

VÝBĚR Z NOVÝCH KNIH 2/2019 - PSYCHOLOGIE

1. **Omega : jak nalézt vnitřní bohatství** / Rüdiger Dahlke, Veit Lindau ; překlad: Dagmar Sklenářová -- 1. vydání

Brno : CPress, 2019 -- 230 stran

ISBN 978-80-264-2394-2

Sign.: II 116521V1



úspěch ; rozvoj osobnosti ; štěstí ; životní harmonie ; sebepoznání ; archetyp ; zvěrokruh ; duchovní cesta

Cesta k procesu, který má sílu hluboce transformovat naše životy a učinit z nich místo lásky a štědrosti.

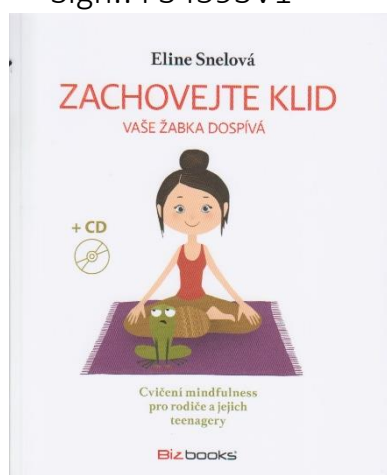
<https://katalog.npmk.cz/documents/472235>

2. **Zachovejte klid, vaše žabka dospívá : cvičení mindfulness pro teenagery a hlavně jejich rodiče** / Eline Snelová ; překlad: Romana Hegedüsová -- 1. vydání

Brno : BizBooks, 2019 -- 151 stran -- cze

ISBN 978-80-265-0839-7

Sign.: I 34593V1



výchova ; adolescent ; mládež ; relaxace ; meditace ; koncentrace ; psychologie ; pozornost ; výchova mládeže ; relaxační metody ; meditační techniky ; všímavost ; rozvoj pozornosti ; mindfulness

Kniha poskytuje návod, jak udržet při výchově dospívajících rovnováhu mezi otevřenou myslí (mindfulness) a vřelým srdcem.

<https://katalog.npmk.cz/documents/472243>