANN

## **Hayata Nereden Bakmalıyız?**

**Yeni Bir Dünya İçin On Eski Fikir**

Çeviren MERCAN YURDAKULER

MARIE HADDOU

## **Hayır Demeyi Bilmek**

**Sağlıklı Sosyal İlişkiler İçin Reddetmeyi Öğrenmek**

Çeviren IŞIK ERGÜDEN

WILHELM SCHMID

## **Hediye Vermek ve Hediye Almak Üzerine**

Çeviren TANIL BORA  
İllüstrasyonlar CEREN OYKUT

PASCALE CHAPAUX-MORELLI - PASCAL COUDERC

## **İkili İlişkilerde Duygusal Manipülasyon**

**Narsist Bir Partnerle Yüzleşmek**  
Çeviren IŞIK ERGÜDEN

HOLGER FEINDEL

## **İnternet Bağımlılığı**

**Bağımlılar ve Aileleri İçin El Kitabı**  
Çeviren ATILLA DİRİM

BÄRBEL WARDETZKI

## **İşyerinde İncinme**

**Aşağılanma, Dedikodu ve Mobbinge Nasıl Karşı Konur?**

Çeviren EROL ÖZBEK

SUSAN FORWARD, JOAN TORRES

## **Kadınlardan Nefret Eden Erkekler ve Onları Seven Kadınlar**

Çeviren ESMA EDA TÜLEK

SUSANN SITZLER

## **Kardeşler**

**Hayatımızın En Uzun İlişkisi**

Çeviren ATILLA DİRİM

RITA STEININGER

## **Kendine Güven**

**Çekingenlikten Kurtulmanın Yolları**

Çeviren FIGEN SİLE KÖSEBAY

CHRISTOPHE ANDRE - FRANÇOIS LELORD

## **Kendine Saygı**

**Başkalarıyla İyi Geçinmek İçin Kendini Sevmek**

Çeviren ISMAİL YERGUZ

WILHELM SCHMID

## **Kendiyle Dost Olmak**

**Hayatı Nasıl Kolaylaştırır?**

Çeviren TANIL BORA  
İllüstrasyonlar CEREN OYKUT

SVEND BRINKMANN

## **Kişisel Gelişim Çılgınlığında Kendiniz Kalabilmek**

Çeviren MERCAN YURDAKULER

JEAN-PIERRE POURTOIS - HUGUETTE DESMET - WILLY LAHAYE

## **Kuşaktan Kuşağa Aktarım**

**Çocuklarımız Çocuklarını Nasıl Eğitiyor?**

Çeviren Z. CANAN ÖZATALAY

MARIE FRANCE HIRIGOYEN

## **Manevi Taciz**

**Gündelik Hayatta Sapkın Şiddet**

Çeviren HEVAL BUCAK

WILHELM SCHMID

## **Mutsuz Olmak**

**Bir Yüreklendirme**

Çeviren TANIL BORA  
İllüstrasyonlar CEREN OYKUT

CRAIG MALKIN

## **Narsisizme Yeni Bir Bakış**

**Kendini Özel Hissetmenin Kötü ve Şaşırtıcı Biçimde İyi Yanları**

Çeviren SERAP ARSLANPAY

SVEND BRINKMANN

## **Olan Biteni Kaçırma Keyfi**

**Aşırılık Çağında Kendine Hâkim Olmak**

Çeviren MERCAN YURDAKULER

STEVEN M. SOUTHWICK, DENNIS S. CHARNEY

## **Psikolojik Dayanıklılık**

**Hayattaki Büyük Zorluklarla Başa Çıkma Sanatı**

Çeviren DEFNE ORHUN

WILLY PASINI

## **Sadakatsiz Aşklar**

**Aldatmanın Psikolojisi Üzerine**

Çeviren CAN BELGE

WILHELM SCHMID

## **Salınmak**

**Hayattan Sevinç Duyma Sanatı**

Çeviren TANIL BORA  
İllüstrasyonlar CEREN OYKUT

WILHELM SCHMID

## **Sakin Olmak**

**Yaşlanırken Kazandıklarımız**

Çeviren TANIL BORA  
İllüstrasyonlar CEREN OYKUT

JANET LANSBURY

## **Saygılı Ebeveynlik**

**Çocuk Eğitiminde Farkındalığın Önemi**

Çeviren GİZEM KARAHASANOĞLU

WILHELM SCHMID

## **Seks Olmayınca**

**Yeniden Başlama Sanatı Üzerine**

Çeviren TANIL BORA  
İllüstrasyonlar CEREN OYKUT

SUSAN FORWARD

## **Sevgisiz Anneler**

**Yetişkin Kızlar İçin İyileştirici Bir Rehber**

Çeviren MERCAN YURDAKULER

JEAN-CLAUDE KAUFMANN

## **Tek Yatakta İki Kişi**

**Geceleyin Yaşanan Tatlı Savaş**

Çeviren Z. CANAN ÖZATALAY

JEANNE SIAUD-FACCHIN

## **Üstün Zekâlı Çocuğa Yardım**

**Okulda ve Hayatta Başarılı Olması İçin Ne Yapmalı?**

Çeviren Z. CANAN ÖZATALAY

ELISE RICADAT - LYDIA TAIEB

## **Üzerime Giyecek Hiçbir Şeyim Yok!**

**Giyisi: Keyif mi İşkence mi?**

Çeviren TUVANA GÜLCAN

GABOR MATÉ

## **Vücudunuz Hayır Diyorsa**

**Duygusal Stresin Bedelleri**

Çeviren DEFNE ORHUN

JAMES HOLLIS

## **Yaşamın İkinci Yarısında**

**Anlam Arayışı**

**Sonunda Gerçek Anlamda Nasıl Büyürüz?**

Çeviren KERİME DALYAN

PHILIPPE HOFFMAN

## **Yeni Bir Başlangıç: Emeklilik**

**Keşifler, İmkânlar, Fırsatlar**

Çeviren ZEYNEP ÖNEN

SUE PALMER

## **Zehirlenen Çocukluk**

**Modern Dünyanın Çocuklarımız**

**Üzerindeki Zararlı Etkileri**

Çeviren ÖZGE ÇAĞLAR AKSOY

WALTRAUT BARNOWSKI-GEISER, MAREN GEISER-HEINRICH

## **Zor Anneler**

**Yetişkin Kızlar ve Oğullar İçin Rehber Kitap**

Çeviren EROL ÖZBEK

SUSAN FORWARD - CRAIG BUCK

## **Zor Bir Ailede Büyümek**

**Geçmiş Onarmanın ve Hayatını Geri Kazanmanın Yolları**

Çeviren AHU TERZİ

FRANÇOIS LELORD - CHRISTOPHE ANDRÉ

## **“Zor Kişilikler”le Yaşamak**

Çeviren RIFÂT MADENCİ



Başkalarını mutlu etme ihtiyacının kökeninde ne yatar?

Kendini gerçekleştirmek ne demektir?

Anne babanızı ne kadar tanıyorsunuz?

İlişkilerimizde alma verme dengesi nasıl kurulur?

Güzel ve anlamlı bir hayat sürmek ne demektir?

Çatışma becerisi nedir?

Duygusal stres sağlığımıza nasıl etki eder?

Sadakat, kıskançlık, güç ve para aşka nasıl etki eder?

Sürekli mutlu olma çabası, bireyleri daha mı mutsuz ediyor?

Kendine hâkim olma sanatı öğrenilebilir mi?

