

Výběr z nových knih 10/2014 – psychologie

1. Emoční rovnice : odhalte svůj zdrojový kód / Aleš Kalina -- Vyd. 1.

Praha : MindSoft, 2014 -- 185 s. -- cze

ISBN 978-80-85335-23-1 (brož.)

Sign.: II 112301V1

emoce ; sebevýchova ; sebeovládání ; psychika ; myšlení ; rozvoj osobnosti



Anotace:

Metoda Emoční rovnice popisuje funkce mozku v oblasti emocí. Pomáhá nám pochopit, proč se v daných situacích cítíme právě tak, jak se cítíme, a poněvadž se nejčastěji rozhodujeme na základě svých emocí, pomáhá nám pochopit i důvody rozhodování.

http://www.npkk.cz/kpwinsqlnpkk/zaznam.php?vers=3&detail_num=431638

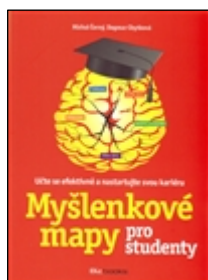
2. Myšlenkové mapy pro studenty : učte se efektivně a nastartujte svou kariéru / Michal Černý, Dagmar Chytková -- 1. vyd.

Brno : BizBooks, 2014 -- 166 s. -- cze

ISBN 978-80-265-0267-8 (brož.)

Sign.: II 112263V1

mentální mapa ; učení ; paměť ; myšlení ; koncentrace ; tvořivost



Anotace:

Myšlenkové mapy jsou výborným nástrojem pro studenty, protože rozvíjí kreativitu a zajišťují přechod od memorování k pochopení učiva.

Neslouží primárně k tomu, aby se člověk dobře naučil na zkoušky, ale měly by rozvíjet myšlení jako takové. Schopnost rychlé analýzy, hledání systému a souvislostí nebo třeba práce s asociacemi jsou důležité pro život a práci po škole.

http://www.npkk.cz/kpwinsqlnpkk/zaznam.php?vers=3&detail_num=431280

3. Pozornost : skrytá cesta k dokonalosti / Daniel Goleman ; [překlad Jan Melvil] -- Vyd. 1.

Brno : Jan Melvil, 2014 -- 312 s. -- cze

ISBN 978-80-87270-94-3 (váz.)

Sign.: II 112278V1

pozornost ; koncentrace ; sebeovládání ; rozvoj osobnosti ; psychologie osobnosti ; sebeřízení



Anotace:

Životní úspěch záleží podle autorových zjištění z valné části na schopnosti vědomě zaměřovat pozornost (tzv. mindfulness). Průzkumy potvrzují, že schopnost seberegulace předčí inteligenci i sociální zázemí, pokud jde o předvídání budoucího úspěchu v zaměstnání a životě. Přesto tato schopnost představuje opomíjenou část naší mentální výbavy.

http://www.npkk.cz/kpwinsqlnpkk/zaznam.php?vers=3&detail_num=431354